جامعة الموصل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

برنامج بكالوريوس التربية البدنية وعلوم الرياضة

المحتوى الأكاديمي للمقرر الدراسي

COURSE ACADEMIC CONTENT

اسم المقرر

اللغة الإنكليزية

English Language

الفصل الدراسي	ECTS	رمز المقرر
الأول	2	UOM1021

المرحلة الأولى

العام الدراسي

2026-2027

نسخة معتمدة لإعداد المحتوى العلمي لمقررات مسار بولونيا

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات ١
بيانات المقرر ٣
نبذة عن المقرر ٣
المنهاج الأسبوعي ٤
مخرجات تعلم المقرر المرتبطة بالمحتوى ٥
الأسبوع الأول: الوحدة الأولى – الرياضة ٦
تمهيد ٦
١-١ القطعة الاستيعابية عن الرياضة ٦
١-٢ الاضداد ٧
١-٣ الاشتقاقات ٧
١-٤ خلاصة الاسبوع الاول ٨
١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم ٨
النشاط العملي ٨
الأسبوع الثاني: حل التمارين ١٠
تمهيد : ١٠
١-١ تعلّم أجزاء جسم الإنسان (Parts of the Human Body) ١٠
١-٢ مثال تطبيقي: ١١
١-٣ الخلاصة: ١٢
١-٤ خلاصة الوحدة الاولى ١٢
١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم ١٢
الأسبوع الثالث: الوحدة الثانية – كرة القدم ١٤
تمهيد : ١٤
١-١ القطعة الاستيعابية عن كرة القدم ١٤
١-٢ المرادفات ١٥
١-٣ خلاصة الأسبوع الثالث ١٦
١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم ١٦
النشاط العملي ١٦
الأسبوع الرابع: تكملة الوحدة الثانية – كرة القدم ١٧
تمهيد ١٧
١-١ القطعة الاستيعابية عن كرة القدم ١٧
١-٢ اللواحق الاشتقاقية ١٧
١-٣ المفردات الخاصة بالملابس (Vocabulary: Clothes) ١٨
١-٤ خلاصة الأسبوع الرابع ١٩
١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم ١٩
الأسبوع الخامس: الوحدة الثالثة – الملاكمة ٢١
تمهيد ٢١
١-١ القطعة الاستيعابية عن الملاكمة ٢١
١-٢ الاختصارات Acronyms and Initialisms ٢٣
١-٣ خلاصة الأسبوع الخامس ٢٣
١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم ٢٤
الأسبوع السادس: تكملة الوحدة الثالثة – الملاكمة ٢٥
تمهيد ٢٥
١-١ أهمية معرفة الفرق بين RoundوBout ٢٥
١-٢ أهمية المفردات (Vocabulary: Daily Routines) ٢٥
١-٣ خلاصة الأسبوع السادس ٢٦
الأسبوع السابع: امتحان نصف الفصل الدراسي ٢٨
الأسبوع الثامن: الوحدة الرابعة – رفع الأثقال ٢٨

تمهيد ٢٨
١-١ القطعة الاستيعابية عن رفع الاثقال ٢٨
١-٢ الفرق بين Dumbbellو Barbell ٢٩
١-٣ خلاصة الأسبوع الثامن ٢٩
١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم ٣٠
الأسبوع التاسع: تكملة الوحدة الرابعة – رفع الأثقال ٣١
تمهيد ٣١
١-١ الفرق بين Allowو Permit ٣١
١-٢ أهمية Stages و Family ٣٢
١-٣ الخلاصة ٣٢
١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم ٣٢
الأسبوع العاشر: الوحدة الخامسة – ألعاب القوى ٣٤
تمهيد : ٣٤
١-١ القطعة الاستيعابية عن العاب القوى ٣٤
١-٢ الفرق بين Line و Lane ٣٥
١-٣ خلاصة الأسبوع العاشر ٣٦
١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم ٣٦
الأسبوع الحادي عشر: الوحدة الخامسة – ألعاب القوى ٣٧
١-١ تمهيد ٣٧
١-٢ أهمية الاشكال و علاقتها بالميادين الرياضيةShapes ٣٧
١-٣ الجمع في اللغة الإنكليزية ٣٨
١-٤ خلاصة الأسبوع الحادي عشر ٣٩
١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم ٣٩
الأسبوع الثاني عشر: تكملة الوحدة الخامسة – ألعاب القوى ٤١
تمهيد ٤١
١-٢ الاستئذان و المشاعر ٤١
١-٣ تكوين الكلمات ٤١
١-٤ خلاصة الأسبوع الحادي عشر ٤٢
١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم ٤٢
الأسبوع الثالث عشر: الوحدة السادسة – السباحة ٤٤
تمهيد ٤٤
١-١ القطعة الاستيعابية عن السباحة ٤٤
١-٢ جمع الأسماء ٤٥
١-٣ خلاصة الأسبوع الثالث عشر ٤٥
١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم ٤٦
الأسبوع الرابع عشر: الوحدة السادسة – السباحة ٤٧
تمهيد ٤٧
١-١ الفرق بين الجنس المؤنث والمذكر(Male / Female & Man / Woman) ٤٧
١-٢ المصطلحات المستخدمة عن الطقس وأهميتها ٤٧
١-٣ خلاصة الأسبوع الثالث عشر ٤٨
١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم ٤٨
الأسبوع الخامس عشر: الوحدة السادسة – حل التمارين ٥٠
الأسبوع السادس عشر: الامتحان النهائي ٥٠
المصادر والمراجع ٥٠
بيانات اعتماد المحتوى ..... Error! Bookmark not defined.

بيانات المقرر

التفاصيل المعتمدة	العنصر
اسم المقرر بالعربية	اللغة الإنكليزية (١)
اسم المقرر بالإنكليزية	English Language (1)
رمز المقرر	UOM1021
المرحلة / المستوى	**الأولى / المستوى الأول**
الفصل الدراسي	الأول
نوع المقرر	أساسي
عدد وحدات ECTS	ECTS 2
الساعات الأسبوعية	نظري: 2 | عملي: لا يوجد
اسم معدّي المحتوى	د. شذى حازم سعدالله/ د. قاسم محمدباسل قاسم
الفرع / القسم العلمي	فرع العلوم الرياضية
العام الدراسي	٢٠٢٦–٢٠٢٧

نبذة عن المقرر

« يهدف مقرر اللغة الإنكليزية (١) إلى تنمية المهارات اللغوية الأساسية لدى الطلبة وتمكينهم من استخدام اللغة الإنكليزية في المواقف الأكاديمية واليومية ذات الصلة بالتربية البدنية وعلوم الرياضة. ويتناول المقرر المفردات العامة والتخصصية الأساسية، والقواعد اللغوية الأولية، ومهارات القراءة والاستماع والفهم، فضلًا عن مهارات الكتابة والتحدث بمستوى تمهيدي.

كما يركز المقرر على تطوير قدرة الطلبة على فهم النصوص البسيطة والتواصل باللغة الإنكليزية في السياقات التعليمية والرياضية، بما يدعم قدرتهم على استخدام المصادر العلمية الأجنبية مستقبلًا. ومن خلال الأنشطة والتدريبات اللغوية المتنوعة، يكتسب الطلبة أساسًا لغويًا يمكّنهم من التعبير عن الأفكار والمعلومات بصورة صحيحة وتعزيز مهارات التواصل الأكاديمي في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.»

المنهاج الأسبوعي

Week	الموضوع وفق التوصيف
Week 1	الوحدة الأولى - الرياضة / القطعة الاستيعابية - الأضداد والاشتقاقات، جسم الإنسان.
Week 2	الوحدة الأولى – الرياضة/ حل التمارين.
Week 3	الوحدة الثانية - كرة القدم / القطعة الاستيعابية - المرادفات والاشتقاقات، الملابس، التحيات .
Week 4	الوحدة الثانية - كرة القدم / حل التمارين.
Week 5	الوحدة الثالثة - الملاكمة / القطعة الاستيعابية - الاختصارات، الروتين اليومي، تعريف النفس.
Week 6	الوحدة الثالثة - الملاكمة / حل التمارين.
Week 7	**الامتحان نصف الفصل**
Week 8	الوحدة الرابعة - رفع الأثقال / القطعة الاستيعابية - الجمع / الأشكال، العائلة، تعريف الآخرين.
Week 9	الوحدة الرابعة - رفع الأثقال / حل التمارين.
Week 10	محادثة، مراجعة، كويز
Week 11	الوحدة الخامسة - ألعاب القوى / القطعة الاستيعابية - تكوين الكلمات ،المشاعر، الاستئذان.
Week 12	الوحدة الخامسة - ألعاب القوى / حل التمارين.
Week 13	الوحدة الخامسة - محادثة، مراجعة، كويز
Week 14	الوحدة السادسة - السباحة / القطعة الاستيعابية - الجمع (المذكر والمؤنث)، الطقس، عطلة منتصف العام، طلب الخدمة.
Week 15	الوحدة السادسة - السباحة / حل التمارين.
Week 16	**الأسبوع المخصص للامتحان النهائي / الامتحان النهائي (لا يوجد تدريس).**

مخرجات تعلم المقرر المرتبطة بالمحتوى

الرمز	مخرج التعلم (CLO)
CLO1	يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بالرياضة والتربية البدنية الواردة في النصوص والموضوعات الدراسية.
CLO2	يستخلص الأفكار والمعلومات الرئيسة من النصوص والقطع الاستيعابية الرياضية المكتوبة باللغة الإنكليزية.
CLO3	يستخدم التراكيب اللغوية الأساسية والمفردات الرياضية في مواقف التواصل الشفهي والكتابي البسيطة.
CLO4	يوظف مهارات التعلم الذاتي والتقنيات الرقمية البسيطة في تطوير مهاراته اللغوية في المجال الرياضي.

التقويم المقترح وربطه بمخرجات التعلم

تقييم المادة الدراسية					
نوع التقويم	الوجبات	Time/Number	Weight (Marks)	Week Due	Relevant Learning Outcome
التقويم التكويني	اختبارات قصيرة (Quizzes)	2	10% (10)	Week 5 & 13	CLO1, CLO2
	واجبات (Assignments)	2	10% (10)	Week 2 & 12	CLO2, CLO3
	أنشطة صفية ومشاركة (Class Activities)	Continuous	10% (10)	Throughout	CLO1, CLO3
	تمارين محادثة (Speaking Tasks)	1	10% (10)	Week 10	CLO3, CLO4
التقويم الختامي	امتحان منتصف الفصل	2 hr	10% (10)	Week 7	CLO1, CLO2
	الامتحان النهائي	2 hr	50% (50)	Week 16	All CLOs
Total assessment			100% (100 Marks)		

ملاحظة تنظيمية: يتضمن التوصيف ١٦ أسبوعاً، منها أسبوع الامتحان النصفي (٧) والأسبوع النهائي (١٦). لذلك جرى توزيع الفصول العلمية على أسابيع التدريس الفعلية.

الأسبوع الأول: الوحدة الأولى – الرياضة

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر معاني المفردات الأساسية الواردة في نص الرياضة.
- يستخلص الفكرة الرئيسة وبعض المعلومات من القطعة الاستيعابية.
- يميز بين أضداد المفردات وبعض مشتقاتها، ويتعرف على أسماء أجزاء الجسم باللغة الإنكليزية.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2**؛ من خلال فهم المفردات والمصطلحات الرياضية واستخلاص المعلومات من النص.

تمهيد

يتناول هذا الفصل مجموعة من المفردات والمصطلحات الأساسية باللغة الإنكليزية المرتبطة بمجال التربية البدنية وعلوم الرياضة، بوصفها مدخلاً مهماً لفهم المحتوى العلمي المتخصص. ويركز الفصل على تعريف الطالب بالمفردات الرياضية الشائعة واستخدامها في سياقاتها المناسبة، بما يمهد له دراسة الموضوعات الرياضية المتخصصة باللغة الإنكليزية في الفصول اللاحقة.»

