

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جهاز الإشراف والتقييم العلمي  
دائرة ضمان الجودة والاعتماد الأكاديمي

## استمارة وصف البرنامج الأكاديمي للكليات والمعاهد

الجامعة:- بغداد

القسم العلمي: العلوم النظرية

تاريخ ملئ الملف : 2017/1/21

التوقيع

التوقيع

اسم رئيس القسم

ا.م.د. نعيمة زيدان اسم المعاون العلمي

أ.د. بشرى كاظم

التاريخ

التاريخ

دقق الملف من قبل

شعبة ضمان الجودة والأداء الجامعي

اسم مدير شعبة ضمان الجودة والأداء الجامعي

د. زينب عبد الامير

التاريخ

التوقيع

مصادقة السيد العميد

## وصف البرنامج الأكاديمي

يوفر وصف البرنامج الأكاديمي هذا انجازاً مقتضياً لاهم خصائص البرامج ومخرجات التعلم المتوقعة من الطالب تحقيقها مبرهنًا عما إذا كان قد حقق الاستفادة القصوى من الفرص المتاحة ويصاحبه وصف لكل مقرر ضمن البرنامج

	جامعة بغداد	١ - المؤسسة التعليمية
	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات- جامعة بغداد	٢ - القسم العلمي/المركز
	علم التدريب الرياضي للمرحلة الثانية	٣ - اسم البرنامج الأكاديمي أو المهني
	البكالوريوس	٤ - اسم الشهادة النهائية
	أخرى	٥ - النظام الدراسي: سنوي/مقررات/أخرى
	لا يوجد	٦ - برنامج الاعتماد المعتمد
	المصادر والمراجع - التقارير العلمية	٧ - المؤثرات الخارجية الأخرى
	2017/1/22	٨ - تاريخ إعداد الوصف
	إكساب الطالبة معارف نظرية في علم التدريب الرياضي ، وتعريفه بمنهجية التفكير والعمل العلمي، وكيفية تحقيق التدريب الناجح وحل المشكلات التي تواجهها فيها ودراسة أهم البرامج التدريبية التي تعنى بالالعاب الرياضية المختلفة .	٩ - أهداف البرنامج الأكاديمي
	تزويد الطالبة بمعارف نظرية وتطبيقية في علم التدريب الرياضي بما يمكنها من استيعاب الاسس التدريبية في مختلف الالعاب ، وتطبيق النظريات التدريبية بما يساعد في تطوير فاعلية العملية التدريبية	
		١٠ مخرجات البرنامج المطلوب وطرائق التعليم والتعلم والتقييم
	١ . التعرف على اساسيات التدريب بشكل عام والتدريب الرياضي بشكل خاص. ٢ . التعرف على اشكال الحمل التدريبي وتقنين مكوناته. ٣ . التعرف على عناصر اللياقة الحركية والبدنية واهميتها في الحياة اليومية والمجتمع.	أ - الأهداف المعرفية
	١ . أن تفهم وتقوم بالمعلومات والمفاهيم والأدلة الجديدة من مصادر متنوعة، ٢ . تطبق النتائج على نطاق واسع من القضايا والمشكلات مع قدر بسيط من التوجيه. ٣ . أن تستطيع أن تبحث عن كل ما من شأنه الارتقاء بالعملية التدريبية نسبياً مستخدمة أشكالاً متنوعة من تقنيات المعلومات والمصادر الأخرى، ٤ . تقترح حلولاً مبتكرة مع مراعاة المعارف النظرية والخبرات العملية ذات العلاقة	ب - الأهداف المهاراتية الخاصة بالبرنامج

طرائق التعليم والتعلم

- 1- الشرح والتوضيح
- 2- طريقة المحاضرة
- 3- الاسئلة والمناقشة

طرائق التقييم

- 1- الاختبارات النظرية
- 2- التقارير والدراسات

- ج- الاهداف الوجدانية والقيمية
- ج 1- إعداد بيئة تعلم تشجع على التفاعل الاجتماعي الإيجابي
  - ج 2- المشاركة النشطة في التعلم.
  - ج 2-
  - ج 3-
  - ج 4-

