



نموذج رقم ( 10 )  
توصيف مقرر دراسي

1) معلومات عامة

الرمز الكودي : 211. ع	اسم المقرر: فسيولوجيا الرياضة (1)
التخصص: تمهيدي	الفرقة / المستوى : الثانية
البرنامج التابع له المقرر: بكالوريوس التربية الرياضية	عدد الوحدات الدراسية: نظري : 2 تطبيقي :-
القسم التابع له المقرر: علوم الصحة الرياضية	القسم المنوط به تدريس المقرر: علوم الصحة الرياضية
تاريخ وجهة اعتماد المقرر:	الأقسام العلمية ذات العلاقة بالبرنامج:
منسق المقرر: أ.م.د/ عماد الدين شعبان على	

2-أ أهداف المقرر:	- تزويد الطالب بمعارف ومعلومات عن العلاقة بين الجهد البدني ووظائف أعضاء جسم الإنسان.
3- مخرجات التعلم المستهدفة :	
أ- المعرفة والفهم :	<b>المعرفة:</b> - أن يلم الطالب بما هو حديث في القياسات الفسيولوجية الرياضية. - أن يتعرف الطالب على ماهية فسيولوجيا الرياضة. <b>الفهم:</b> - أن يفهم الطالب التغيرات والتكيفات التي تحدث لأجهزة الجسم المختلفة نتيجة الجهد البدني.
ب- المهارات الذهنية :	- أن يفسر الطالب أهمية فسيولوجيا الرياضة. - أن يربط الطالب بين الأداء البدني والاستجابات والتكيفات الفسيولوجية المختلفة لأجهزة الجسم. - أن يميز الطالب دور أجهزة القياس الفسيولوجي في المجال الرياضي. - أن يدرك الطالب العلاقة بين عناصر اللياقة البدنية ووظائف الأعضاء.
ج- المهارات العملية والمهنية:	- أن يستخدم الطالب طرق القياس الحديثة في مجال فسيولوجيا الرياضة. - أن يكون الطالب قادراً على توظيف دراسة فسيولوجيا الرياضة في إعداد برامج التدريب الرياضي والتأهيل البدني. - أن يطبق الطالب المبادئ الفسيولوجية في برامج اللياقة البدنية والتدريب الرياضي.
د/ المهارات العامة والمنقولة:	- أن يستخدم الطالب الحاسب الآلي وشبكة المعلومات الدولية في مجال فسيولوجيا الرياضة.



<p>- أن يقدر الطالب على إستخدام الأجهزة الحديثة في مجال قياسات فسيولوجيا الرياضة.</p>	
<p>4- محتوى المقرر :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ماهية وأهمية فسيولوجيا الرياضة.</li><li>- الجهد البدني وتكيف أجهزة وأعضاء الجسم المختلفة.</li><li>- تأثير التدريب الرياضي على الأجهزة المختلفة.</li><li>- تأثير التدريب الرياضي على الجهاز التنفسي والجهاز العصبي والدم والعضلات.</li><li>- اللياقة البدنية وعلاقتها بوظائف الأعضاء.</li><li>- أدوات وأجهزة القياسات الفسيولوجية وطرق القياسات المختلفة.</li><li>- بيان تأثير التدريب الرياضي على العضلات.</li><li>- دراسات معملية لقياس التأثيرات الرياضية على وظائف أجهزة جسم الإنسان.</li></ul>	
<p>5- طرق التعليم والتعلم:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- المحاضرات النظرية.</li><li>- الأوراق الدراسية البحثية.</li><li>- حلقات نقاش.</li><li>- ورش عمل صغيرة.</li></ul>	
<p>6- طرق التعليم والتعلم للطلاب ذوي الإحتياجات الخاصة:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- طلاب متميزين:</li><li>- حث الطلاب المتميزين لإعداد أوراق دراسية.</li><li>- توجيه الطلاب نحو المواقع الإلكترونية والمتخصصة.</li><li>- إعداد عروض إلكترونية للمقرر.</li><li>- طلاب متعسرين:</li><li>- تعيين ساعات مكتبية إضافية لمقابلة الطلاب المتعسرين.</li><li>- تقييم واإعادة التقييم.</li></ul>	
<p>7- طرق التقييم الطلاب :</p>	
<p>أ- الأساليب المستخدمة:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- امتحان تحريري: لتقييم مستوى التحصيل.</li><li>- امتحان شفهي: لتقييم الفهم والاستيعاب.</li><li>- أوراق دراسية.</li><li>- المواظبة والحضور.</li></ul>	
<p>ب- التوقيت:</p> <p>التقييم الأول: الأسبوع السادس.</p> <p>التقييم الثاني: الأسبوع العاشر.</p>	
<p>ج- توزيع الدرجات:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- أعمال السنة: 30 درجة. 30%</li><li>- امتحان الفصل الدراسي: 70 درجة 70%</li><li>- النهاية العظمى: 100 درجة</li></ul>	