١ـ١ القطعة الاستيعابية عن الرياضة

تتناول الوحدة الأولى من كتاب One Step Up to Sports & English موضوع الرياضة (Sport)، إذ تهدف إلى تعريف الطالب بمفهوم الرياضة وأهميتها، والتمييز بين الرياضي المحترف وغير المحترف، والتعرّف على مستويات المهارة الرياضية وتصنيفات الألعاب الرياضية، مثل الألعاب الفردية والفرقية. كما تتضمن الوحدة تعلّم أسماء أجزاء جسم الإنسان باللغة الإنكليزية، والتعرّف على الكلمات المتضادة والمعاني المختلفة لكلمة الرياضة بحسب السياق، فضلاً عن تعلّم عبارات التحية الأساسية باللغة الإنكليزية. وتتضمن الوحدة أيضاً مجموعة من التدريبات والأنشطة التعليمية التي تساعد الطالب على فهم النصوص الرياضية، واكتساب المفردات والمصطلحات المتخصصة، والتعرّف على أنواع الألعاب الرياضية وأسمائها باللغة الإنكليزية والعربية، بما يسهم في تطوير مهاراته اللغوية وربطها بمجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.



١ـ٢ الاضداد

تساعد الأضداد والاشتقاقات في اللغة الإنكليزية الطالب على تطوير مهاراته اللغوية وزيادة حصيلته من المفردات، إذ تسهم الأضداد في فهم معاني الكلمات من خلال معرفة الكلمات المعاكسة لها في المعنى. تساعد الأضداد في اللغة الإنكليزية طالب التربية البدنية وعلوم الرياضة على فهم المصطلحات الرياضية والتمييز بين المفاهيم المتعاكسة، مما يطوّر مهارات القراءة والاستيعاب ويزيد من حصيلته اللغوية المتخصصة .كما تسهم في فهم التعليمات التي يستخدمها المدرّبون والمدرّسون أثناء التدريب والمنافسات، وتساعد الطالب على وصف الأداء والحركات والأنشطة الرياضية بدقة، فضلاً عن تسهيل قراءة البحوث والمصادر العلمية المكتوبة باللغة الإنكليزية. **أمثلة من المجال الرياضي:**

الكلمة	معناها	ضدها	معناها
Fast	سريع	Slow	بطيء
Strong	قوي	Weak	ضعيف
High	مرتفع	Low	منخفض
Win	يفوز	Lose	يخسر
Start	يبدأ	Finish	ينهي
Indoors	داخل القاعة	Outdoors	في الهواء الطلق
Individual	فردي	Team	جماعي
Active	نشيط	Inactive	غير نشيط

١ـ٣ الاشتقاقات

تساعد الاشتقاقات باللغة الإنكليزية طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة على تكوين كلمات جديدة من الكلمات الأصلية، من خلال تحويل الأسماء إلى صفات أو أفعال، مما يسهم في توسيع حصيلتهم اللغوية وفهم المصطلحات العلمية والرياضية بصورة أفضل .كما تساعدهم على فهم النصوص والبحوث الرياضية، والتمييز بين أنواع الكلمات واستخدامها في الجمل بصورة صحيحة، فضلاً عن تحسين مهارات القراءة والكتابة والترجمة، وتسهيل التواصل في المواقف التعليمية والتدريبية.

أمثلة على الاشتقاقات باللغة الإنكليزية:

الاسم (Noun)	الصفة (Adjective)	المعنى
Create إنشاء/إبداع	Creative إبداعي	الإبداع
Explosion انفجار	Explosive انفجاري	يرتبط بالقوة الانفجارية
Description وصف	Descriptive وصفي	وصفي
Nation أمة	Nationalوطني	وطني
Situation موقف	Situationalموقفي	مرتبط بالموقف
Magic سحر	Magicalسحري	سحري
Logic منطق	Logicalمنطقي	منطقي

١ـ٤ خلاصة الاسبوع الاول

تساعد هذه الوحدة الطالب على فهم المفاهيم الأساسية للرياضة باللغة الإنكليزية، والتمييز بين أنواع الرياضات ومستويات الرياضيين، واكتساب المصطلحات التي يحتاج إليها في دراسته الأكاديمية في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.

١ـ٥ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- The person who practices sports is called .....

a- Goal keeper b- Swimmer c- Athlete or sportsman

2- An athlete practices sports as .....

a- Job b- Profession c- Hobby

3- Sportsman practices sports as a .....

a- Profession b- Hobby c- Career

4- In the first level in any sport, an athlete is called .....

a- Amateur b- Novice c- Elite

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences :

1- Sports can be divided into individuals and Teams sports (True)
2- Individual sports consist of swimming, boxing, Soccer, fencing ...etc. (False)
3- Some of the individual sports are: wrestling, athletics, & swimming (True)
4- Some of the team sports are: handball, soccer, & tennis (False)

Q/3: Do as required for the following:

1- Novice X **Elite**
2- Professional X **Amateur**
3- Indoors X **Outdoors**
4- Individual Sports X **Team Sports**
5- Hobby X **Profession**
6- Athlete X **Sportsman**

Q/4: Change the following nouns into adjectives:

1- Creation X **Creative**
2- Explosion X **Explosive**
3- Description X **Descriptive**
4- Nation X **National**
5- Situation X **Situational**
6- Magic X **Magical**
7- Logic X **Logical**

النشاط العملي

يقرأ الطالب فقرة قصيرة عن الرياضة، ثم يحدد فكرتها الرئيسة، ويستخرج منها خمس مفردات رياضية، ويذكر ضد كلمتين ومشتقًا واحدًا، ثم يسمي أجزاء محددة من جسم الإنسان باللغة الإنكليزية.

الأسبوع الثاني: تكملة الوحدة الأولى – الرياضة

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر معاني المفردات الأساسية الواردة في نص الرياضة.
- يستخلص الفكرة الرئيسة وبعض المعلومات من القطعة الاستيعابية.
- يميز بين أضداد المفردات وبعض مشتقاتها، ويتعرف على أسماء أجزاء الجسم باللغة الإنكليزية.

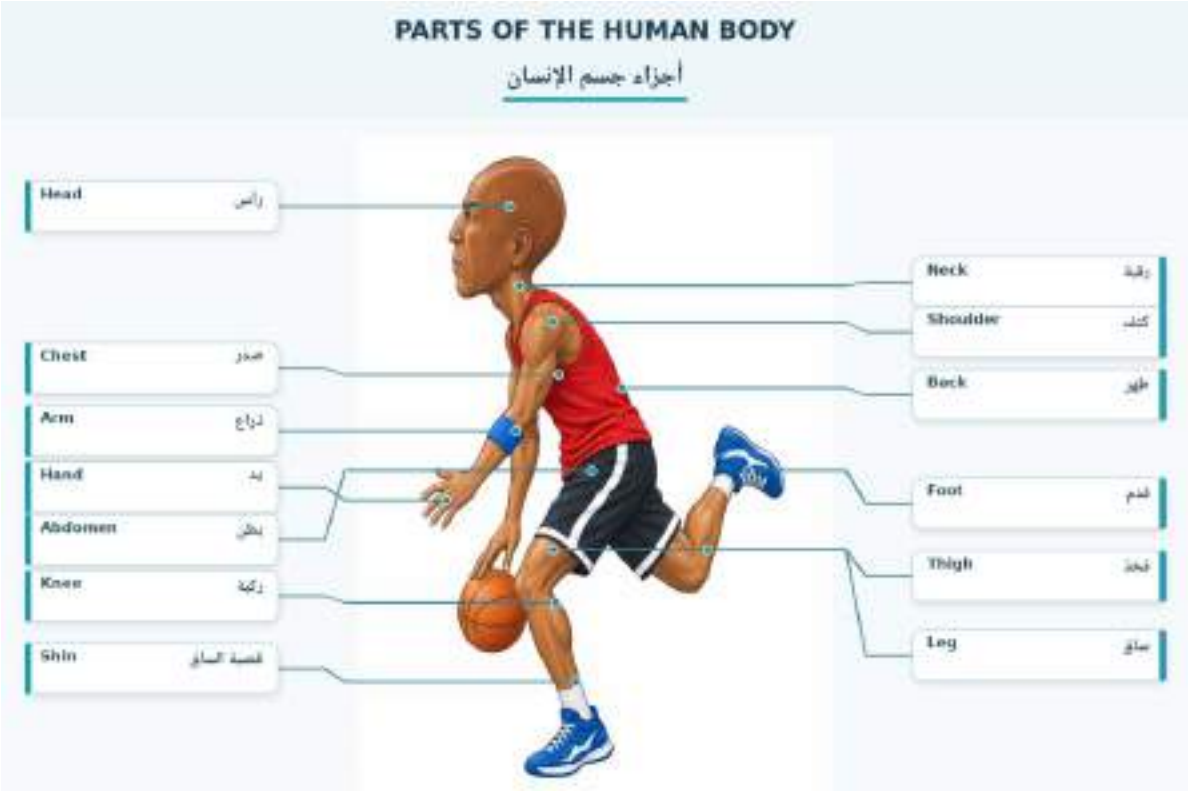
الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2**؛ من خلال فهم المفردات والمصطلحات الرياضية واستخلاص المعلومات من النص.

تمهيد :

يتضمن هذا الأسبوع تكملة لمفهوم الرياضة وأهميتها، والتعرّف على المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بها باللغة الإنكليزية، مع توضيح الفرق بين الرياضي المحترف (Professional Athlete) والرياضي الهاوي (Amateur Athlete)، والتعرّف على مستويات المهارة الرياضية، مثل المبتدئ (Novice)، والهاوي (Amateur)، والمحترف (Professional)، والنخبة (Elite). كما يتناول تصنيف الألعاب الرياضية إلى ألعاب فردية (Individual Sports)، مثل السباحة والتنس، وألعاب فرقية (Team Sports)، مثل كرة القدم وكرة السلة والكرة الطائرة، مع تدريب الطلبة على فهم النصوص الرياضية واستخراج المفردات الأساسية منها.

١-١ تعلّم أجزاء جسم الإنسان (Parts of the Human Body)

يساعد تعلّم أجزاء جسم الإنسان باللغة الإنكليزية طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة على اكتساب المصطلحات الأساسية المرتبطة بتشريح الجسم والحركة الرياضية، وفهم التعليمات التي يستخدمها المدرّسون والمدرّبون أثناء التمارين والتدريبات .كما يمكّنهم من تحديد أجزاء الجسم المشاركة في أداء المهارات الرياضية، وفهم البحوث والمراجع العلمية المتعلقة بالتشريح والفسلجة الرياضية، فضلاً عن تطوير مهارات القراءة والترجمة والتواصل باللغة الإنكليزية في المجال الرياضي. يتضمن هذا الأسبوع التعرّف على أسماء أجزاء جسم الإنسان باللغة الإنكليزية ومعانيها باللغة العربية، مثل الرأس (Head)، والذراع (Arm)، واليد (Hand)، والصدر (Chest)، والبطن (Abdomen)، والركبة (Knee)، والساق (Shin)، والرقبة (Neck)، والكتف (Shoulder)، والظهر (Back)، والفخذ (Thigh)، والقدم (Foot)، والرجل (Leg).



شكل (١): أجزاء الجسم

أمثلة على أجزاء الجسم باللغة الإنكليزية:

English	العربية
Head	الرأس
Neck	الرقبة
Shoulder	الكتف
Arm	الذراع
Hand	اليد
Chest	الصدر
Abdomen	البطن
Back	الظهر
Thigh	الفخذ
Knee	الركبة
Leg	الساق أو الرجل
Shin	قصبة الساق
Foot	القدم

١-٢ مثال تطبيقي:

عند تعلّم تمرين لعضلات الذراع، يحتاج الطالب إلى معرفة مصطلحات مثل Arm الذراع وShoulder الكتف مما يساعده على فهم شرح التمرين وتحديد أجزاء الجسم المشاركة في أدائه.

١-٣ الخلاصة:

يسهم تعلّم أجزاء الجسم باللغة الإنكليزية في ربط اللغة بالتطبيقات العملية في التربية البدنية وعلوم الرياضة، ويعزز قدرة الطالب على فهم المصطلحات التشريحية والرياضية واستخدامها بصورة صحيحة في دراسته وتدريبه.

