



الهيئة القومية لضمان
جودة التعليم والاعتماد
قطاع التعليم العالي

توصيف مقرر التايكوندو

1. معلومات أساسية: Basic Information

تايكوندو	اسم المقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)		
509 م. ف	كود/رمز المقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)		
--	القسم/الأقسام العلمية المشاركة في تدريس المقرر		
إجمالي	اخرى (تحدد)	عملي	نظري
3	-	2	1
عدد الساعات / النقاط المعتمدة للمقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)			
نوع المقرر			
اجباري			
الفرقة الدراسية / المستوى الدراسي الذي يقدم فيه المقرر			
الفرقة الثالثة			
البرنامج الأكاديمي			
المنازلات والرياضات الفردية			
الكلية/المعهد			
كلية علوم الرياضة			
الجامعة/الأكاديمية			
جامعة المنيا			
اسم منسق المقرر			
أ.د/ بدري عيد حماد			
تاريخ اعتماد توصيف المقرر			
2025/9/1م			
جهة اعتماد توصيف المقرر (يرفق قرار/محضر مجلس القسم /الأقسام/ الجهة المختصة/....)			
مجلس قسم المنازلات والرياضات الفردية			

2. الوصف العام للمقرر Course overview

يهدف هذا المقرر إلى تعريف الطالب بأسس ومبادئ رياضة التايكوندو من حيث النشأة والتطور والمفاهيم الفنية والبدنية والتكتيكية الخاصة بها، ويتناول المقرر دراسة القواعد الأساسية للأداء الحركي والمهاري في التايكوندو مع التركيز على فن الكبروجي (القتال الحر) والبومزا (القتال الووهي)، كما يكتسب الطالب من خلاله المهارات اللازمة للتدريب والتعليم والتحكيم في بيئة آمنة، بالإضافة إلى تطوير القدرات البدنية والنفسية اللازمة للأداء العالي في المنافسات، كما يشمل المقرر تدريبات عملية على المهارات الأساسية، وتطبيقات تكتيكية متنوعة، وتحليلاً فنياً للحركة، إلى جانب مناقشة قواعد ولوائح الاتحاد الدولي للتايكوندو وتطبيقاتها في المنافسات الرسمية.



3. نواتج التعلم للمقرر: Course Learning Outcomes

انساق نواتج التعلم للمقرر مع مخرجات البرنامج (المعايير المتبناة)

نواتج التعلم للمقرر عند الانتهاء من المقرر سيكون الطالب قادرا على:		مخرجات البرنامج/ المعايير الأكاديمية المتبناة (التي يحققها المقرر تبعا للمصنوفة في توصيف البرنامج)	
النص	الكود	النص	الكود
يكتسب الطالب المعارف والمعلومات العلمية المتخصصة في مجال التايكوندو.	1/1/2	المعارف الأساسية التاريخية والفلسفية والتربوية والاجتماعية والنفسية للتربية الرياضية.	1/2
يشرح أساليب استخدام الإمكانات الرياضية بما يتوافق مع متطلبات رياضة التايكوندو.	2/1/2		
ان يفسر اللوائح والقواعد والقوانين التنظيمية الخاصة برياضة التايكوندو.	3/1/2		
ان يعرّف المصطلحات العلمية الأساسية المستخدمة في رياضة التايكوندو.	1/6/2	المصطلحات العلمية واللغوية المناسبة في مجالات الأنشطة الرياضية المختلفة.	6/2
ان يربط بين المصطلحات العلمية وتطبيقاتها العملية في التدريب والمنافسة.	2/6/2		
ان يؤدي المهارات الأساسية (الركلات - اللكمات - الحركات) بإتقان.	1/1/3	يؤدي النماذج التطبيقية للمهارات الحركية في مختلف أنواع الرياضات الأساسية.	1/3
ان يطبق التنيك الصحيح أثناء أداء الجمل الحركية.	2/1/3		
ان ينفذ المهارات في مواقف تدريبية تحاكي المنافسة.	3/1/3		
ان يوظف التدرج في تعليم المهارات من البسيط إلى المركب.	3/1/3		
ان يحدد أدوات التقييم المناسبة لكل مرحلة تدريبية.	1/1/4	يفاضل بين أساليب التعليم والتقويم لاختيار أنسبها للأنشطة الرياضية المختلفة.	1/4
ان يقيم مستوى الأداء المهاري باستخدام معايير موضوعية.	2/1/4		
ان يحدد أدوات التقييم المناسبة لكل مرحلة تدريبية.	3/1/4		
ان يحلل سلوك اللاعبين أثناء التدريب والمنافسة.	1/2/4	يحلل مهارات الرياضات الفردية والجماعية في ضوء الجوانب الحيوية وأسس الحركة الرياضية.	2/4
ان يحدد أخطار الإصابة في رياضة التايكوندو وطرق الوقاية منها.	2/2/4		
ان يطبق قواعد الأمن والسلامة داخل بيئة التدريب.	3/2/4		
ان يتواصل بفعالية مع المدرب والزملاء أثناء التدريب.	1/2/5	استخدام وسائل مهارات الاتصال الفعال والقدرة على العمل الجماعي لتفعيل العمليات المرتبطة بالمجال الرياضي.	2/5
ان يعمل ضمن فريق لتنفيذ الأنشطة التدريبية.	2/2/5		



نواتج التعلم للمقرر عند الانتهاء من المقرر سيكون الطالب قادرا على:		مخرجات البرنامج/ المعايير الأكاديمية المتبناة (التي يحققها المقرر تبعا للمصفوفة في توصيف البرنامج)	
النص	الكود	النص	الكود
ان يشارك في البطولات والأنشطة الرياضية المرتبطة بالتايكوندو.	1/5/5	المشاركة الفعالة في التجمعات المهنية للتربية البدنية المحلية والقومية وفي المجال التربوي الأوسع.	5/5