	8- جدول التقييم
	9-المراجع والدوريات العربية
- مذكرة القسم إعداد أعضاء هيئة التدريس في القسم.	أ- مذكرات المقرر:
- بهاء الدين إبراهيم سلامة: "فسيولوجيا الرياضة والأداء البدني (لاكتات الدم)", دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة، 2000م.	ب- كتب ملزمة:
- مذكرة القسم إعداد أعضاء هيئة التدريس في القسم.	ج- الكتب الدراسية المقررة:
- علي جلال الدين: "فسيولوجيا التربية البدنية والأنشطة الرياضية"، الطبعة الثانية، المركز العربي للنشر والتوزيع، 2004م.	د- كتب مساعدة:
- مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة اسيوط	هـ- مجلات علمية:
- مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة الاسكندرية	
- مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة اسيوط	و- مجلات دورية:
- مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة الاسكندرية	
- شبكة المعلومات الدولية	ز- مواقع إنترنت:
- حاسب الى	10- الإمكانيات المطلوبة لتنفيذ المقرر
- فوكس	
- Data show	

أستاذ المقرر : أ.م.د/ عماد الدين شعبان

رئيس مجلس القسم : أ.م.د/ عماد الدين شعبان على

مديرالبرنامج : رئيس مجلس القسم



مسمى المقرر	فسبولوجيا الرياضة (1)
كود المقرر	211. ع

برنامج: بكالوريوس التربية الرياضية

نموذج ( 11 )

مصفوفة المعارف والمهارات للمقرر الدراسي

المحتويات الرئيسية للمقرر	أسبوع الدراسة	المعارف	مهارات ذهنية	مهارات مهنية	مهارات عامة
ماهية وأهمية فسيولوجيا الرياضة.	1	أ.1	ب.1		د.1
الجهد البدني وتكيف أجهزة وأعضاء الجسم المختلفة.	2-3	أ.2	ب.2	ج.2، ج.3	د.1
تأثير التدريب الرياضي على الأجهزة المختلفة.	4	أ.2	ب.2	ج.2، ج.3	د.1
تأثير التدريب الرياضي على الجهاز التنفسي والجهاز العصبي والدم والعضلات.	5-7	أ.2	ب.2	ج.2، ج.3	د.1
اللياقة البدنية وعلاقتها بوظائف الأعضاء.	8-9	أ.2	ب.2، ب.4	ج.2، ج.3	د.1
أدوات وأجهزة القياسات الفسيولوجية وطرق القياسات المختلفة.	10-11	أ.3	ب.3	ج.1	د.1، د.2
بيان تأثير التدريب الرياضي على العضلات.	12	أ.2	ب.2	ج.2، ج.3	د.1
دراسات معملية لقياس التأثيرات الرياضية على وظائف أجهزة جسم الإنسان.	13-14	أ.2	ب.3	ج.1	د.1، د.2

أستاذ المقرر : أ.م.د/ عماد الدين شعبان

رئيس مجلس القسم : أ.م.د/ عماد الدين شعبان على

مدير البرنامج : رئيس مجلس القسم



مصفوفة المقرر الدراسي ( )

الأسبوع الدراسي	المهارات															أ. المعرفة والفهم				
	المهارات العامة والمنقولة					المهارات العملية والمهنية					المهارات الذهنية					1.أ	2.أ	3.أ	4.أ	5.أ
	د.5	د.4	د.3	د.2	د.1	ج.5	ج.4	ج.3	ج.2	ج.1	ب.5	ب.4	ب.3	ب.2	ب.1	أ.5	أ.4	أ.3	أ.2	أ.1
1					X										X					X
2					X			X	X						X				X	
3					X			X	X						X				X	
4					X			X	X						X				X	
5					X			X	X						X				X	
6	الامتحان النصفى الأول																			
7					X			X	X						X				X	
8								X	X				X		X				X	
9					X			X	X				X		X				X	
10	الامتحان النصفى الثاني																			
11					X	X				X				X				X		
12					X			X	X						X				X	
13					X	X				X					X				X	
14					X	X				X					X				X	