١-٤ خلاصة الوحدة الاولى

تساعد هذه الوحدة الطالب على فهم المفاهيم الأساسية للرياضة باللغة الإنكليزية، والتمييز بين أنواع الرياضات ومستويات الرياضيين، واكتساب المصطلحات التي يحتاج إليها في دراسته الأكاديمية في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.

١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- An athlete practices his/her sport in a place specially made for that sport either ..... or .....

a- In a garden or in a garage

b- Indoors or outdoors

c- At home or at any square

2- Footballers play football in a .....

a- Court

b- Field

c- Garden

3- Swimmers practices their sport in a .....

a- Field

b- Court

c- Pool

4- Basketball players practice their sport in a .....

a- Court

b- Filed

c- Garden

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences :

1- Sportsman practices sport as a profession (False)

2- In the first level in any sport, an athlete is called novice (True)

3- In the second level in any sport, an athlete is called elite (False)

Q/3: Choose the correct answer and give the meaning for the following words:

1-

a- Head .....الرأس

b- Hade

c- Haed

2-

a- Amr

b- Arm.....الذراع

c- Arrm

3-

a- Hnad

b- Hadn

c- Hand.....اليد

4-

a- Chets

b- Chest.....الصدر

c- Chset

الأسبوع الثالث: الوحدة الثانية – كرة القدم

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بكرة القدم.
- يستخلص الفكرة الرئيسة ومعلومات محددة من القطعة الاستيعابية.
- يميز بين بعض المرادفات والمشتقات، ويستخدم مفردات الملابس والتحية في تواصل بسيط.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم المفردات الرياضية والنص واستخدام التراكيب في مواقف تواصل بسيطة.

تمهيد :

تتناول الوحدة الثانية موضوع كرة القدم بوصفها إحدى الألعاب الرياضية الجماعية الأكثر انتشارًا في العالم، إذ تعتمد على التعاون والعمل الجماعي والمهارات الفنية والبدنية للاعبين. وتهدف هذه الوحدة إلى تعريف الطلبة بالمفردات والمصطلحات الإنكليزية المرتبطة بكرة القدم، والتعرّف على عدد اللاعبين، ومدة المباراة، ومراكز اللعب، ومستلزمات اللاعب، فضلًا عن أهم المهارات الأساسية، مثل الركل والمراوغة وضرب الكرة بالرأس والسيطرة عليها. كما تتضمن الوحدة مجموعة من المفردات والمترادفات والاشتقاقات اللغوية المتعلقة باللعبة، مما يساعد طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة على تنمية حصيلتهم اللغوية، وفهم النصوص الرياضية باللغة الإنكليزية، واستخدام المصطلحات التخصصية بصورة صحيحة في المجالين الأكاديمي والرياضي.

١ـ١ القطعة الاستيعابية عن كرة القدم

وتشمل الوحدة تعريف كرة القدم بوصفها لعبة جماعية تتكون من فريقين، يضم كل فريق ١١ لاعبًا، أحدهم حارس المرمى (Goalkeeper)، وتوضيح زمن المباراة الذي يتكون من شوطين، مدة كل منهما ٤٥ دقيقة، مع استراحة بين الشوطين. كما تتناول مراكز اللاعبين داخل الملعب، وهي الدفاع (Defense)، والوسط (Midfield)، والهجوم (Attack)، والملابس والتجهيزات الرياضية، مثل القميص (Shirt)، والسراويل القصيرة (Shorts)، والجوارب (Socks)، وأحذية كرة القدم (Soccer Shoes)، وقفازات حارس المرمى (Gloves). كذلك، تتطرق الوحدة إلى المهارات الأساسية لكرة القدم، مثل الركل (Kicking)، وضرب الكرة بالرأس (Heading)، والمراوغة (Dribbling)، وقطع الكرة من المنافس (Tackling)، إضافة إلى المصطلحات المرتبطة بالمباراة، مثل الهدف (Goal)، والفوز (Win)، والتعادل (Draw)، والملعب (Field أو Pitch).



١-٢ المرادفات

تُسهم المرادفات (Synonyms) في اللغة الإنكليزية في زيادة الحصيلة اللغوية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ تساعدهم على التعرّف على الكلمات المختلفة التي تحمل المعنى نفسه أو معنى قريبًا منه، وفهم النصوص والمصطلحات الرياضية بصورة أفضل. كما تساعد المرادفات على تنويع المفردات المستخدمة في الكتابة والتحدث، وتجنّب تكرار الكلمات، وتعزيز مهارات القراءة والاستيعاب. وفي مجال كرة القدم، على سبيل المثال، يمكن استخدام كلمتي Game وMatch بمعنى مباراة، وكلمتي Goalkeeper وGoalie بمعنى حارس المرمى، مما يساعد الطلبة على فهم المصطلحات المتداولة في النصوص والمواقف الرياضية المختلفة.

أمثلة من المجال الرياضي:

1- Goalkeeper = Goalie
2- Game = Match
3- Tie = Draw
4- Pitch = Field
5- Soccer Shoes = Sneakers
6- Football = Soccer

١-٣ خلاصة الأسبوع الثالث

تسهم الوحدة في تطوير المفردات الإنكليزية المتخصصة لدى الطلبة، وتعزيز قدرتهم على فهم النصوص الرياضية واستخدام المصطلحات المتعلقة بكرة القدم بصورة صحيحة.

١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- In soccer, if one player is hurt, a ..... takes his place.
   a- Goal keeper
   b- Swimmer
   c- Substitute
2- In soccer, every match has two halves of ..... minutes each.
   a- 35
   b- 45
   c- 55
3- In soccer game, each team consists of ..... players.
   a- 10
   b- 11
   c- 12
4- In soccer match, players take a half time to .....
   a- Sleep
   b- Rest
   c- Run

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences :

1- Soccer is a handball game. (False)
2- Soccer is a team sport in which each team consists of 11 players. (True)
3- In soccer, every match has two halves of 35 minutes each. (False)
4- In soccer, players do not take a half time to rest. (False)
5- In soccer, each team tries to score money. (False)

النشاط العملي

يعمل الطلبة في أزواج؛ فيقرأ أحدهما جملًا قصيرة عن كرة القدم، ويحدد الآخر المفردات الرياضية والمرادفات الواردة فيها، ثم يتبادلان حوارًا قصيرًا يتضمن التحية والسؤال عن الملابس أو النشاط الرياضي.

الأسبوع الرابع: تكملة الوحدة الثانية – كرة القدم

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بكرة القدم.
- يستخلص الفكرة الرئيسة ومعلومات محددة من القطعة الاستيعابية.
- يميز بين بعض المرادفات والمشتقات، ويستخدم مفردات الملابس والتحية في تواصل بسيط.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم المفردات الرياضية والنص واستخدام التراكيب في مواقف تواصل بسيطة.

تمهيد

يتناول الأسبوع الرابع تكملة الوحدة الثانية لفعالية كرة القدم باللغة الإنكليزية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، إضافة الى تناول موضوع الاشتقاق حيث يمكّن الطالب من فهم بنية الكلمات الإنكليزية ومعانيها، وتوظيفها بصورة صحيحة في المصطلحات الرياضية والبحوث العلمية، مما يعزز كفاءته اللغوية والأكاديمية في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.

١ـ١ القطعة الاستيعابية عن كرة القدم

يتم اكمال شرح بشكل موسع لفعالية كرة القدم باللغة الإنكليزية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، لأنها تساعدهم على اكتساب المصطلحات الرياضية المتخصصة والتعرّف على القواعد الأساسية للعبة ومهاراتها ومراكز اللاعبين. كما تسهم في تطوير قدرتهم على قراءة النصوص الرياضية وفهمها، والتعرّف على المفردات المتعلقة بالتدريب والتحكيم والمنافسات، فضلًا عن تنمية مهارات القراءة والاستيعاب اللغوي. وتساعد هذه المعرفة الطلبة على متابعة المصادر والبحوث العلمية الأجنبية، والتواصل مع المدربين والرياضيين من مختلف البلدان، واستخدام اللغة الإنكليزية بصورة صحيحة في المواقف التعليمية والتدريبية. وبذلك، فإن الجمع بين المعرفة الرياضية واللغة الإنكليزية يعزز كفاءة الطلبة العلمية والمهنية، ويوسّع فرص استفادتهم من التطورات الحديثة في مجال كرة القدم.

١ـ٢ اللواحق الاشتقاقية

تُعدّ اللواحق الاشتقاقية (Derivational Suffixes) من الموضوعات المهمة في تعلّم اللغة الإنكليزية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ تساعدهم على تكوين كلمات جديدة من خلال إضافة لواحق إلى الكلمات الأصلية، مما يسهم في توسيع حصيلتهم اللغوية وفهم المصطلحات الرياضية المرتبطة بكرة القدم. فعلى سبيل المثال، تتحول كلمة Play إلى Player للدلالة على اللاعب، وكلمة Win إلى Winner للدلالة على الفائز، كما تتحول كلمة Football إلى Footballer للدلالة على لاعب كرة القدم. ويساعد تعلّم هذه الاشتقاقات الطلبة على التمييز بين أنواع الكلمات واستخدامها بصورة صحيحة في الجمل والنصوص الرياضية، فضلًا عن تحسين مهارات القراءة والكتابة والاستيعاب، وتسهيل فهم المفردات الجديدة المرتبطة باللعبة. أمثلة على الاشتقاقات باللغة الإنكليزية:

جدول اللواحق الاشتقاقية

الكلمة الأصلية	الكلمة المشتقة	اللاحقة	المعنى بالعربية
Play	Player	-er	يلعب –لاعب
Goal	Goalkeeper	-keeper	هدف –حارس مرمى
Football	Footballer	-er	كرة القدم –لاعب كرة قدم
Refereeing	Referee	—	التحكيم –حكم
Score	Scorekeeper	-keeper	يسجّل –مسجّل النتائج
Win	Winner	-er	يفوز –فائز

جدول صيغ الأفعال المرتبطة بمهارات كرة القدم

الفعل الأصلي	الصيغة الواردة في الملف	اللاحقة المضافة	المعنى بالعربية
Kick	Kicking	-ing	يركل –ركل الكرة
Dribble	Dribbling	-ing	يراوغ –المراوغة
Tackle	Tackling	-ing	يقطع الكرة أو ينافس على الاستحواذ – استخلاص الكرة
Control	Controlling	-ing	يسيطر –السيطرة
Trap	Trapping	-ing	يوقف الكرة أو يستقبلها للسيطرة عليها
Head	Heading	-ing	يضرب الكرة بالرأس

الخلاصة :تساعد هذه الأمثلة الطلبة على فهم كيفية تكوين الكلمات والصيغ المرتبطة بكرة القدم، والتعرّف على أسماء الأشخاص الذين يؤدون الأدوار الرياضية، وكذلك أسماء المهارات والأفعال المستخدمة في وصف اللعب .ومن المهم التمييز بين الاشتقاق (Derivation)، الذي قد ينتج كلمة جديدة مثل Win ⟶ Winner، وبين صيغة ing-التي تُستخدم هنا للتعبير عن المهارة أو الفعل مثل .Kick ⟶ Kicking

١-٣ المفردات الخاصة بالملابس (Vocabulary: Clothes)

تُعدّ مفردات الملابس باللغة الإنكليزية من الموضوعات المهمة لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، لأنها تساعدهم على التعرّف على الملابس والتجهيزات التي يرتديها لاعبو كرة القدم أثناء التدريب)Socks)السروال القصير(، و Shorts)القميص(، و Shirt والمنافسات .وتتضمن الوحدة مفردات مثل)القفازات (التي يرتديها Gloves)الأحذية الرياضية(، فضلًا عن Soccer Shoes / Sneakers)الجوارب(، و حارس المرمى .ويسهم تعلّم هذه المفردات في توسيع الحصيلة اللغوية للطلبة، وتعزيز قدرتهم على فهم

النصوص والتعليمات الرياضية باللغة الإنكليزية، واستخدام المصطلحات المتعلقة بالملابس والتجهيزات الرياضية بصورة صحيحة في المواقف التعليمية والتدريبية.

١-٤ خلاصة الأسبوع الرابع

تسهم الوحدة في تطوير المفردات الإنكليزية المتخصصة لدى الطلبة، وتعزيز قدرتهم على فهم النصوص الرياضية واستخدام المصطلحات المتعلقة بكرة القدم بصورة صحيحة.