4. طرق التعليم والتعلم: Teaching and Learning Methods

1. المحاضرة Lecture
2. التطبيقات العملية Practical Training
3. التعليم التعاوني Cooperative Learning
4. تدريس الأقران Peer Teaching
5. التعلم الإلكتروني E-Learning

الجدول الدراسي للمقرر:

رقم الاسبوع الدراسي	المحتوى العلمي للمقرر (موضوعات المقرر)	إجمالي عدد الساعات الأسبوعية	عدد ساعات التعلم المتوقعة		
			تدريس نظري (محاضرات/ مجموعات مناقشة/)	تدريب (عملي/إكلينيكي/)	تعلم ذاتي (مهام/ تكاليفات/ مشاريع/ ...)
1	مقدمة عن رياضة التايكوندو - المهارات الأساسية في رياضة التايكوندو.	3	1	2	-
2	التقسيم الفني لرياضة التايكوندو - المهارات الدفاعية في رياضة التايكوندو.	3	1	2	-
3	درجات الأحزمة- الأوضاع في رياضة التايكوندو.	3	1	2	-
4	المصطلحات المستخدمة في رياضة التايكوندو - المهارات الهجومية (اللكمة المستقيمة+ الركلة الأمامية) في رياضة التايكوندو.	3	1	2	-
5	بعض مواد القانون الدولي- المهارات الهجومية (اللكمة الأمامية الدائرية) في الكيروجي	3	1	2	-
6	بعض مواد القانون الدولي- المهارات الهجومية (الركلة الجانبية) في رياضة التايكوندو.	3	1	2	-
7	بعض مواد القانون الدولي- المهارات الدفاعية (الدفاع لأسفل + الدفاع لأعلي) في رياضة التايكوندو.	3	1	2	-
8	بعض مواد القانون الدولي- المهارات الهجومية (الركلة العمودية).	3	1	2	-
9	بعض مواد القانون الدولي- الثلث الأول لليومز الأولي	3	1	2	-
10	بعض مواد القانون الدولي- الثلث الثاني لليومز الأولي	3	1	2	-
11	بعض مواد القانون الدولي- الثلث الثالث لليومز الأولي	3	1	2	-
12	إشارات التحكيم- الثلث الأول والثاني من اليومز الأولي	3	1	2	-
13	إشارات التحكيم - اليومز الأولي ككل	3	1	2	-
14	الأدوات والأجهزة المستخدمة في التعليم والتدريب- مهارات مركبة	3	1	2	-
15	الأدوات والأجهزة المستخدمة في التحكيم- مهارات مركبة	3	1	2	-



5. طرق تقييم الطلاب: Student Assessment Methods

م	طرق التقييم *	توقيت التقييم المتوقع (رقم الأسبوع الدراسي)	درجات التقييم	النسبة المئوية من إجمالي درجة المقرر
1	امتحان 1 عملي (أعمال سنة)	6	10	10%
2	امتحان 2 تحريري (أعمال سنة)	12	10	10%
3	تكليفات / مشروع / ملف الإنجاز / كتيب الأنشطة	خلال الفصل الدراسي	10	10%
4	امتحان نهائي عملي	15	30	30%
5	امتحان نهائي تحريري	16	40	40%

6. مصادر التعلم والتسهيلات الداعمة:

قسم المنازلات والرياضات الفردية (2025): <u>مذكرة التايكوندو</u> . https://courses.minia.edu.eg	المرجع الأساسي للمقرر (لابد من كتابة البيانات كاملة وفقا لطريقة توثيق علمي)	
<ul style="list-style-type: none"> أحمد سعيد زهران (2005): القواعد العلمية والفنية لرياضة التايكوندو، دار الفكر العربي، القاهرة. HER YÖNÜYLE TAEKWONDO https://www.researchgate.net/publication/397786176_HER_YONUYLE_TAEKWONDO_2 Kul, M., & Aydemir, B. (2025). Effects of Different Plyometric Training on Some Biomotor and Taekwondo Technical Performance in Taekwondo Athletes. <i>Research in Sport Education and Sciences</i>, 27(3), 184-199. https://doi.org/10.62425/rses.1645763 	المراجع الأخرى	مصادر التعلم (الكتب والمراجع العلمية وغيرها) *
https://www.worldtaekwondo.org/main	المصادر الإلكترونية (لابد من إضافة الروابط)	
https://courses.minia.edu.eg	المنصة التعليمية (لابد من إضافة الرابط)	
https://www.facebook.com/100064747027532/posts/1252595086908714	أخرى (تذكر)	
-	الأجهزة	التجهيزات
البساط- المصدات- القفازات- الواقيات- كرات طبية- سندباك	المستلزمات	التعليمية
Taekwondo training App	البرامج الإلكترونية	المساندة

<p>تطبيق لتدريبات التايكوندو في المنزل بخطط تدريب يومية بالفديو</p> <p><u>Taekwondo kicks training</u> تطبيق يحتوي على تدريبات لمهارات التايكوندو</p> <p><u>Learn Taekwondo training App</u> برنامج مجاني يقدم مجموعة من دروس وتقنيات التايكوندو مع شروح لحركات وتدريبات أساسية</p>		<p>للتعليم والتعلم *</p>
-	معامل المهارات/ المحاكات	
-	المعامل الافتراضية	
-	أخرى (تذكر)	

اسم وتوقيع
منسق البرنامج

أ.د/ بسامات محمد علي شمس الدين

اسم وتوقيع
منسق المقرر

أ.د/ بدري عيد حماد