طرائق التعليم والتعلم

التعلم التعاوني  
المحاضرة

طرائق التقييم

الاختبارات

- د- المهارات العامة والتأهيلية المنقولة ( المهارات الأخرى المتعلقة بقابلية التوظيف والتطور الشخصي
- د 1- مهارات القيادة
  - د 2- تطوير القدرات المعرفية
  - د 3- اكتساب قابليات التوافق والاداء الحركي العالي الجودة
  - د 4- القابلية على تحليل الاداء الحركي و تقويمه وتطويره
- د 2-
- د 3-

طرائق التعليم
المناقشة
- حل المشكلات
طرائق التقييم
يمكن تقييمها من خلال وضع معيار للاجوبة الصحيحة ومقارنة نتائج أجوبة الطلاب مع نم وذج معد مسبقا من قبل الخبراء والمختصين بعد التأكد من صلاحيته للمقارنة

## ١١ بنية البرنامج

المرحلة الدراسية	رمز المقرر او المساق	اسم المقرر أو المساق	الساعات المعتمدة	
			نظري	عملي
الثانية		علم التدريب الرياضي	2	

## ١٢ التخطيط للتطور الشخصي

- 1- المؤتمرات العلمية
- 2- الدورات التدريبية
- 3- الندوات
- 4- ورش العمل

## ١٣ معيار القبول (وضع الأنظمة المتعلقة بالالتحاق بالكلية أو المعهد )

- 1- اعتماد شروط القبول للطلاب وفق لوائح وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
- 2- أن تجتاز بنجاح اختبارا خاصاً ومقابلة شخصية
- 3 - الطاقة الاستيعابية للكلية

## ١٤ أهم مصادر المعلومات عن البرنامج

الكتاب المقرر مع احدث المصادر المتعلقة بموضوع المنهج الدراسي فضلا عن  
شبكة المعلومات الدولية ( الانترنت )

## نموذج وصف المقرر

### وصف المقرر

يوفر وصف المقرر هذا إجازا لأهم خصائص المقرر ومخرجات التعلم المتوقعة من الطالب تحقيقها مبرهنا عما إذا كان قد حقق الاستفادة القصوى من فرص التعلم المتاحة ولا بد من الربط بينها وبين وصف البرنامج .

١ - المؤسسة التعليمية	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات/جامعة بغداد
٢ - القسم العلمي/المركز	العلوم النظرية
٣ - اسم/رمز المقرر	علم التدريب الرياضي/ المرحلة الثانية
٤ - أشكال الحضور المتاحة	محاضرة اسبوعية
٥ - الفصل / السنة	سنوي
٦ - عدد الساعات الدراسية (الكلي)	66 ساعة
٧ - تاريخ إعداد هذا الوصف	2017/1/22
٨ - أهداف المقرر	

<b>10 - مخرجات المقرر وطرائق التعليم والتعلم والتقييم</b>
أ - الأهداف المعرفية
أ1- القدرة على اكتساب معلومات عن علم التدريب الرياضي وخصائصه لتصبح قادرة على اعداد الخطط التدريبية.
أ2- أن تلم باليات حمل التدريب واسسه وأن تكون قادرة على التمييز بين مكوناتها.
أ3- تتعرف على العناصر البدنية وقدراتها وتطويرها بما يتناسب ونوع الرياضة.
أ4- تلم بالعوامل المؤثرة على التعلم وبكيفية التعامل معها.
أ5- القدرة على تطبيق أسس قياس وتحديد الظواهر النفسية التي تواجه الرياضيين.
ب -الأهداف المهاراتية الخاصة بالمقرر
ب1- التطبيقات في مجال رياضة التخصص
ب2- وصف عام للمهارة الرياضية في ضوء نظريات علم التدريب
طرائق التعليم

المحاضرة التعلم التعاوني
طرائق التقييم
- الاختبارات القصيرة - الاختبارات الشفوية - التطبيقات (الواجبات)
ج- الأهداف الوجدانية والقيمية
ج 1- المشاركة الفاعلة ج 2- العمل الجماعي ج 3- القدرة على التفكير
طرائق التعلم والتعليم
المناقشة
طرائق التقييم
الاختبارات الشفوية الواجبات البيتية
د- المهارات العامة والتأهيلية المنقولة ( المهارات الأخرى المتعلقة بقبالية التوظيف والتطور الشخصي) ١. القدرة على استخدام الحاسب الآلي. ٢. القدرة على التعرف على التقنيات المختلفة في تدريس المقرر