١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- Soccer player wears a uniform that consists of shirt, short, socks and .....
   a- Cap
   b- Soccer shoes or sneakers
   c- Gloves
2- In soccer, the goalkeeper wears shin guards and .....
   a- Sunglasses
   b- Gloves
   c- Suit
3- There are many skills in soccer: kicking, heading, dribbling and .....
   a- Jumping
   b- Running
   c- Tackling
4- Soccer is .....
   a- Football
   b- Basketball
   c- Handball

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences:

1- The game Soccer is played in a field or a pitch. (True)
2- Soccer player doesn't wear a uniform that consists of shirt, short, knee socks and sneakers. (False)
3- In soccer, the goalkeeper wears shin guards and gloves. (True)
4- There are many skills in soccer: kicking, heading, dribbling and tackling. (True)
5- In soccer game, there are three halves. (False)

Q/3: Do as required for the following:

1- Play = **Player**
2- Goal = **Goalkeeper (Goalie)**
3- Football = **Footballer**
4- Refereeing = **Referee**
5- Score = **Scorekeeper**
6- Win X **Winner**

Q/4: Do as required for the following:

1. Kick = **Kicking**
2. Dribble = **Dribbling**
3. Tackle = **Tackling**
4. Control = **Controlling**
5. Trap = **Trapping**
6. Head = **Heading**

الأسبوع الخامس: الوحدة الثالثة – الملاكمة

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة برياضة الملاكمة.
- يستخلص معلومات محددة من القطعة الاستيعابية عن الملاكمة.
- يتعرف على بعض الاختصارات الرياضية، ويستخدم مفردات الروتين اليومي والتعريف بالنفس في عبارات بسيطة.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم مصطلحات الملاكمة والنص والتعبير البسيط عن النفس والروتين اليومي.

تمهيد

تتناول الوحدة الثالثة موضوع الملاكمة (Boxing)، بوصفها إحدى الرياضات الفردية التي تعتمد على المهارات الهجومية والدفاعية والتركيز البدني والذهني .تهدف الوحدة إلى تعريف طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة بالمفردات والمصطلحات الإنكليزية المرتبطة برياضة الملاكمة .كما تتضمن التعرف على أساسيات اللكم والحركات الدفاعية، والمعدات المستخدمة في هذه الرياضة .وتسلط الوحدة الضوء على بعض المصطلحات المهمة، مثل (Bout)و(Round)، والاختصارات المستخدمة في الملاكمة .وتساعد دراسة هذه الموضوعات الطلبة على تطوير لغتهم الإنكليزية الرياضية وربط المعرفة النظرية بالتطبيق العملي..

١ـ١ القطعة الاستيعابية عن الملاكمة

تساعد قطعة الملاكمة الطلبة على التعرف إلى رياضة الملاكمة وفهم طبيعتها بوصفها رياضة فردية يتنافس فيها ملاكمان .وتعرّفهم بالمفردات الإنكليزية الخاصة بالمهارات الهجومية، مثل (Jab)و (Cross) و (Hook)و .(Uppercut)كما توضح الحركات الدفاعية الأساسية، مثل (Slipping)و (Blocking) و (Clinching)و .(Cover-up)وتساعد الطلبة على تعلم أسماء المعدات المستخدمة في الملاكمة، مثل القفازات (Gloves)وواقي الرأس .(Headgear)وتسهم في تطوير مهارات القراءة والفهم باللغة الإنكليزية من خلال النصوص الرياضية المتخصصة .كما توسع معرفتهم بالمصطلحات المرتبطة بالمنافسات، وطرق الفوز بالنزال، وقواعد الملاكمة الأساسية .وبذلك تربط القطعة بين تعلم اللغة الإنكليزية والتطبيقات العملية في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.

BOXING: ATTIRE, ATTACKS AND DEFENSE

الملاكمة: الملابس واللكمات والحركات الدفاعية

BOXING ATTIRE | ملابس الملاكمة

Amateur Boxer | الملاكم الهاوي



Headgear	واقي الرأس
Undershirt	قميص داخلي
Shorts	سروال قصير
Gloves	قفازات
Boots	أحذية الملاكمة

Professional Boxer | الملاكم المحترف



Shorts	سروال قصير
Gloves	قفازات
Boots	أحذية الملاكمة

ATTACK: FOUR BASIC PUNCHES

الهجوم: أربع لكمات أساسية

Jab

لكمة أمامية مستقيمة



Cross

لكمة مستقيمة باليد الخلفية



Hook

لكمة خطافية



Uppercut

لكمة صاعدة



DEFENSE: BASIC MOVEMENTS

الدفاع: الحركات الأساسية

Slipping

تفادي اللكمة



Blocking

صد اللكمات



Clinching

الالتحام



Cover-up

التغطية الدفاعية



Basic boxing terminology | مفردات أساسية في الملاكمة

١ـ ٢ الاختصارات Acronyms and Initialisms

تساعد الاختصارات في اللغة الإنكليزية الطلبة على فهم المصطلحات الرياضية الطويلة والتعرف إلى طريقة اختصارها في النصوص والمنافسات .يشير مصطلح Acronymsإلى الاختصارات التي تُنطق عادةً ككلمة واحدة، مثل (NATO)، بينما يشير Initialismsإلى الاختصارات التي تُنطق فيها الحروف منفردة .من أمثلة الاختصارات المستخدمة في الملاكمة (KO)، وهي اختصار لـ (Knockout)، أي الفوز بالضربة القاضية .ومن الأمثلة أيضاً (TKO)، وهي اختصار لـ (Technical Knockout)، أي الضربة القاضية الفنية .يساعد تعلم هذه الاختصارات الطلبة على فهم التقارير الرياضية ونتائج المباريات والمصطلحات المستخدمة من قبل الحكام والمدربين .كما يعزز قدرتهم على قراءة المصادر الرياضية باللغة الإنكليزية واستخدام المصطلحات المتخصصة بدقة في دراستهم الجامعية.

امثلة:

1- In boxing, ... are the first letters of 'knocked out'. if the knocked down boxer does not response to the referee's counting then he is ruled 'knocked out' (whether he is conscious or not) and the other boxer is ruled the winner by knockout.
   a- KO
   b- OK
   c- TKO
2- In boxing, ... refers to a 'technical knockout' which is ruled by the referee, fight doctor, or a fighter's coach if a fighter is unable to safety continue to fight, based upon injuries or being judged unable to defend himself.
   a- TKO
   b- KOT
   c- TOK

١ـ٣ خلاصة الأسبوع الخامس

تكمن الأهمية في مساعدة الطلبة على فهم قوانين الملاكمة، وقراءة نتائج المنافسات، والتعرف إلى كيفية تقسيم النزال إلى جولات .كما تسهم في تجنب الخلط بين المصطلحات الرياضية عند الترجمة أو الكتابة باللغة الإنكليزية، وتزيد من دقة استخدامهم للمفردات المتخصصة في مجالهم الأكاديمي والمهني.

٤ـ١ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- Boxing is .....
   a- A Team Sport
   b- An Individual Sport
   c- Both A & B
2- In Boxing, the two boxers try to ..... each other.
   a- Shake hands
   b- Hug
   c- Hit
3- In Boxing, bouts are won by a count-out, by forcing an opponent to ..... or on points.
   a- Play
   b- Retire
   c- Fight
4- In Boxing, most bouts are held in a .....
   a- Field
   b- Ring
   c- Court

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences :

1- Boxing is a team game. (False)
2- Boxing is an individual sport consists of 2 players. (True)
3- In Boxing, the two boxers try to hug each other. (False)
4- In Boxing, bouts are won by a count-out, by forcing an opponent to retire or on points. (True)
5- In Boxing, most bouts are held in a court. (False)

النشاط العملي

يقرأ الطالب فقرة قصيرة عن الملاكمة، ثم يجيب عن أسئلة الفهم، ويفسر اختصارًا رياضيًا واحدًا. بعد ذلك يقدم تعريفًا شفهيًا موجزًا بنفسه، ويذكر نشاطًا من روتينه اليومي.

الأسبوع السادس: تكملة الوحدة الثالثة – الملاكمة

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة برياضة الملاكمة.
- يستخلص معلومات محددة من القطعة الاستيعابية عن الملاكمة.
- يتعرف على بعض الاختصارات الرياضية، ويستخدم مفردات الروتين اليومي والتعريف بالنفس في عبارات بسيطة.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم مصطلحات الملاكمة والنص والتعبير البسيط عن النفس والروتين اليومي.

تمهيد

يتناول الأسبوع السادس تكملة الوحدة الثالثة رياضة الملاكمة (Boxing)، وهي إحدى الرياضات الفردية التي تتطلب امتلاك مجموعة من المهارات البدنية والفنية والقدرات الذهنية. وتركز الوحدة على تعريف الطلبة بالمفردات والمصطلحات الإنكليزية المتعلقة بهذه الرياضة، بما في ذلك المهارات الهجومية والحركات الدفاعية والمعدات المستخدمة فيها. كما تتناول بعض المصطلحات الخاصة بالنزالات والجولات والاختصارات الرياضية الشائعة. وتسهم هذه الموضوعات في تنمية المعرفة الرياضية واللغوية لدى طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة. كذلك تساعدهم على توظيف اللغة الإنكليزية في فهم النصوص والمعلومات المرتبطة بالمجال الرياضي...

١-١ أهمية معرفة الفرق بين Boutو Round

يساعد التمييز بين المصطلحين Boutو Roundطلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة على فهم تفاصيل المنافسات في رياضة الملاكمة بصورة صحيحة .فكلمة (Bout)تعني النزال كاملاً من بدايته إلى نهايته، أما كلمة (Round)فتعني الجولة الواحدة ضمن ذلك النزال.

مثال توضيحي:

- Bout: The boxing bout lasted three rounds. المعنى: استمر نزال الملاكمة ثلاث جولات.
- Round: The boxer won the first round. المعنى: فاز الملاكم بالجولة الأولى.

وتكمن أهمية معرفة الفرق بينهما في مساعدة الطلبة على فهم قوانين الملاكمة، وقراءة نتائج المنافسات، والتعرف إلى كيفية تقسيم النزال إلى جولات .كما تسهم في تجنب الخلط بين المصطلحات الرياضية عند الترجمة أو الكتابة باللغة الإنكليزية، وتزيد من دقة استخدامهم للمفردات المتخصصة في مجالهم الأكاديمي والمهني.

١-٢ أهمية المفردات (Vocabulary: Daily Routines)

تُعد مفردات الروتين اليومي (Daily Routines)من الموضوعات المهمة في تعلم اللغة الإنكليزية، إذ تساعد طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة على التعبير عن الأنشطة اليومية التي يمارسونها، مثل الاستيقاظ

والنوم وتناول الطعام وممارسة التمارين الرياضية .كما تسهم في تنمية مهارات القراءة والكتابة والتحدث، وتمكّن الطلبة من وصف نظامهم اليومي وتنظيم أوقاتهم بين الدراسة والتدريب والراحة .وتساعد هذه المفردات على اكتساب اللغة المستخدمة في الحياة اليومية، وربطها بالنشاط البدني والعادات الصحية للرياضيين .كذلك تعزز قدرة الطلبة على تكوين جمل إنكليزية صحيحة والتواصل مع الآخرين، مما يدعم تطورهم اللغوي والأكاديمي.

١-٣ خلاصة الأسبوع السادس

تكتسب الوحدة الثالثة أهمية كبيرة لطلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة، لأنها تسهم في تطوير مهاراتهم في اللغة الإنكليزية من خلال التعرف إلى المصطلحات الرياضية المرتبطة بالملاكمة، وفهم المهارات الهجومية والدفاعية والمعدات المستخدمة فيها .كما تساعدهم على التمييز بين المصطلحات الخاصة بالنزال والجولة، والتعرف إلى الاختصارات الرياضية الشائعة، فضلاً عن اكتساب مفردات اللغة الإنكليزية المستخدمة في الحياة اليومية .وبذلك تجمع الوحدة بين تنمية المعرفة الرياضية وتطوير المهارات اللغوية، مما يعزز قدرة الطلبة على فهم النصوص الرياضية والتواصل باستخدام المصطلحات الإنكليزية بصورة صحيحة.

