



الهيئة القومية لضمان
جودة التعليم والاعتماد
قطاع التعليم العالي

توصيف مقرر كاراتيه 2 (2026/2025)

1. معلومات أساسية: Basic Information

اسم المقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)	كاراتيه 2			
كود/رمز المقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)	510 م. ف			
القسم/الأقسام العلمية المشاركة في تدريس المقرر	--			
عدد الساعات / النقاط المعتمدة للمقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)	نظري	عملي	اخرى (تحدد)	إجمالي
	1	2	-	3
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. / بسمات محمد علي			
تاريخ اعتماد توصيف المقرر	2025/9/1 م			
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 الطلاب بأسس ومبادئ رياضة الكاراتيه من حيث النشأة والتطور والقواعد الفنية والقوانين التنظيمية للعبة، بالإضافة إلى إكسابهم المهارات الأساسية في الكيمون (الأساسيات) والكاناتا (القتال الوهمي) والكوميتيه (القتال الفعلي). كما يتضمن المقرر دراسة المفاهيم النظرية المرتبطة باللياقة البدنية الخاصة بالكاراتيه وأساليب الإعداد البدني والذهني للاعبين مع التعرف على أنواع المسكات، الضربات الركلات الدفاعات والتحركات الأساسية. كما



يتناول المقرر قواعد التحكيم والبطولات وأساليب تدريب الكاراتيه الحديث وفق المناهج الدولية مع التركيز على الأمان والسلامة أثناء الممارسة وتنمية قيم الانضباط والاحترام والثقة بالنفس لدى الطلاب.

3. نواتج التعلم للمقرر: Course Learning Outcomes

اتساق نواتج التعلم للمقرر مع مخرجات البرنامج (المعايير المتبناة)

نواتج التعلم للمقرر عند الانتهاء من المقرر سيكون الطالب قادراً على:		مخرجات البرنامج / المعايير الأكاديمية المتبناة (التي يحققها المقرر تبعاً للمصفوفة في توصيف البرنامج)	
النص	الكود	النص	الكود
ان يوضح الخلفية التاريخية والفلسفية لرياضة الكاراتيه وتطورها عبر الزمن	1/1/2	المعارف الأساسية التاريخية والفلسفية والتربوية والاجتماعية والنفسية للتربية الرياضية.	1/2
ان يفسر الجوانب التشريحية والفسولوجية المرتبطة بأداء مهارات الكاراتيه	1/2/2	المعارف الأساسية المرتبطة بالجوانب الحيوية (التشريح وعلم وظائف الأعضاء وعلم الأحياء) والصحية المرتبطة بالتربية الرياضية.	2/2
ان يطبق أساليب القياس والتقويم في تقييم الأداء المهاري في الكاراتيه	1/5/2	أسس البحث العلمي وطرق القياس والتقويم في التربية الرياضية.	5/2
ان يؤدي المهارات الأساسية في الكاراتيه (اللكم – الركل – الصد – التحرك) بشكل صحيح	1/1/3	يؤدي النماذج التطبيقية للمهارات الحركية في مختلف أنواع الرياضات الأساسية.	1/3
ان يصمم وحدة تدريبية مبسطة في الكاراتيه تناسب مستوى المتدربين	1/2/3	يصمم وينفذ البرامج والوحدات المناسبة لاحتياجات المستفيدين في المجال الرياضي.	2/3
ان يلتزم بإجراءات الأمن والسلامة أثناء التدريب والمنافسة في الكاراتيه	1/3/3	يطبق إجراءات الأمن والسلامة القانونية والصحية في بيئة الممارسة الرياضية.	3/3
ان يختار أساليب تعليم مناسبة لتدريب مهارات الكاراتيه وفق مستوى المتعلمين	1/1/4	يفاضل بين أساليب التعليم والتقويم لاختيار أنسبها للأنشطة الرياضية المختلفة.	1/4
ان يحلل الأداء المهاري في الكاراتيه وفق مبادئ الحركة والبيوميكانيكا البسيطة	1/2/4	يحلل مهارات الرياضات الفردية والجماعية في ضوء الجوانب الحيوية وأسس الحركة الرياضية.	2/4
ان يقترح حلولاً للتحديات التي تواجه تعلم مهارات الكاراتيه في التدريب	1/3/4	يحدد المعوقات ويتوقع التحديات التي تواجه بيئة الممارسة الرياضية ويختار الأنسب بين البدائل لحلها.	3/4
ان يخطط الطالب لبرنامج تعلم ذاتي مستمر لتطوير مهاراته في الكاراتيه.	1/6/5	ممارسة التعلم المستمر والتعلم الذاتي في المجال الرياضي وفي الحياة بصفة عامة.	6/5
ان يستخدم الطالب المصطلحات الأساسية لرياضة الكاراتيه في مواقف التدريب والتواصل داخل بيئة العمل الرياضي.	1/8/5	الإلمام بإحدى اللغات الأجنبية لتفعيل بيئة العمل عند الحاجة.	8/5

