

نموذج وصف المقرر

وصف المقرر

يوفر وصف المقرر هذا إيجازاً مقتضياً لأهم خصائص المقرر ومخرجات التعلم المتوقعة من الطلبة تحقيقها مبرهنًا عما إذا كان قد حقق الاستفادة القصوى من فرص التعلم المتاحة . ولا بد من الربط بينها وبين وصف البرنامج .

المؤسسة التعليمية	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
القسم العلمي / المركز	فرع العلوم الرياضية
اسم / رمز المقرر	فسلجه التدريب الرياضي المرحلة الثالثة / SESS24F3051
أشكال الحضور المتاحة	نظري
الفصل / السنة	2023- 2024
عدد الساعات الدراسية (الكلي)	٢ ساعة خلال الاسبوع
تاريخ إعداد هذا الوصف	2023 - 2024
٨. أهداف المقرر:	
<ul style="list-style-type: none">- تعلم الطلبة المبادئ الأساسية لعلم الفسلجة وفسلجه التدريب الرياضي .- معرفة مفاهيم مادة فسلجه التدريب الرياضي النظرية .- امكانية تدريس الطلبة للدروس النظرية المقررة بعد تخرجهم من الكلية وهذا يعد الهدف الأساس للكلية لتخريج مدرسي التربية الرياضية ، اذ سوف يعلم الطلبة على مختلف المهارات التدريسية .- تنمية وترقية المهارات والصفات الإدارية والتدريسية والنفسية التي ترفع من القدرة على التركيز والتفكير والملاحظة .- توظيف علم فسلجة التدريب في جميع الفعاليات الرياضية لتعزيز العملية التدريبية والتدريسية للوصول الى التكنيك بأقل جهد ممكن على وفق المتغيرات الفسيولوجية للمهارة .	

٩. مخرجات المقرر وطرائق التعليم والتعلم والتقييم:

- أ- الاهداف المعرفية
- ١- ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على تعريف الأجهزة الوظيفية في جسم الانسان .
 - ٢- ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على معرفة الوظائف الأساسية لأجهزة الجسم .
 - ٣- ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على معرفة التغيرات التي تحدث للأجهزة الجسم خلال الجهد البدني وكيفية توظيفها خدمتا للعملية التدريبية .
 - ٤- ان يكون الطلبة في نهاية المقرر قادرين على رسم مخطط لمفاهيم مادة فسلجة التدريب الرياضي .

ب - الاهداف المهارتية الخاصة بالمقرر

- ١ - ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء المهارات الاساسية لمادة فسلجة التدريب الرياضي
- ٢ - ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على ان يدركوا مستويات صعوبات المهارات التعليمية.
- ٣ - ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على ان يتصوروا المراحل الفنية لأداء المهارات التدريسية

طرائق التعلم

- ١- الطريقة الجزئية
- ٢- الطريقة الكلية
- ٣- طريقة المحاولة والخطأ
- ٤- طريقة التعلم للتمكن

طرائق التعليم

- ١- طريقة المحاضرة
- ٢- طريقة المحاضرة المطورة
- ٣- طريقة التعلم المدمج
- ٤- طريقة التعليم الالكتروني

طرائق التقييم :

- ١- التقييم الفردي
- ٢- التقييم الجماعي
- ٣- التقييم الذاتي
- ٤- تقييم المشاريع

ج- الاهداف الوجدانية والقيمية :

- ١- ان ينمي المقرر الدراسي روح المثابرة لدى الطلبة .
- ٢- ان ينمي المقرر الدراسي روح التعاون لدى الطلبة .
- ٣- ان ينمي المقرر الدراسي القيم الوطنية لدى الطلبة .
- ٤- ان ينمي المقرر الدراسي القيم الاخلاقية لدى الطلبة .

طرائق التعليم والتعلم :

- ١- البرامج الارشادية
- ٢- الورش الاكاديمية
- ٣- الدورات التخصصية

طرائق التقييم :

- ١- المعايير القيمية
- ٢- المعايير الاخلاقية
- ٣- المعايير السلوكية

د - المهارات العامة والتأهيلية المنقولة (المهارات الأخرى المتعلقة بقابلية التوظيف والتطور الشخصي) :

- ١- ان ينمي المقرر الدراسي الخصائص الشخصية المميزة للطلبة .
- ٢- ان ينمي المقرر الدراسي المهارات القيادية للطلبة .
- ٣- ان ينمي المقرر الدراسي المهارات الريادية للطلبة .
- ٤- ان ينمي المقرر الدراسي المهارات الوظيفية الخاصة بالتدريس.