١-٤ أسئلة و أنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- In Boxing, both amateurs and professionals wear gloves, gum shield, and .....
   a- Headgear
   b- Boots
   c- Both A & B
2- In Boxing (attack), there are four basic punches: jab, cross, hook, and .....
   a- Slipping
   b- Clinching
   c- Uppercut
3- In Boxing (defense), there are several basic movements that a boxer can use in order to evade or block the punches of his opponent, they are: slipping, blocking, clinching, and .....
   a- Uppercut
   b- Cover-up
   c- Hook

4- in Boxing, ... is the whole boxing match from the beginning to the end in which a predetermined number of rounds passes.
   a- Bout
   b- Round
   c- Ring

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences :

1- In Boxing, professionals wear only headgear. (False)
2- In Boxing, both amateurs and professionals wear gloves, gum shield, and boots. (True)
3- In Boxing (attack), there are four basic punches: jab, cross, hook, and uppercut. (True)
4- In Boxing (defense), there are several basic movements that a boxer can use in order to evade or block the punches of his opponent, they are: slipping, blocking, clinching, and hook. (False)

النشاط العملي

ينفذ الطلبة حوارًا ثنائيًا قصيرًا؛ يسأل أحدهما عن رياضة الملاكمة أو الروتين اليومي، ويجيب الآخر باستخدام مفردات الوحدة. ثم يكتب كل طالب جملة توضح الفرق بين **Bout** و**Round**.

الأسبوع السابع: امتحان نصف الفصل الدراسي

مخرجات التعلم التي يخدمها هذا الأسبوع:

- يفسر المفردات والمصطلحات التي تناولتها الوحدات السابقة.
- يستخلص الأفكار والمعلومات الرئيسة من النصوص الرياضية التي درسها.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يقيس هذا الأسبوع **CLO1** و**CLO2**، وفق ارتباط امتحان منتصف الفصل في وصف المقرر.

الأسبوع الثامن: الوحدة الرابعة – رفع الأثقال

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة برفع الأثقال.
- يستخلص معلومات رئيسة من القطعة الاستيعابية.
- يستخدم صيغ الجمع ومفردات الأشكال والعائلة في جمل بسيطة، ويقدم شخصًا آخر باللغة الإنكليزية.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم مفردات النص واستخدام التراكيب في التواصل البسيط.

تمهيد

تتناول الوحدة الرابعة موضوع رفع الأثقال(Weightlifting) ، بوصفها إحدى الرياضات التي تعتمد على رفع الأوزان الثقيلة باستخدام قضبان خاصة تسمى.(Barbells) وتعرّف الطلبة بالمعلومات الأساسية المتعلقة بهذه الرياضة، ومنها أنواع الرفعات والأدوات المستخدمة فيها. كما توضح بعض القواعد المرتبطة بأداء الرفعات والإشارات التي يستخدمها الحكام لتحديد صحة الأداء. وتساعد الوحدة على اكتساب مفردات ومصطلحات إنكليزية متخصصة في مجال رفع الأثقال. وبذلك تسهم في تطوير المعرفة الرياضية والمهارات اللغوية لدى طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة.

١-١ القطعة الاستيعابية عن رفع الاثقال

تساعد القطعة الطلبة على التعرف إلى رياضة رفع الأثقال وفهم مفهومها باللغة الإنكليزية. تعرّفهم بالمصطلحات الرياضية المرتبطة برفع الأوزان، مثل Weightliftingو.Barbell . توسع الحصيلة اللغوية للطلبة من خلال تعلم المفردات المتخصصة في مجال القوة والتدريب. تساعد على فهم أنواع الرفعات الأولمبية، وهي Snatchو.Clean and Jerk . تنمّي مهارة القراءة والاستيعاب من خلال تحديد المعلومات والأفكار الرئيسة في النص. تربط تعلم اللغة الإنكليزية بالمعلومات النظرية التي يحتاج إليها الطلبة في دراستهم الرياضية. تمكّن الطلبة من فهم بعض المصطلحات والتعليمات المستخدمة في التدريب والمنافسات الخاصة برفع الأثقال.



١- ٢ الفرق بين Dumbbellو Barbell

يساعد التمييز بين المصطلحين على التعرف إلى أدوات التدريب المستخدمة في تمارين القوة ورفع الأثقال. Dumbbell هو ثقل يدوي قصير، له وزن عند كل طرف، ويُستخدم في تقوية عضلات الذراعين والكتفين. Barbell هو قضيب معدني طويل توضع الأوزان عند طرفيه، ويُستخدم في رياضة رفع الأثقال والتمارين الرياضية. يساعد فهم الفرق على اختيار الاسم الإنكليزي الصحيح عند وصف أدوات التدريب.

مثال على — .Dumbbell: The athlete lifts a dumbbellالرياضي يرفع ثقلاً يدوياً.

مثال على — .Barbell: The athlete lifts a barbellالرياضي يرفع قضيب الأثقال.

١-٣ خلاصة الأسبوع الثامن

تكتسب الوحدة الرابعة أهمية كبيرة لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة؛ إذ تتناول رياضة رفع الأثقال (Weightlifting) والمصطلحات الإنكليزية المرتبطة بها، مثل Dumbbell وBarbell، وتوضح الفرق بين الأدوات المستخدمة في تمارين القوة. كما تعرّف الطلبة ببعض أنواع الرفعات، مثل Snatch وClean and Jerk، والمفردات المرتبطة بقواعد الأداء والأوزان المسموح بها. وتسهم الوحدة في تنمية مهارات القراءة والاستيعاب وتوسيع الحصيلة اللغوية الرياضية، فضلاً عن مساعدة الطلبة على فهم التعليمات والمصطلحات الإنكليزية المستخدمة في التدريب والمنافسات الرياضية.

١ـ٤ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- ..... is a sport of lifting heavy weights on bars called barbells.
   a- Boxing
   b- Weightlifting
   c- Swimming
2- There are ..... current Olympic weightlifting events, the snatch, and the clean and jerk.
   a- Four
   b- Three
   c- Two
3- In weightlifting, all lifts must take place on a .....
   a- Ring
   b- Platform
   c- Pool
4- In weightlifting, when the light is white, it is a .....
   a- No lift
   b- Good lift
   c- Both

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences:

1- Weightlifting is a sport of lifting heavy weights on bars called barbells. (True)
2- Weightlifting is a sport of lifting heavy weights on bars called dumbbells. (False)
3- There are three current Olympic weightlifting events, the snatch, and the clean and jerk. (False)
4- There are two current Olympic weightlifting events, the snatch, and the clean and jerk. (True)
5- In weightlifting, all lifts must take place on a platform. (True)

النشاط العملي

يحدد الطالب المفردات المتعلقة برفع الأثقال في فقرة قصيرة، ثم يكتب جملتين باستخدام صيغة الجمع، ويقدم زميلًا له بجملتين بسيطتين باللغة الإنكليزية.

الأسبوع التاسع: تكملة الوحدة الرابعة – رفع الأثقال

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة برفع الأثقال.
- يستخلص معلومات رئيسة من القطعة الاستيعابية.
- يستخدم صيغ الجمع ومفردات الأشكال والعائلة في جمل بسيطة، ويقدم شخصًا آخر باللغة الإنكليزية.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم مفردات النص واستخدام التراكيب في التواصل البسيط.

تمهيد

تعدّ هذه الوحدة امتدادًا لما تناوله الطلبة في المحاضرة السابقة، إذ تسهم في تعزيز معرفتهم باللغة الإنكليزية المستخدمة في المجال الرياضي، من خلال التعرف على رياضة رفع الأثقال (**Weightlifting**) والمفردات المرتبطة بها. كما توضح الفرق بين الأدوات المستخدمة في تدريبات القوة، مثل الدمبل (**Dumbbell**) والباربل (**Barbell**)، وتعرّف الطلبة بأنواع الرفعات الأساسية، ومنها الخطف (**Snatch**) والنتر (**Clean and Jerk**). وتساعد هذه الموضوعات على تنمية مهارات القراءة والاستيعاب، وتوسيع الحصيلة اللغوية الرياضية، بما يمكّن الطلبة من فهم المصطلحات والتعليمات الإنكليزية المرتبطة بالتدريب والمنافسات الرياضية، والربط بين المعرفة اللغوية والتطبيقات العملية في التربية البدنية وعلوم الرياضة..

١-١ الفرق بين Allow وPermit

تساعد معرفة الفرق بين Allow وPermit الطلبة على فهم النصوص والتعليمات الرياضية واستخدام المفردات الإنكليزية بصورة صحيحة .وتؤدي الكلمتان معنى السماح، لكن Allow أكثر شيوعاً في المواقف اليومية، بينما Permit تميل إلى الاستخدام الرسمي، ولا سيما في القواعد واللوائح.

- Allow — يسمح:

.The coach allows the players to rest

الترجمة: يسمح المدرب للاعبين بالراحة.

- Permit — يسمح / يجيز:

.The rules permit this grip

الترجمة: تسمح القواعد بهذه المسكة.

وتظهر أهمية هذين التعبيرين في موضوع الوحدة الرابعة؛ إذ وردت كلمة allowed عند الحديث عن الأوزان المسموح بها، وكلمة permitted عند الحديث عن المسكة المسموح بها في رفع الأثقال.

١- ٢ أهمية Stages وFamily

١. Stages — المراحل

تساعد كلمة Stages الطلبة على التعبير عن المراحل المتتابعة في الأنشطة والعمليات المختلفة. وفي المجال الرياضي، يمكن استخدامها لوصف مراحل تعلم مهارة حركية أو مراحل إعداد اللاعب بدنياً ومهارياً. كما تسهم في تنظيم الأفكار وشرح خطوات الأداء الرياضي باللغة الإنكليزية.

Example: Training has different stages.

الترجمة :للتدريب مراحل مختلفة.

٢. Family — العائلة

تساعد مفردات Family الطلبة على اكتساب كلمات مرتبطة بأفراد الأسرة والتواصل اليومي. كما تنمّي قدرتهم على تكوين جمل بسيطة والتحدث عن حياتهم الشخصية باللغة الإنكليزية. ويمكن ربطها بالمجال الرياضي عند الحديث عن دور الأسرة في دعم اللاعب وتشجيعه على ممارسة النشاط البدني.

Example: My family supports my sports activities.

الترجمة :تدعم عائلتي أنشطتي الرياضية.

١-٣ الخلاصة

تُسهم الوحدة الرابعة في تعزيز معرفة طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بالمصطلحات الإنكليزية الخاصة برفع الأثقال، والتعرّف على أدوات تمارين القوة وأنواع الرفعات الأساسية وقواعد أدائها. كما تساعد على تنمية مهارات القراءة والاستيعاب وتوسيع الحصيلة اللغوية الرياضية، بما يدعم قدرة الطلبة على فهم المصطلحات والتعليمات المستخدمة في المجال الرياضي.

١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- In weightlifting, ... is the only permitted grip.
   a- Headgear
   b- Hook
   c- Both

2- In weightlifting, the ..... is one single continuous movement.
   a- Clean and jerk
   b- Hook
   c- Snatch

3- In weightlifting, the ..... is a lift of two movements with a recovery in between, it's also known as "The King of lifts".
   a- Snatch

b- Clean and jerk

c- Hook

4- In weightlifting, heavy weights are allowed in weightlifting event of .....

a- Snatch

b- Hook

c- Clean and jerk

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences:

1- In weightlifting, the clean and jerk is a lift of four movements with a recovery in between. (False)
2- In weightlifting, heavy weights are allowed in weightlifting event of the clean and jerk. (True)
3- In weightlifting, heavy weights are allowed in weightlifting event of the snatch. (False)
4- In weightlifting, dumbbell is a short bar with a weight at each end, used for strengthening the arm and shoulder muscles. (True)
5- In weightlifting, barbell is a short bar with a weight at each end, used for strengthening the arm and shoulder muscles. (False)

النشاط العملي

يحدد الطالب المفردات المتعلقة برفع الأثقال في فقرة قصيرة، ثم يكتب جملتين باستخدام صيغة الجمع، ويقدم زميلًا له بجملتين بسيطتين باللغة الإنكليزية.

