



جامعة : أسيوط

كلية : التربية الرياضية

قسم : التدريب الرياضى وعلوم الحركة

توصيف مقرر أساسيات رياضات الدفاع عن النفس

1- بيانات المقرر	
الرمز الكودى: ٢١٧ ت	اسم المقرر: أساسيات رياضات الدفاع عن النفس
التخصص : تمهيدى	عدد الوحدات الدراسية : نظري ١ عملي ٤
٢- هدف المقرر :	يهدف المقرر إلى الإلمام بطبيعة وأسس رياضات الدفاع عن النفس ومهاراتها الأساسية وكيفية أدائها والأسس العامة لقانون اللعبة
٣- المستهدف من تدريس المقرر :	
أ- المعلومات والمفاهيم	أن يكون الطالب قادراً علي :- أ/١- أن يلم الطالب بالمعلومات الفنية المرتبطة برياضات الدفاع عن النفس. أ/٢- أن يحدد الطالب الجانب المعرفى المرتبط برياضات الدفاع عن النفس. أ/٣- أن يفسر الطالب بعض المفاهيم والمصطلحات والمهارات الأساسية.
ب- المهارات الذهنية:	أن يكون الطالب قادراً علي:- ب/١- أن يحلل الطالب الجمل الحركية الهجومية والدفاعية لرياضات الدفاع ب/٢- أن يخطط الطالب لمهارات الدفاع عن النفس. ب/٣- أن يكتشف الطالب أسس و مهارات الدفاع المختلفة.
ج- المهارات المهنية الخاصة بالمقرر :	أن يكون الطالب قادراً علي:- ج/١- أن يطبق الطالب تعليم المهارات وطرق تحسينها. ج/٢- أن يمارس الطالب كيفية مراعاة عوامل الامن والسلامة. ج/٣- أن يوظف الطالب تطبيق المهارات وتكنيك الأداء بطريقة مهنية.
د - المهارات العامة :	أن يكون الطالب قادراً علي:- د/١- أن يكون الطالب لديه القدرة على العمل فى مجموعات تدريبيه. د/٢- يتمكن من الحوار والمناقشة. د/٣- أن يستطيع استخدام الحاسب الآلى للتعرف على ما هو جديد وخاص فى مجال رياضات الدفاع عن النفس .



<p>٤- محتوى المقرر:</p> <p>ماهية رياضة الدفاع عن النفس. المهارات الهجومية والدفاعية (أنوعها - خصائصها - مراحل الأداء الفني) المواصفات الفنية والقانونية لأدوات وأجهزة رياضات الدفاع عن النفس. الأمن والسلامة في الملعب. تطبيقات تكنيك الأداء وتشكيلاتها التطورية.</p>	
<p>٥- أساليب التعليم والتعلم</p> <p>- التعليم التعاوني. المحاضرات النظرية. المحاضرات العملية - المناقشة.</p>	
<p>٦- أساليب التعليم والتعلم للطلاب ذوي القدرات المحدودة</p> <p>أ/ طلاب متميزين توجيه الطلاب المتميزين نحو المواقع الإلكترونية المتخصصة. - إعداد أوراق وأبحاث دراسية. - توجيه بعض الأسئلة للطلاب والبحث عن الإجابة الصحيحة لها من خلال تكنولوجيا المعلومات. ب/ طلاب متعسرين - تفعيل الساعات المكتبية. ج/ طلاب ذوي احتياجات خاصة: - توجيه وثقل مهارات الطالب من خلال (أستاذ المقرر). - الاستكشاف والتطبيق المستمر (المقارن). - المنافسة وتطبيق مواقف عملية لها (التطابق).</p>	
٧- تقويم الطلاب :	
<p>أ- الأساليب المستخدمة</p> <p>- الامتحانات التحريرية. - الامتحانات العملية. - امتحانات شفوية (اعمال فصلية).</p>	
<p>ب- التوقيت</p> <p>- التقييم الأول : الأسبوع الثامن. - التقييم الثاني :الأسبوع الثاني عشر امتحان نهاية الفصل الدراسي وفقاً للخطة الزمنية المرسله من الجامعة</p>	
<p>ج- توزيع الدرجات</p> <p>- أعمال السنة: ٤٥ درجة بنسبة ٣٠% - امتحان نهاية الفصل الدراسي عملي: ٦٠ درجة بنسبة ٤٠% - امتحان نهاية الفصل الدراسي نظري: ٤٥ درجة بنسبة ٣٠% المجموع ١٥٠ درجة بنسبة ١٠٠%</p>	