١٠. بنية المقرر:

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة / أو الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	٢ ساعة	علم الفسلجة واقسامه والتنظيم العضوي لجسم الانسان	علم الفسلجة وفسلجة الخلية	المحاضرة	التقييم الجماعي
2	٢ ساعة	أهمية دراسة علم الفسلجة في المجال الرياضي		المحاضرة	التقييم الجماعي
3	٢ ساعة	الخلية ومكوناتها		المحاضرة	التقييم الجماعي
4	٢ ساعة	الطاقة تعريفها وانواعها وتحولاتها ووحدات قياسها والدورة البيولوجية للطاقة	الطاقة	المحاضرة	التقييم الجماعي
5	٢ ساعة	أنظمة انتاج الطاقة ومميزاتها وتطبيقاتها العملية في المجال الرياضي	الطاقة	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
6	٢ ساعة	تداخل عمل أنظمة الطاقة وتوازن الطاقة ومعدل الايض الاساسي	الطاقة	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
7	٢ ساعة	الامتحان الأول للفصل الأول			
8	٢ ساعة	الجهاز العصبي مكوناته ووظائفه	الجهاز العصبي	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
9	٢ ساعة	الخلية العصبية واقسام الجهاز العصبي	الجهاز العصبي	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
10	٢ ساعة	القوس الانعكاسي والجهاز العصبي الذاتي ووظائفه	الجهاز العصبي	التعليم المدمج	التقييم الجماعي
11	٢ ساعة	الجهاز العضلي وأنواع العضلات في الجسم وبروتينات الخلية العضلية	الجهاز العضلي	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
12	٢ ساعة	أنواع الالياف العضلية والية الانقباض العضلي	الجهاز العضلي	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
13	٢ ساعة	التعب أسبابه والفرق بين الاجهاد والانهاك والاعياء + الوحدة الحركية والاتصال العصبي العضلي	الجهاز العضلي	التعلم المدمج	التقييم الجماعي
14	٢ ساعة	التغيرات الوظيفية المرافقة لتدريبات القوة والمطاولة في العضلة الهيكلية	الجهاز العضلي	التعلم المدمج	التقييم الفردي
15	٢ ساعة	الامتحان الثاني للفصل الأول / امتحان عملي فصل اول للسلاسل الحركية			
عطلة نصف السنة					
16	٢ ساعة	الجهاز التنفسي مكوناته والية التنفس	الجهاز التنفسي	المحاضرة	
17	٢ ساعة	الحجوم والسعات الرئوية والضغط الجزئية للغازات	الجهاز التنفسي	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي

التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	الجهاز التنفسي	التبادل الغازي وتنظيم التنفس	٢ ساعة	18
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	الجهاز التنفسي	التغيرات الفسلجية الناتجة عن التدريب الرياضي في الجهاز التنفسي	٢ ساعة	19
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	الجهاز التنفسي	التغيرات التي تحدث في التهوية الرئوية قبل واثاء وبعد الجهد البدني + تهوية الحويصلات الرئوية	٢ ساعة	20
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	السوائل الجسمية	السوائل الجسمية + تأثير الجهد البدني في السوائل الجسمية	٢ ساعة	21
التقييم الجماعي	المحاضرة	السوائل الجسمية	الدم مكوناته ووظائفه	٢ ساعة	22
التقييم الجماعي	التعليم المدمج	السوائل الجسمية	اللية تنظيم تكوين خلايا الدم الحمراء وفترة حياتها + الصفائح الدموية	٢ ساعة	23
التقييم الجماعي	التعليم المدمج	السوائل الجسمية	خلايا الدم البيضاء أنواعها ووظائفها وفترة حياتها + وتأثير التدريب على خلايا الدم الحمراء والبيضاء	٢ ساعة	24
الامتحان الأول للفصل الثاني				٢ ساعة	25
التقييم الجماعي	التعليم المدمج	التوازن الحامضي القاعدي	التوازن الحامضي القاعدي واللية التنظيم	٢ ساعة	26
التقييم الجماعي	التعليم المدمج	الجهاز القلبي الوعائي	الجهاز القلبي الوعائي (القلب والاعوية الدموية)	٢ ساعة	27
التقييم الجماعي	التعليم المدمج	الجهاز القلبي الوعائي	الناتج القلبي ومكوناته وتأثير الجهد البدني عليه + ضغط الدم والعوامل المؤثرة عليه	٢ ساعة	28
التقييم الجماعي	التعليم المدمج	الغدد الصم والهرمونات	الغدد الصم والهرمونات ووظيفة الهرمونات اثناء الجهد البدني	٢ ساعة	29
الامتحان الثاني للفصل الثاني				٢ ساعة	30

١١. البنية التحتية :

كتب فسلجه التدريب الرياضي المتوفرة باللغة العربية .	(١) الكتب المقررة المطلوبة .
ملزمة فسلجه التدريب الرياضي معده من قبل الاستاذ المساعد الدكتور نشوان إبراهيم عبدالله	(٢) المراجع الرئيسية (المصادر)
بعض الكتب الأجنبية ذات العلاقة بفسلجه التمارين الرياضية او التدريب الرياضي .	(٣) الكتب والمراجع التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير،.....)
	(٤) المراجع الالكترونية ، مواقع الانترنت

١٢. خطة تطوير المقرر الدراسي

- المراجعة الدورية للمقررات الدراسية .
- تنوع الطرق المستخدمة بعملية التدريس .

مدرسو المادة : د. نشوان إبراهيم عبدالله ، د. مازن سامي حسن ، د. عمر يوسف خليل