



الهيئة القومية لضمان
جودة التعليم والاعتماد
قطاع التعليم العالي

توصيف مقرر رياضة تخصصية اختيارية 2

1. معلومات أساسية: Basic Information

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

2. الوصف العام للمقرر Course overview

يهدف هذا المقرر إلى تعرف الطلاب على طبيعة إحدى رياضات المنازلات والرياضات الفردية (كونغ فو، كاراتيه، تاكوندو، ملاكمة، جودو، مصارعة، سلاح، أتنال)، وأسسها المهارية والخططية مع التركيز على الجوانب الإدارية المرتبطة بها مثل تنظيم البطولات، إدارة الفرق، التسويق الرياضي، وإجراءات الأمن والسلامة.



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
أن يوضح المفاهيم الأساسية المرتبطة برياضات المنازلات (الأنواع - الخصائص - الأهداف).	1/1/2	معارف ومعلومات العلوم الأساسية والإنسانية المرتبطة بالتدريب الرياضي.	1/2
أن يفسر المبادئ العلمية البسيطة المرتبطة بالأداء الحركي.	2/1/2		
أن يميز بين مكونات الأداء في رياضات المنازلات.	1/2/2	محتوى الرياضة التخصصية (قدرات بدنية - مهارات حركية - النواحي الخطئية - النواحي النفسية).	2/2
أن يؤدي مهارات حركية أساسية بصورة صحيحة وآمنة.	2/2/2		
أن يشارك في تنفيذ وحدات تدريبية بسيطة تحت إشراف.	1/3/3	أسس ومبادئ تخطيط، تنفيذ، إدارة وتقويم الوحدات والدورات التدريبية في الرياضة التخصصية.	3/2
أن يطبق مفاهيم أساسية للتقويم أثناء الأنشطة التدريبية.	2/3/3		
أن يستخدم الأدوات الرياضية البسيطة بطريقة صحيحة وآمنة.	1/8/2	طرق استخدام الإمكانات الرياضية (الأدوات والأجهزة الرياضية - ملاعب - صالات تدريب - حمامات سباحة) وفقاً للرياضة التخصصية.	8/2
أن يوظف الإمكانات المتاحة في تنفيذ الأنشطة التدريبية.	2/8/2		
أن يشارك في إعداد جزء بسيط من برنامج تدريبي.	1/3/3	تخطيط وتنفيذ البرامج التدريبية في مجال الرياضة التخصصية.	3/3
أن يطبق التدرج البسيط في الحمل التدريبي أثناء الأداء.	2/3/3		
أن يستخدم وسائل تدريبية بسيطة لتحسين الأداء.	1/4/3	استخدام الوسائل التدريبية المساعدة وتكنولوجيا التدريب والاستفادة من الإمكانات المتاحة.	4/3
أن يوظف الملاحظة أو الفيديو بشكل مبسط لتحليل الأداء.	2/4/3		
أن يلتزم بقواعد الانضباط داخل البيئة التدريبية.	1/6/3	إدارة البيئة التدريبية وقيادتها للارتقاء بالرياضة التخصصية.	6/3
أن يشارك في تنظيم الأنشطة الجماعية.	2/6/3		
أن يطبق قواعد الأمن والسلامة أثناء التدريب.	1/1/4		1/4



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
أن يميز السلوك الرياضي الإيجابي أثناء النشاط.	2/1/4	تحليل السلوك الرياضي وتحديد عوامل الأمن والسلامة لبيئة التدريب الرياضي.	
أن يشارك في تقييم الأداء المهاري بشكل مبسط.	1/2/4	اختيار أسلوب التقييم الذي يتناسب مع مراحل وفترات التدريب.	2/4
أن يتابع تطور مستواه البدني والمهاري.	2/2/4		
أن يلتزم بالوقت المحدد أثناء تنفيذ الأنشطة.	1/1/5	إدارة الوقت لتحقيق أقصى استفادة وأفضل عائد.	1/5
أن يتعاون مع الزملاء أثناء الأنشطة الرياضية.	1/2/5	استخدام وسائل مهارات الاتصال الفعال والقدرة على العمل الجماعي لتنفيذ العمليات المرتبطة بالمجال الرياضي.	2/5

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:

عدد ساعات التعلم المتوقعة				إجمالي عدد الساعات الأسبوعية	المحتوى العلمي للمقرر (موضوعات المقرر)		رقم الأسبوع الدراسي
أخرى	تعليم ذاتي (مهام/ تكليفات/ مشاريع/ ...)	تدريب (عملي/ إكلينيكي/)	تدريس نظري (محاضرات/ مجموعات مناقشة/)		عملي	نظري	
-	-	2	1	3	تمريبات إعداد عام + أوضاع الاستعداد	مدخل إلى رياضات المنازلات (التاريخ - الأنواع - الخصائص)	1
-	-	2	1	3	تدريبات تحرك بالقدمين	متطلبات الأداء في المنازلات (توقيت - مسافة - توازن)	2
-	-	2	1	3	تطبيق مهارات حركية أساسية	مكونات الأداء (بدني - مهاري - خططي - نفسي)	3
-	-	2	1	3	لكمات/ركلات/مسكات بسيطة	المهارات الأساسية في المنازلات	4
-	-	2	1	3	تطبيق طرق التعلم (تقسيم المهارة)	طرق تعلم المهارات الحركية	5
-	-	2	1	3	أداء تدريجي (بطيء → سريع)	مراحل تعلم وإتقان المهارة	6
-	-	2	1	3	تصحيح الأداء باستخدام الملاحظة	التغذية الراجعة في التعلم الحركي	7
-	-	2	1	3	اكتشاف وتصحيح الأخطاء	الأخطاء الحركية وأسبابها	8
-	-	2	1	3	مواقف لعب بسيطة	مبادئ الأداء الخططي	9
-	-	2	1	3	تدريبات دخول وخروج	التوقيت والمسافة في الأداء	10
-	-	2	1	3	تطبيق خداع بسيط	الخداع الحركي (Feints)	11
-	-	2	1	3	مواقف تنافسية مبسطة	التفكير الخططي واتخاذ القرار	12
-	-	2	1	3	تحليل أداء زملاء	التحليل الفني للأداء	13
-	-	2	1	3	تطبيق أدوار تحكيم	التحكيم وقوانين المنازلات	14
-	-	2	1	3	تطبيق شامل (مهاري + تحليلي)	التدريب على الأداء المهاري والخططي	15



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	16	30	30%
5	امتحان نهائي تحريري	17	40	40%

6. مصادر التعلم والتسهيلات الداعمة:

قسم المنازلات والرياضات الفردية (2025): مذكرة رياضة تخصصية اختيارية 2. https://courses.minia.edu.eg	المرجع الأساسي للمقرر (لا بد من كتابة البيانات كاملة وفقا لطريقة توثيق علمي)	مصادر التعلم (الكتب والمراجع العلمية وغيرها) *
<ul style="list-style-type: none"> وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد (2002): الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرب، دار الهدى للنشر والتوزيع، المنيا. مسعد على محمود (2017م): المفاهيم الأساسية لعلم التدريب الرياضي، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية. 	المراجع الأخرى	
https://www.researchgate.net/publication/378042032_tathyr_tdrybat_alhjwm_almdad_ly_falyt_alada_almhary_lbd_alrklat_ldy_laby_al_sanda	المصادر الالكترونية (لا بد من إضافة الروابط)	
https://courses.minia.edu.eg	المنصة التعليمية (لا بد من إضافة الرابط)	
<p>https://jsbsh.journals.ekb.eg/contacts?_action=loginForm</p> <p>المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة. جامعة حلوان</p> <p>https://sja.journals.ekb.eg/contacts?_action=loginForm</p> <p>مجلة علوم الرياضة. جامعة المنيا</p>	أخرى (تذكر)	
-	الأجهزة	التجهيزات التعليمية المساندة للتعليم والتعلم *
أكياس لكم- وسائد ضرب- دمي تدريب- حبال قفز- أقماع- سلاالم رشاقة- حواجز سرعة- لوحات تكتيكية- فيديو تحليل- برامج تحليل أداء- إشارات بصرية- ساعات توقيت- أثقال- كرات طبية- حبال مقاومة- صناديق قفز- أجهزة جري- قفازات- واقي رأس- واقي أسنان- واقي ساق- واقي جسم- كاميرات تصوير- أجهزة قياس نبض- استمارات تقييم.	المستلزمات	
<ol style="list-style-type: none"> Dartfish Kinovea Coach's Eye 	البرامج الالكترونية	

4. Hudl		
5. Technique Apps		
6. Virtual Reality Training Systems		
7. Wearable Technology Software		
8. Google Classroom / Moodle		
-	معامل المهارات/ المحاكات	
-	المعامل الافتراضية	
-	أخرى (تذكر)	

اسم وتوقيع
منسق البرنامج

أ.د/ بسمات محمد علي شمس الدين

اسم وتوقيع
منسق المقرر

د/ محمد هاني حسن