الأسبوع العاشر: الوحدة الخامسة – ألعاب القوى

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بألعاب القوى.
- يستخلص المعلومات الرئيسة من القطعة الاستيعابية.
- يتعرف على بعض طرائق تكوين الكلمات، ويستخدم مفردات المشاعر وطلب الإذن في عبارات بسيطة.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم المصطلحات والنص واستخدام المفردات في تواصل بسيط.

تمهيد :

تتناول الوحدة الخامسة موضوع ألعاب القوى (Athletics)، التي تُعدّ من الأنشطة الرياضية الأساسية التي تعتمد على مهارات الإنسان الحركية. وتشمل هذه المهارات الجري (Running)، والوثب (Jumping)، والرمي .(Throwing) كما توضح الوحدة أنواع مسابقات ألعاب القوى، التي تنقسم إلى مسابقات المضمار (Track Events)ومسابقات الميدان .(Field Events) وتعرّف الطلبة ببعض المفردات الإنكليزية المرتبطة بالمضمار والمسارات والخطوط المستخدمة في المنافسات الرياضية. وتهدف الوحدة إلى تطوير معرفة الطلبة بالمصطلحات الرياضية الإنكليزية وتعزيز قدرتهم على فهم النصوص المتخصصة في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة.

١ـ١ القطعة الاستيعابية عن العاب القوى

تساعد القطعة الطلبة على التعرّف على مفهوم ألعاب القوى ومهاراتها الأساسية، حيث تعرّفهم بالمفردات الإنكليزية المتعلقة بالجري والوثب والرمي. اذ توضح الفرق بين مسابقات المضمار (Track Events) ومسابقات الميدان (Field Events).. علاوة على ذلك، تساعد القطعة على فهم أنواع مسابقات الجري، مثل المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة. توسّع القطعة الاستيعابية الحصيلة اللغوية للطلبة بالمصطلحات المستخدمة في ألعاب القوى، اذ تنمّي مهارات القراءة والاستيعاب وفهم المعلومات الرياضية باللغة الإنكليزية و تربط المعرفة اللغوية بالتطبيق العملي، مما يساعد الطلبة على فهم المصطلحات المستخدمة في التدريب والمنافسات الرياضية



١- ٢ الفرق بين Line و Lane

يُعدّ التمييز بين كلمتي (Lane)و (Line)مهماً لطلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة؛ لأن كليهما يرتبط بتنظيم المساحات الرياضية وتحديدها. تشير كلمة Laneإلى مسار محدد يستخدمه متسابق واحد في سباقات المضمار أو السباحة. أما كلمة Lineفتعني خطاً يُرسم لتحديد حدود منطقة اللعب أو بيان موقع معين. يساعد هذا الفرق الطلبة على فهم التعليمات والقواعد المرتبطة بالمنافسات الرياضية.

مثال على Lane: The runner is running in lane three. — يجري العداء في المسار الثالث.

مثال على Line: The player stands behind the line. — يقف اللاعب خلف الخط.

١-٣ خلاصة الأسبوع العاشر

تُسهم الوحدة الخامسة (Athletics) في تطوير المعرفة اللغوية والرياضية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، من خلال التعرف على مهارات ألعاب القوى الأساسية، وأنواع مسابقاتها، والمصطلحات الإنكليزية المرتبطة بها. كما تساعد على التمييز بين (Lane) و(Line)، والتعرف على الأشكال الهندسية وعلاقتها بالميادين والمضامير الرياضية، فضلاً عن فهم قواعد الجمع في اللغة الإنكليزية. وتنعكس أهمية هذه الموضوعات في تنمية مهارات القراءة والاستيعاب، وتعزيز قدرة الطلبة على استخدام المفردات والقواعد الإنكليزية في وصف الأنشطة والمنشآت الرياضية بصورة صحيحة.

١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- Athletics contains the basic human skills; running, jumping and .....

a- Talking b- Throwing c- Walking

2- All athletics events, except pole vault, were used by man to .....

a- Live b- Run c- Survive

3- Athletics takes place in ..... of eight lanes that encloses a large field.

a- An oval shaped ring

b- An oval shaped track

c- An oval shaped platform

4- Athletics is divided into two events; track events and .....

a- Walking events b- Field events c- Running events

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences:

1- Athletics contains the basic human skills; running, jumping and throwing.(True)

2- Athletics does not contains the basic human skills; running, jumping and throwing.(False)

3- Athletics contain the basic human skills; running, jumping and Javelin.(False)

4- All athletics events, except pole vault, were used by man to survive. (True)

5- All athletics events, except pole vault, were used by man to live. (False)

النشاط العملي

يقرأ الطالب فقرة عن ألعاب القوى ويصنف مفرداتها إلى جري ووثب ورمي، ثم يختار مفردة شعور واحدة ويستخدمها في جملة، ويصوغ عبارة بسيطة لطلب الإذن.

الأسبوع الحادي عشر: الوحدة الخامسة – ألعاب القوى

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بألعاب القوى.
- يستخلص المعلومات الرئيسة من القطعة الاستيعابية.
- يتعرف على بعض طرائق تكوين الكلمات، ويستخدم مفردات المشاعر وطلب الإذن في عبارات بسيطة.

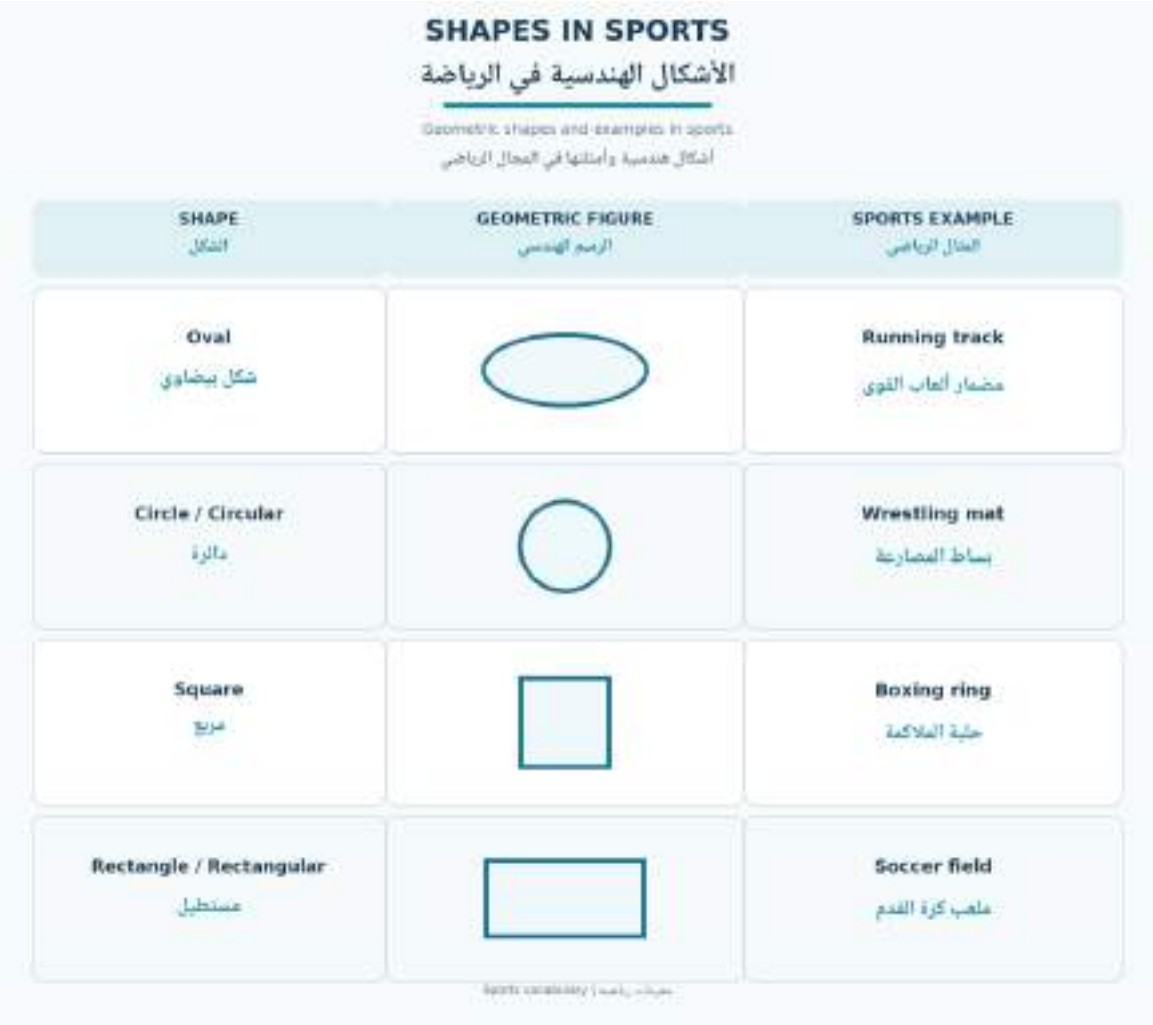
الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم المصطلحات والنص واستخدام المفردات في تواصل بسيط.

١-١ تمهيد

استكمالاً لما تم تناوله في الأسبوع الماضي، تتناول الوحدة الخامسة موضوع ألعاب القوى (Athletics)، بوصفها من الأنشطة الرياضية التي تعتمد على مجموعة من المهارات الحركية الأساسية، المتمثلة في الجري (Running)، والوثب (Jumping)، والرمي (Throwing).كما تتطرق إلى أنواع مسابقات ألعاب القوى، التي تشمل مسابقات المضمار (Track Events)ومسابقات الميدان (Field Events)، مع التركيز على المفردات الإنكليزية المتعلقة بالمضامير والمسارات والخطوط المستخدمة في المنافسات الرياضية .وتسعى هذه الوحدة إلى تعزيز المعرفة اللغوية والتخصصية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، وتنمية قدرتهم على فهم النصوص الرياضية باللغة الإنكليزية واستخدام المصطلحات المرتبطة بمجال تخصصهم بصورة صحيحة..

١-٢ أهمية الاشكال و علاقتها بالميادين الرياضية Shapes

تُعدّ كلمة **Shapes**بمعنى الأشكال من المفردات المهمة في اللغة الإنكليزية الرياضية؛ لأنها تساعد الطلبة على وصف شكل الملاعب والميادين والمضامير الرياضية .وتظهر أهمية هذه المفردات في فهم تصميم المنشآت الرياضية وتحديد أبعادها وتنظيم المساحات المخصصة للمنافسات .وقد ورد في الوحدة وصف مضمار ألعاب القوى بأنه بيضوي الشكل **(Oval-shaped track)**، ويحيط بميدان واسع.



أمثلة باللغة الإنكليزية:

- Oval shape: شكل بيضوي، مثل مضمار ألعاب القوى.
- Rectangle: مستطيل، مثل شكل ملعب كرة القدم تقريباً.
- Circle: دائرة، مثل الدائرة المستخدمة في بعض مسابقات ألعاب القوى.
- Square: مربع، مثل بعض المساحات التدريبية المربعة.

وتساعد معرفة هذه الأشكال الطلبة على وصف المنشآت الرياضية باللغة الإنكليزية، وفهم المصطلحات المتعلقة بتصميم الملاعب وتنظيم المنافسات.

١-٣ الجمع في اللغة الإنكليزية

يُعدّ الجمع (Plural) من القواعد الأساسية في اللغة الإنكليزية، إذ يُستخدم للتعبير عن وجود شيئين أو أكثر، ويساعد طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة على وصف الأدوات واللاعبين والمسارات والأنشطة الرياضية بصورة صحيحة.

ومن أهم قواعد الجمع إضافة s أو es إلى نهاية الاسم في حالات شائعة، مع وجود كلمات يتغير شكلها عند الجمع.

المفرد Singular	الجمع Plural	المعنى
Lane	**Lanes**	مسار –مسارات
Player	**Players**	لاعب –لاعبون
Event	**Events**	مسابقة –مسابقات
Box	**Boxes**	صندوق –صناديق
Class	**Classes**	صف أو فئة –صفوف أو فئات
Child	**Children**	طفل –أطفال

أمثلة رياضية:

- The track has eight lanes. —— يحتوي المضمار على ثمانية مسارات.
- The players are training. —— يتدرب اللاعبون.
- Athletics includes different events. —— تشمل ألعاب القوى مسابقات مختلفة.