٨- قائمة الكتب الدراسية والمراجع :

أ- مذكرات	مذكرة الخاصة بالمقرر من القسم
ب- كتب ملزمة	المحتوي العلمي الخاص بالمقرر.
ج- كتب مقترحة	لا يوجد
د - دوريات علمية أو نشرات ... الخ	- مواقع شبكة المعلومات الدولية (الأنترنت) .

رئيس مجلس القسم

أستاذ المقرر

أ . د / طارق فاروق عبدالصمد

د/ صالح عبد القادر عتريس

د/ هبة رشوان علي

د/ علي نورالدين



مصنوفة المعارف والمهارات المستهدفة من مقرر أساسيات رياضات الدفاع عن النفس

اسم المقرر	أساسيات رياضات الدفاع عن النفس
كود المقرر	٢١٧ ت

م	المحتويات للمقرر	مخرجات التعلم المستهدفة للمقرر												
		المعارف والفهم			المهارات الذهنية			المهارات المهنية			المهارات العامة			
		أ١	أ٢	أ٣	ب١	ب٢	ب٣	ج١	ج٢	ج٣	د١	د٢	د٣	
١	ماهية رياضة الدفاع عن النفس.	×		×										
٢	المهارات الهجومية والدفاعية (أنوعها - خصائصها - مراحل الأداء الفني)	×		×		×		×		×		×		
٣	المواصفات الفنية والقانونية لأدوات وأجهزة رياضات الدفاع عن النفس.	×				×		×						×
٤	الأمّن والسلامة في الملعب.		×								×			
٥	تطبيقات تكنيك الأداء وتشكيلاتها التطورية.										×		×	

رئيس مجلس القسم

أستاذ المقرر

أ. د / طارق فاروق عبدالصمد

د/ صالح عبد القادر عمريس

د/ هبة رشوان علي

د/ علي نورالدين



مصفوفة المعارف والمهارات المستهدفة من مقرر أساسيات رياضات الدفاع عن النفس

اسم المقرر	أساسيات رياضات الدفاع عن النفس
كود المقرر	٢١٧ ت

م	أساليب التعليم والتعلم	مخرجات التعلم المستهدفة للمقرر												
		المعارف والفهم			المهارات الذهنية			المهارات المهنية			المهارات العامة			
		أ١	أ٢	أ٣	ب١	ب٢	ب٣	ج١	ج٢	ج٣	د١	د٢	د٣	
١	- التعليم التعاوني.													
٢	المحاضرات النظرية.													
٣	المحاضرات العملية.													
	المناقشة.													

رئيس مجلس القسم

أستاذ المقرر

أ. د / طارق فاروق عبدالصمد

د/ صالح عبد القادر عتريس

د/ هبة رشوان علي

د/ علي نورالدين

مصفوفة المعارف والمهارات المستهدفة من مقرر أساسيات رياضات الدفاع عن النفس

اسم المقرر	أساسيات رياضات الدفاع عن النفس
كود المقرر	٢١٧ ت

م	أساليب تقييم المقرر	مخرجات التعلم المستهدفة للمقرر											
		المعارف والفهم			المهارات الذهنية			المهارات المهنية			المهارات العامة		
		أ	ب	ج	د	هـ	و	ز	ح	ط	ي	ك	
١	- إختبارات شفوية.	أ١	أ٢	أ٣	ب١	ب٢	ب٣	ج١	ج٢	ج٣	د١	د٢	د٣
٢	- الامتحانات التحريرية.	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
٣	- إختبارات عملية.	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×

التاريخ : / /

التوقيع :

أستاذ المقرر : د/ صالح عبدالقادر عتريس

د/ هبة رشوان علي

د/ علي نورالدين

التاريخ : / /

التوقيع :

رئيس مجلس القسم : أ. د / طارق فاروق عبدالصمد