4. طرق التعليم والتعلم: Teaching and Learning Methods

1. المحاضرة Lecture
2. التطبيقات العملية Practical Training
3. التعليم التعاوني Cooperative Learning
4. المناقشة Discussion
5. العصف الذهني Brainstorming
6. التعلم الإلكتروني E-Learning
7. الأبحاث المكتبية Library Research



الجدول الدراسي للمقرر:

عدد ساعات التعلم المتوقعة				إجمالي عدد الساعات الأسبوعية	المحتوى العلمي للمقرر (موضوعات المقرر)		رقم الاسبوع الدراسي
أخرى (تحدد)	تعلم ذاتي (مهام/ تكليفات/ مشاريع/...)	تدريب (عملي/اكlinي كي/.....)	تدريس نظري (محاضرات/ مجموعات مناقشة/.....)		عملي	نظري	
-	-	2	1	3	وقفة الانتباه التحية ووقفة الاستعداد	مقدمة وتاريخ رياضة الكاراتيه	1
-	-	2	1	3	وضع الارتكاز الأمامي ووضع الارتكاز الخلفي	زي اللاعب والمدرّب – الوقفات في الكاراتيه	2
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 1 الى 6	المراحل الفنية لمهارة الدفاع لأسفل، والايوي زوكي	3
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 7 الى 9	مراحل الأداء الفني للركلة الجانبية	4
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 9 الى 11	طاقم الحكام - ملعب المباراة	5
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 12 الى 15	معايير تقييم الكاتا	6
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 1-11	الهجوم والدفاع في الكاراتيه	7
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 15 الى 17	الأخطاء في الكاتا	8
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 19 الى 12	الإقصاء في الكاتا	9
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 22 الى 26	زمن مباراة الكوميتيه	10
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 1 الى 26	مناطق التسجيل	11
-	-	2	1	3	– ايون كوميتيه – هجوم بعد الدفاع	مراحل الأداء الفني للركلات	12
-	-	2	1	3	ايون كوميتيه من التحرك	تسجيل النقاط	13
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية من الحركة 1 الى 26	مدارس الكاراتيه	14
-	-	2	1	3	الكاتا الثانية	مصطلحات مهمه	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:

شعبة الكاراتيه (2025): كاراتيه 2، مذكرة غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا. الكتاب الإلكتروني. http://courses.minia.edu.eg/home/WeekDetails?C_id=20334%&Week_ID=10	المرجع الأساسي للمقرر (لابد من كتابة البيانات كاملة وفقا لطريقة توثيق علمي)	مصادر التعلم (الكتب والمراجع العلمية وغيرها) *
- أحمد محمود محمد إبراهيم (1995): مبادئ التخطيط للبرامج التعليمية والتدريبية رياضية الكاراتيه، منشأة المعارف، الإسكندرية. /https://www.wkf.net	المراجع الأخرى	
https://courses.minia.edu.eg	المصادر الإلكترونية (لابد من إضافة الروابط)	
Smart Board /Date Show	المنصة التعليمية (لابد من إضافة الرابط)	
بساط - علامات لاصقه - سندباكات - كفوف لكم	الأجهزة	التجهيزات التعليمية المساندة
https://play.google.com/store/apps/details?id=com.apps.boody.karatestrikes	المستلزمات	للتعليم والتعلم *
	البرامج الإلكترونية	

اسم وتوقيع
منسق البرنامج

أ.د/ بسامات محمد علي شمس الدين

اسم وتوقيع
منسق المقرر

أ.د/ بسامات محمد علي شمس الدين