11- بنية المقرر					
الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة/أو الموضوع	طريقة التعلم	طريقة التقييم
الاول	2		مفهوم التدريب الرياضي ( اهميته -اهدافه-نظامه- واجباته-مميزاته)	المناقشة والحوار	الامتحانات اليومية والشهرية
الثاني	2		الاعداد الرياضي ( بدني - مهاري - خططي -فكري- نفسي )	المناقشة والحوار	الامتحانات اليومية والشهرية
الثالث	2		الحمل التدريبي (مفهومة- اشكاله-مكوناته)	المناقشة والحوار	الامتحانات اليومية والشهرية
الرابع	2		الحمل التدريبي (طرائق)	المناقشة	الامتحانات

اليومية والشهرية	والحوار	حساب الشدة)			
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	الحمل الزائد (اسبابه - اعراضه - وطرق علاجه)		2	الخامس
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	محاضرة عملي عن كيفية حساب الشدة والتكرار وتطبيقاتها		2	السادس
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	الامتحان الاول		2	السابع
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	قواعد التدريب الرياضي		2	الثامن
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	قواعد التدريب تكملة		2	التاسع
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	مراحل التدريب الرياضي		2	العاشر
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	التخطيط للدوائر التدريبية		2	الحادي عشر
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	انواع خطط التدريب		2	الثاني عشر
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	دائرة التدريب السنوية		2	الثالث عشر
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	الوحدة التدريبية (اهدافها-اجزاءها- انواعها-اشكالها)		2	الرابع عشر
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	محاضرة عملي لاشكال وانواع الوحدات التدريبية		2	الخامس عشر
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	الامتحان الثاني		2	السادس عشر
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	رياضة الارقام القياسية		2	السابع عشر
الامتحانات	المناقشة	مكونات شخصية		2	الثامن

اليومية والشهرية	والحوار	الرياضي المتفوق			عشر
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	الحالة النفسية الحادة وطرق علاجها		2	التاسع عشر
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	التدريب غير المرئي والتدريب الذاتي		2	عشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	الاختيار (مفهومة-اهميته-اهدافه- وسائلة)		2	الحادي والعشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	محاضرة عملي عن كيفية تطبيق التدريب الذاتي		2	الثاني والعشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	امتحان اول		2	الثالث والعشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	اللياقة البدنية ( المفهوم-الاهداف- الاهمية -المكونات)		2	الرابع والعشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	القوة		2	الخامس والعشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	السرعة - التحمل		2	السادس والعشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	المرونة - الرشاقة		2	السابع والعشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	طرائق التدريب الاساسية (التكراري-الفتري- المستمر-الفارتك)		2	الثامن والعشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	بعض الاساليب التدريبية (الدائري-البلايومترك- الهيبيوكسيك)		2	التاسع والعشرون
الامتحانات اليومية والشهرية	المناقشة والحوار	امتحان ثاني		2	الثلاثون

<b>12- البنية التحتية</b>	
علم التدريب الرياضي، 2009 ، نوال مهدي العبيدي وآخرون	١ - الكتب المقررة المطلوبة



	٢ - المراجع الرئيسية (المصادر)
ابو العلا احمد عبد الفتاح ، التدريب الرياضي المعاصر، 2012.	أ - الكتب والمراجع التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير،.....)
	ب - المراجع الالكترونية، مواقع الانترنت....

<b>13- خطة تطوير المقرر الدراسي</b>	
<p>١ . تأليف كتاب يضم كافة مقررات المنهج المعدة من قبل القطاعية المتخصصة باقرار مفردات المنهج مع مواكبة اهم التطورات المستجدة في مجال علم التدريب الرياضي.</p> <p>٢ . العمل على جعل مخرجات المنهج المعد اكثر سلاسة ووضوح مع وضع ملخص واسئلة مقترحة في نهاية كل فصل تساعد الطالب على الفهم الواضح لمفردات المنهج.</p> <p>٣ . العمل على استخدام التطبيق الميداني والعملي وبالشكل الذي ينفع الحياة اليومية للطالبة لزيادة مدركاته بخصوص اهمية المادة ليس لغرض الدراسة وخدمة الجانب الرياضي بل لخدمة حياة اليومية والمجتمع.</p>	