وتكمن أهمية تعلم الجمع في تمكين الطلبة من قراءة النصوص الرياضية وفهمها، وكتابة الجمل الصحيحة، والتعبير عن تعدد اللاعبين والأدوات والمسابقات في المجال الرياضي.

١-٤ خلاصة الأسبوع الحادي عشر

تسهم الوحدة الخامسة (Athletics) في تعزيز المعرفة اللغوية والرياضية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، من خلال التعرف على المهارات الأساسية لألعاب القوى وأنواع مسابقاتها والمصطلحات الإنكليزية المرتبطة بها، وفهم أهمية الأشكال الهندسية (Shapes) وعلاقتها بالميادين والمضامير الرياضية، إذ تسهم معرفة الأشكال، مثل الشكل البيضوي والمستطيل والدائرة، في وصف تصاميم المنشآت الرياضية وتحديد المساحات المخصصة للأنشطة والمنافسات. فضلاً عن ذلك، تعزز الوحدة فهم قواعد الجمع (Plural) في اللغة الإنكليزية، وتمكّن الطلبة من التعبير بصورة صحيحة عن تعدد اللاعبين والمسارات والمسابقات والأدوات الرياضية. وبذلك، تسهم موضوعات الوحدة في تنمية مهارات القراءة والاستيعاب، وتطوير قدرة الطلبة على توظيف المفردات والقواعد الإنكليزية في وصف الأنشطة والمنشآت الرياضية بدقة ووضوح.١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم

١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- In athletics, the track events consist of; walking events, hurdles, running events, and .....
   a- Javelin
   b- Relay
   c- Hammer throwing

2- In running events, the 100 m running is called .....

a- Short distance running

b- Long distance running

c- Dash

3- In running events, the 200m & 400m are called .....

a- Long distance running

b- Short distance running

c- Middle distance running

4- In running events, the 800m & 1500m are called .....

a- Long distance running

b- Short distance running

c- Middle distance running

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences:

1- All athletics events, except pole vault, were used by man to live. (False)
2- Athletics takes place in an oval shaped track of eight lanes that encloses a large field. (True)
3- Athletics takes place in an oval shaped ring of eight lanes that encloses a large field. (False)
4- Athletics is divided into two events; track events and filed events. (True)
5- Athletics is divided into two events; track events and throwing events. (False)

النشاط العملي

يقرأ الطالب فقرة عن ألعاب القوى ويصنف مفرداتها إلى جري ووثب ورمي، ثم يختار مفردة شعور واحدة ويستخدمها في جملة، ويصوغ عبارة بسيطة لطلب الإذن.

الأسبوع الثاني عشر: تكملة الوحدة الخامسة – ألعاب القوى

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بألعاب القوى.
- يستخلص المعلومات الرئيسة من القطعة الاستيعابية.
- يتعرف على بعض طرائق تكوين الكلمات، ويستخدم مفردات المشاعر وطلب الإذن في عبارات بسيطة.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم المصطلحات والنص واستخدام المفردات في تواصل بسيط.

تمهيد

نظرا لأهمية الوحدة الخامسة كونها تتكلم عن مادة أساسية تدرس في مرحلة البكالوريوس لطلبة التربية البدنية و علوم الرياضة، يتضمن الأسبوع الثاني عشر مراجعة شاملة لما تم تناوله في الأسبوعين الماضين العاشر و الحادي عشر، اذ تسلط الضوء على مجموعة من المفردات الإنكليزية المتعلقة بالمضامير والمسارات والخطوط المستخدمة في المنافسات الرياضية. وتهدف الوحدة إلى تنمية المعرفة اللغوية والتخصصية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة من خلال التطرق الى موضوع الاستئذان و المشاعر و أيضا موضوع تكوين الكلمات مما يعزز قدرت الطلبة على استيعاب النصوص الرياضية باللغة الإنكليزية، وفهم المصطلحات التخصصية واستخدامها بصورة صحيحة في المجال الرياضي.

١-٢ الاستئذان و المشاعر

تكتسب مصطلحات المشاعر باللغة الإنكليزية أهمية كبيرة لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة؛ إذ تساعدهم على التعبير عن الحالات النفسية والانفعالية التي يمر بها الرياضيون أثناء التدريب والمنافسات. كما تسهم في تطوير حصيلتهم اللغوية التخصصية، وتمكّنهم من فهم النصوص والمراجع العلمية المرتبطة بعلم النفس الرياضي. وتساعد معرفة هذه المصطلحات على وصف مشاعر اللاعبين، مثل السعادة (**Happiness**)، والخوف (**Fear**)، والغضب (**Anger**)، والحماس (**Excitement**)، والثقة بالنفس (**Self-confidence**)، والقلق (**Anxiety**). فضلاً عن ذلك، تعزز قدرة الطلبة على التواصل باللغة الإنكليزية مع المدربين والرياضيين، وفهم تأثير المشاعر في الدافعية والأداء الرياضي، مما يدعم إعدادهم الأكاديمي والمهني في مجالات التدريس والتدريب والإرشاد الرياضي.

أمثلة باللغة الإنكليزية:

Happy – Mad – Shy – Embarrassed – Sad – Excited – Crying – Worried – Nervous – Scared – Shocked – Tired – Bored – Sick – Dizzy

١-٣ تكوين الكلمات

تُعدّ معرفة كيفية تكوين الكلمات **(Word Formation)** باللغة الإنكليزية من المهارات المهمة لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ تساعدهم على توسيع حصيلتهم اللغوية وفهم معاني المفردات الرياضية الجديدة .كما تمكّنهم من التعرّف على كيفية اشتقاق الكلمات وتغيير صيغها من خلال إضافة

السوابق **(Prefixes)**واللواحق **(Suffixes)**، مما يسهم في فهم المصطلحات التخصصية واستخدامها بصورة صحيحة .وتبرز أهمية هذه المهارة في قراءة النصوص والمراجع العلمية الرياضية، وفهم التعليمات المتعلقة بالتدريب والمنافسات، فضلاً عن تحسين قدرة الطلبة على الكتابة والتواصل باللغة الإنكليزية في مجالات التدريس والتدريب والبحث العلمي.

أمثلة رياضية:

- Train ⟶ Training: يتدرّب ⟵ التدريب.
- Compete ⟶ Competition: يتنافس ⟵ المنافسة.
- Active ⟶ Activity: نشط ⟵ نشاط.
- Develop ⟶ Development: يطوّر ⟵ تطوير.

وبذلك، يساعد تعلّم تكوين الكلمات الطلبة على فهم المفردات الجديدة وتوظيفها في السياقات الرياضية والأكاديمية بصورة أكثر دقة.

١-٤ خلاصة الأسبوع الحادي عشر

يمثل الأسبوع الثاني عشر استكمالاً لما تم تناوله في الأسبوعين العاشر والحادي عشر ضمن الوحدة الخامسة «ألعاب القوى»، إذ يركز على مراجعة المفردات والمصطلحات الإنكليزية المرتبطة بالمجال الرياضي، مع الاهتمام بموضوعي الاستئذان والمشاعر وتكوين الكلمات. وتسهم هذه الموضوعات في تنمية الحصيلة اللغوية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، وتعزيز قدرتهم على التعبير عن المشاعر باللغة الإنكليزية، وفهم كيفية اشتقاق الكلمات وتوظيفها بصورة صحيحة. كما تساعد المراجعة على تطوير مهارات قراءة النصوص الرياضية واستيعابها، واستخدام المفردات والمصطلحات الإنكليزية في المواقف الأكاديمية والرياضية المختلفة.

١-٥ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- In running events, the 800m & 1500m are called .....
   a- Long distance running
   b- Short distance running
   c- Middle distance running
2- In running events, the 1600m up to 10.000m are called .....
   a- Long distance running
   b- Short distance running
   c- Middle distance running
3- In athletics, the field events consist of; throwing events and .....
   a- Walking events

b- Jumping events

c- Track events

4- In field events, the throwing events consist of; javelin, discus throwing, hammer throwing, and .....

a- Hurdles

b- Long jumping

c- Shot putting

5- In field events, the jumping events consist of; pole vaulting, high jumping, and .....

a- Javelin

b- Long jumping

c- Discus throwing

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences:

1- In running events, the 100 m running is called middle distance running. (False)

2- In running events, the 200m & 400m are called short distance running. (True)

3- In running events, the 200m & 400m are called middle distance running. (False)

4- In running events, the 800m & 1500m are called middle distance running. (True)

5- In running events, the 800m & 1500m are called short distance running. (False)

6- In running events, the 1600m up to 10.000m are called long distance running. (True)

النشاط العملي

يكمل الطالب تمرينًا على تكوين الكلمات، ثم يكتب جملتين عن مشاعر لاعب أثناء التدريب، ويصوغ عبارة لطلب الإذن. ويمكنه التحقق من الإجابات باستخدام اختبار إلكتروني قصير يقدمه المدرس.

الأسبوع الثالث عشر: الوحدة السادسة – السباحة

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بالسباحة.
- يستخلص معلومات محددة من القطعة الاستيعابية عن أنماط السباحة ومستلزماتها.
- يستخدم صيغ الجمع ومفردات الطقس والعطلة وطلب الخدمة في مواقف لغوية بسيطة.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم مفردات النص واستخدام التراكيب في مواقف التواصل اليومية.

تمهيد

تُعدّ الوحدة السادسة من المناهج الرياضية المخصصة لتعريف الطلاب برياضة السباحة، باعتبارها رياضة مائية شاملة تُمارس فردياً أو جماعياً في مسابح مقسمة إلى حارات .تركز هذه الوحدة على صقل مهارات السباحين الأساسية من خلال استعراض الفئات الرئيسية لسباقات السباحة وأساليبها المختلفة. كما تدمج الوحدة بين الأداء البدني واللغة الإنجليزية عبر تقديم المصطلحات التخصصية المرتبطة بالملابس الرياضية والأنشطة المرتبطة بالماء .وتُعتبر هذه الوحدة مدخلاً أساسياً لربط الجانب العملي الرياضي بالمفاهيم اللغوية الأكاديمية المطلوبة لطلبة الاختصاص .

١ـ١ القطعة الاستيعابية عن السباحة

تكتسب قطعة السباحة أهمية بالغة لطلبة التربية الرياضية لأنها تضع الأساس العلمي والمعرفي لفهم إحدى أهم الألعاب المائية الأولمبية الفردية والجماهيرية. فهي تزود الطالب بالمصطلحات الإنجليزية الدقيقة الخاصة بالأنماط الأربعة للسباحة وهي: السباحة الحرة، وسباحة الظهر، وسباحة الصدر، وسباحة الفراشة. كما تساعدهم على الإلمام بالتفاصيل التنظيمية للمنافسات مثل أنواع الملابس والمستلزمات الرياضية كالقبّعات والنظارات والمطاطات. علاوة على ذلك، تعزز هذه المعرفة قدرة الخريجين المستقبليين على تدريب الفرق وإدارة المسابقات المائية بمهنية عالية. ومن الأمثلة على ذلك تدريب الرياضيين على التمييز بين أسلوب "الزحف الأمامي" (Front crawl) والأنماط الأخرى لرفع كفاءة الأداء.



١ـ ٢ جمع الأسماء

تتجلى أهمية جمع الأسماء في اللغة الإنجليزية، وخاصة الأسماء التي تنتهي بحرف(s-) ، في قدرتها على التعبير عن الكميات والأدوات الرياضية المركبة بدقة. وفي المجال الرياضي، توجد مجموعة تُعرف بـ "أسماء الجمع الإجمالية **(Summation Plurals)** "التي تصف الأدوات والمعدات المكونة من جزأين متساويين مترابطين والتي لا تستخدم غالباً بصيغة المفرد المجرد .تكمن أهمية هذه القاعدة في تمكين الطالب والرياضي من تسمية التجهيزات بدقة واحترافية أثناء التعامل مع الأدوات الرياضية .ومن الأمثلة الواضحة على ذلك :

- كلمة **Goggles** نظارات سباحة.
- كلمة **Trunks** سراويل السباحة
- أدوات أخرى مثل **Scissors** (مقص) و **Trousers** بنطلون.

١ـ٣ خلاصة الأسبوع الثالث عشر

تُقدّم الوحدة السادسة رياضة السباحة كنشاط مائي فردي أو جماعي يُمارس في مسابح مقسمة إلى حارات، وتهدف إلى دمج الأداء البدني باللغة الإنجليزية عبر إكساب طلبة التربية الرياضية المصطلحات الأساسية لخدمة مخرجات التعلم .وتستعرض القطعة الاستيعابية الأنماط الأربعة الرئيسية للسباحة (الحرة، الظهر، الصدر، والفراشة) ومستلزماتها التنظيمية كالملابس والنظارات .كما تركز الوحدة على

القواعد اللغوية مثل "أسماء الجمع الإجمالية (Summation Plurals) "التي تنتهي بحرف (-s) وتصف الأدوات والمعدات المكونة من جزأين مترابطين مثل النظارات والسراويل الرياضية لتمكين الطلبة من تسميتها بدقة.

٤-١ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- Swimming is both an individual and team .....
   a- Indoor sport
   b- Water sport
   c- Outdoor sport
2- In swimming, the swimmers compete in races and the ..... swimmer who competes the distance is the winner.
   a- Second
   b- Third
   c- First
3- In swimming, male swimmers wear .....
   a- Shirts
   b- Trunks
   c- Suit
4- In swimming, ... swimmers wear one-piece bathing suits.
   a- Male
   b- Female
   c- Both A & B

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences:

1- Swimming is both an individual and team water sport . (True)
2- Swimming is only an individual water sport . (False)
3- In swimming, the swimmers compete in races and the first swimmer who completes the distance is the winner. (True)
4- In swimming, the swimmers compete in races and the last swimmer who completes the distance is the winner. (False)
5- In swimming, male swimmers wear trunks.(True)

النشاط العملي

يقرأ الطالب فقرة قصيرة عن السباحة، ثم يحدد أسماء أنماط السباحة ومستلزماتها، ويؤدي حوارًا قصيرًا يتضمن سؤالًا عن الطقس أو طلب خدمة بسيطة.

الأسبوع الرابع عشر: الوحدة السادسة – السباحة

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بالسباحة.
- يستخلص معلومات محددة من القطعة الاستيعابية عن أنماط السباحة ومستلزماتها.
- يستخدم صيغ الجمع ومفردات الطقس والعطلة وطلب الخدمة في مواقف لغوية بسيطة.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3**؛ من خلال فهم مفردات النص واستخدام التراكيب في مواقف التواصل اليومية.

تمهيد

استكمالاً لما تم تناوله في الأسبوع الماضي حول مفاهيم التربية البدنية، نواصل في هذا الأسبوع دراسة الوحدة السادسة المخصصة لرياضة السباحة، باعتبارها رياضة مائية شاملة تُمارس بشكلها الفردي والجماعي داخل مسابح مقسمة إلى حارات. وتأتي هذه الوحدة لتصقل المهارات الأساسية للسباحين عبر استعراض الفئات الرئيسية لسباقات السباحة وأساليبها المتنوعة. كما تواصل الوحدة الربط المنهجي بين الأداء البدني واللغة الإنجليزية من خلال إكساب الطلبة المصطلحات التخصصية المتعلقة بالملابس الرياضية والأنشطة المائية، مما يشكل مدخلاً أساسياً لربط الجانب العملي الرياضي بالمفاهيم اللغوية الأكاديمية المطلوبة لطلبة الاختصاص.

١-١ الفرق بين الجنس المؤنث والمذكر (Male / Female & Man / Woman)

يُعدّ التمييز الدقيق بين مصطلحات الجنس أمراً أساسياً في التقارير والأبحاث الرياضية لتجنب أي لبس في وصف الرياضيين. تُستخدم مصطلحات (Male / Female) بصفة عامة للإشارة إلى الجنس أو النوع البيولوجي لكل من الكائنات الحية كالنباتات والحيوانات، فضلاً عن البشر .في المقابل، تُخصص مصطلحات (Man / Woman) حصراً للإشارة إلى الكائنات البشرية البالغة (الرجال والنساء) .تساعد هذه الدقة اللغوية طلبة التربية الرياضية على صياغة اللوائح والتصنيفات الخاصة بالبطولات الرياضية بشكل علمي ومنهجي سليم .ومن الأمثلة التطبيقية على ذلك قولنا: تصنيف المتنافسين إلى فئات (Male swimmers) للإشارة إلى السباحين الذكور في السباقات .ومثال آخر استخدام (Female) عند الحديث عن الفئات البيولوجية للرياضيين أو الحيوانات في الدراسات العلمية المرتبطة بالأداء .

١- ٢ المصطلحات المستخدمة عن الطقس وأهميتها

تحتل مصطلحات الطقس والأحوال الجوية أهمية محورية في المجال الرياضي، نظراً لأن العديد من الأنشطة والفعاليات الرياضية (وخاصة السباحة في المسابح المفتوحة، الرياضات الهوائية، والسباقات الخارجية) ترتبط ارتباطاً وثيقاً بحالة الجو .تتيح هذه المصطلحات للمدربين والمنظمين اتخاذ القرارات السليمة المتعلقة بجدولة التدريبات أو تأجيلها حفاظاً على سلامة الرياضيين .كما تتضمن النشرات الجوية

تفاصيل تساعد في فهم تأثير درجات الحرارة على الأداء البدني والتحمل .ومن أبرز الأمثلة على هذه المصطلحات وتطبيقاتها في الجدول الرياضي والطبيعي :

- **Sunny weather** (طقس مشمس) ومثالها الطقس الملائم للمسابح المفتوحة.
- **Rainy weather** (طقس ممطر) و **Thunderstorm** (عاصفة رعدية) التي تستوجب إيقاف الأنشطة الخارجية فوراً.
- **Hot weather** (جو حار) و **Cold weather** (جو بارد) لتحديد متطلبات الإحماء والترطيب للاعبين.

١-٣ خلاصة الأسبوع الثالث عشر

تستكمل الوحدة السادسة دراسة رياضة السباحة كنشاط مائي فردي وجماعي يهدف إلى الربط بين المهارات البدنية والمصطلحات الإنجليزية لخدمة مخرجات التعلم المتمثلة في التعرف على المفردات الرياضية وتوظيفها .وتتناول الوحدة الفروق اللغوية الدقيقة بين مصطلحات الجنس؛ حيث يُستخدم (Male/Female)للنوع البيولوجي عامة مثل(Male swimmers) ، بينما يُخصص (Man/Woman) للبشر البالغين لضمان صياغة اللوائح الرياضية بأسلوب علمي سليم .كما تُبرز الوحدة أهمية مصطلحات الطقس لاتخاذ قرارات دقيقة بشأن جدولة الأنشطة المائية والرياضات الخارجية حفاظاً على سلامة اللاعبين، مثل التعامل مع (Sunny weather) المناسب للمسابح المفتوحة، أو إيقاف الفعاليات عند حدوث (Thunderstorm)، إضافة لتحديد متطلبات الإحماء في الجو الحار والبارد.(Hot/Cold weather)

١-٤ أسئلة وأنشطة التعلم

Q/1: Choose the correct answer from (a, b, or c) :

1- In swimming, swimmers usually swim in a ..... that is divided into lanes.
   a- Court
   b- Ring
   c- Pool
2- In swimming, races are held in ..... major categories of swimming strokes.
   a- Three
   b- Four
   c- Two
3- In swimming, there are four major categories of swimming strokes; freestyle, backstroke, breaststroke, and .....
   a- Fly Style
   b- Jumping Style
   c- Butterfly

4- In swimming, the freestyle is also called ..... or the Australian crawl.

a- The front crawl

b- The back crawl

c- Both A & B

Q/2: Put (True) or (False) for the following sentences:

1- In swimming, female swimmers do not wear one-piece bathing suits.(False)
2- In swimming, both male & female swimmers can wear caps & goggles. (True)
3- In swimming, only female swimmers can wear caps & goggles. (False)
4- In swimming, swimmers usually swim in a pool that is divided into lanes. (True)
5- In swimming, swimmers usually swim in a court that is divided into lanes. (False)
6- In swimming, races are held in four major categories of swimming strokes. (True)

النشاط العملي

يقرأ الطالب فقرة قصيرة عن السباحة، ثم يحدد أسماء أنماط السباحة ومستلزماتها، ويؤدي حوارًا قصيرًا يتضمن سؤالًا عن الطقس أو طلب خدمة بسيطة.

الأسبوع الخامس عشر: الوحدة السادسة – حل التمارين

مخرجات التعلم التي تخدمها هذه المحاضرة:

- يحل تمارين الفهم والمفردات المتعلقة بوحدة السباحة.
- يطبق صيغ الجمع والمفردات التي تناولتها الوحدة.
- يستخدم تعبيرًا بسيطًا عن الطقس أو العطلة أو طلب الخدمة.
- يتدرب على المفردات أو التراكيب التي يحتاج إلى تعزيزها باستخدام مورد رقمي مناسب.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يرتبط هذا الأسبوع بـ **CLO1** و**CLO2** و**CLO3** و**CLO4**؛ من خلال تطبيق المفردات والفهم والتواصل والتعلم الذاتي الرقمي.

النشاط العملي

يحل الطالب أسئلة الفهم الخاصة بوحدة السباحة، ثم يكتب حوارًا قصيرًا يتضمن طلب خدمة أو سؤالًا عن الطقس، ويتحقق من معنى مفردتين أو نطقهما باستخدام قاموس رقمي.

الأسبوع السادس عشر: الامتحان النهائي

مخرجات التعلم التي يخدمها هذا الأسبوع:

- يفسر المفردات والمصطلحات الأساسية المرتبطة بالرياضة والتربية البدنية.
- يستخلص الأفكار والمعلومات الرئيسة من النصوص الرياضية.
- يستخدم التراكيب والمفردات في مواقف التواصل البسيطة.
- يوظف التعلم الذاتي والموارد الرقمية البسيطة في تطوير مهاراته اللغوية.

الارتباط بمخرجات تعلم المقرر: يقيس الامتحان النهائي مخرجات المقرر جميعها: **CLO1** و**CLO2** و**CLO3** و**CLO4**.

النشاط العملي

لا توجد محاضرة تدريسية في هذا الأسبوع؛ إذ يُخصص للامتحان النهائي وفق وصف المقرر.

المصادر والمراجع

تُدرج جميع المصادر التي استُخدمت فعليًا في إعداد المحتوى العلمي، ويُعتمد نمط توثيق موحد في جميع مقررات المرحلة الأولى. يوصى باستخدام APA 7th ما لم تعتمد الكلية نمطًا آخر.

الكتب والمراجع العلمية

• المصدر: خيون، يعرب، و يعرب، انسام، و زهير، ميادة (٢٠١٧). الرياضة و اللغة الإنكليزية. جامعة بغداد

Khayoon, Y.; Yarub, A. ,& Zuhair, M. (2017). *One Step up for Sport & English*. University of Baghdad

بيانات اعتماد محتوى مسار بولونيا

اسم المقرر بالعربية	رمز المقرر	المرحلة / المستوى	الفصل الدراسي	نوع المقرر	عدد وحدات ECTS
اللغة الإنكليزية (١)	UOM1021	المستوى الأول	الأول	أساسي	2ECTS

رئيساً	عضواً
م.د شذى حازم سعد الله	م.د قاسم محمد باشل
التوقيع:	التوقيع:
التاريخ: ٢٠٢٦/١١/١	التاريخ: ٢٠٢٦/١١/١

اعتماد الفرع
الاسم: أ.د. نوفل فاضل رشيد
فرع العلوم الرياضية
التوقيع:
التاريخ: ٢٠٢٦/١١/٥

اعتماد اللجنة العلمية
الاسم: أ.د. ثيلام يونس علاوي
التوقيع:
التاريخ: ٢٠٢٦/١١/١٠

سجل تحديث المحتوى

الإصدار	التاريخ	طبيعة التحديث
١,٠	٢٠٢٦/١١/١	انشاء محتوى
٢,٠	/ /	
٣,٠	/ /	