



توصيف المقرر الدراسي

(الدراسات العليا)

اسم المقرر: برامج التربية البدنية والرياضة للمراهقين
رمز المقرر: بدن ١٦٠٤
البرنامج: ماجستير التربية البدنية
القسم العلمي: التربية البدنية
الكلية: التربية
المؤسسة: جامعة الملك فيصل
نسخة التوصيف: النسخة الأولى تم تحديثها على نموذج ٢٠٢٣
تاريخ آخر مراجعة: ٢٠٢٣



جدول المحتويات

أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي.....	٣
ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها.....	٤
ج. موضوعات المقرر	٥
د. أنشطة تقييم الطلبة.....	٥
هـ. مصادر التعلم والمرافق	٦
و. تقويم جودة المقرر.....	٦
ز. اعتماد التوصيف.....	٧



أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي:

١. التعريف بالمقرر الدراسي:

١. الساعات المعتمدة: (٣ ساعات)			
٢. نوع المقرر			
أ- ☐ متطلب جامعة	☐ متطلب كلية	☐ متطلب تخصص	☐ متطلب مسار
ب- ☒ إجباري	☐ اختياري		
٣. السنة / المستوى الذي يقدم فيه المقرر: (الثالث)			
٤. الوصف العام للمقرر			
مقرر إجباري يتم تدريسه بالمستوى الثالث للطلاب المنتسبين لبرنامج ماجستير التربية البدنية (للمسارين : الرسالة، والمقررات)			
٥- المتطلبات السابقة لهذا المقرر (إن وجدت)			
لا يوجد			
٦- المتطلبات المتزامنة مع هذا المقرر (إن وجدت)			
لا يوجد			
٧. الهدف الرئيس للمقرر			
١- تعريف الطالب بخصائص نمو المراهقين. ٢- تمكين الطالب من تعليم المهارات الحركية الأساسية. ٣- تمكين الطالب من إعداد البرامج الخاصة بالتربية البدنية للمراهقين. ٤- تمكين الطالب من تقويم الأداء الحركي والبدني للمراهقين في درس التربية البدنية. ٥- تعريف الطالب بالأنشطة الحركية والبدنية للمراهقين ٦- درس التربية البدنية في المرحلة المتوسطة			

٢. نمط التعليم:

م	نمط التعليم	عدد الساعات التدريسية	النسبة
١	تعليم اعتيادي	٤٥	%١٠٠
٢	التعليم الإلكتروني		
٣	التعليم المدمج • التعليم الاعتيادي • التعليم الإلكتروني		
٤	التعليم عن بعد		

٣. الساعات التدريسية: (على مستوى الفصل الدراسي)

م	النشاط	ساعات التعلم	النسبة
١	محاضرات	٤٥	١٠٠%
٢	معمل أو إستوديو		
٣	ميداني		
٤	دروس إضافية		
٥	أخرى (تذكر)		
	الإجمالي	٤٥	١٠٠%

ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها:

الرمز	نواتج التعلم	رمز ناتج التعلم المرتبط بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
1.0	المعرفة والفهم			
1.1	يتعرف على قضايا ومشكلات مراحل النمو المختلفة للمراهقين	١٤	المحاضرات النظرية مع استخدام وسائل العرض والإيضاح.	أعمال فصلية (حضور – مناقشات – أوراق بحثية)
1.2	يتعرف الدارس على مراحل التطور الحركي واكتساب المهارات الحركية الأساسية ليصبح قادراً على تطوير قدرات اللياقة الحركية	٢٤	المحاضرات النظرية مع استخدام وسائل العرض والإيضاح.	تقييم التحضير الكتابي للأنشطة
2.0	المهارات			
2.1	يميز الفرق بين الذكور والإناث في خصائص النمو البدني.	١م	المحاضرات العملية والتطبيقية.	الاختبارات النظرية والشفهية والمفاجئة
2.2	يحلل قضايا ومشكلات مراحل النمو المختلفة للمراهقين.	٢م	تطبيقات على شكل مجموعات وورش عمل.	الاختبارات النظرية والشفهية والمفاجئة
2.3	يلم بالعلاقة بين النضج البيولوجي والأداء البدني للمراهقين.	٣م	القراءات والمراجع والقراءة الفردية ومواقع الانترنت ذات الصلة.	الاختبارات النظرية والشفهية والمفاجئة
	بتفهم العلاقة بين التدريب والإنجاز الرياضي للمراهقين من الجنسين.	٤م	ورش العمل واستخدام وسائل العرض المختلفة	التقارير والواجبات الدورية.
3.0	القيم والاستقلالية والمسؤولية			
3.1	يتحمل المسؤولية ويكون قادراً على اتخاذ القرار	١ق	تقديم تقارير وواجبات دورية.	قياس مدى انجاز المهام المكلف بها

الرمز	نواتج التعلم	رمز ناتج التعلم المرتبط بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
3.2	يستطيع العمل كعضو في فريق ووضوح الدارس في دور قيادي	ق ٢	ورش العمل واستخدام وسائل العرض المختلفة	قياس مدى انجاز المهام المكلف بها
...				

ج. موضوعات المقرر:

م	قائمة الموضوعات	الساعات التدريسية المتوقعة
١	مفهوم التربية البدنية للمراقبين ، قيمها ، أهدافها ، سماتها.	٦
٢	تطور نمو المهارات الحركية.	٣
٣	ومظاهر المهارات الحركية الكبيرة والصغيرة، تقسيمات المجال النفس حركي.	٣
٤	الأنشطة الحركية ودورها في تنمية أجهزة جسم الحيوية لدى المراقبين.	٣
٥	تنمية وتطوير اللياقة البدنية للمراقبين.	٣
٦	عناصر برنامج التربية البدنية الخاصة للمراقبين.	٦
٧	دراسة الفروق في مظاهر النمو بين البنين والبنات في فترة المراهقة.	٦
٨	تصميم برامج التربية البدنية والرياضة للمراقبين.	٦
٩	تقييم برامج التربية البدنية والرياضة للمراقبين.	٦
المجموع		٤٥

د. أنشطة تقييم الطلبة:

م	أنشطة التقييم	توقيت التقييم (بالأسبوع)	النسبة من إجمالي درجة التقييم
١	اختبار نظري فصلي.	السابع	١٥
٢	تقديم أوراق دراسية وواجبات مرتبطة بمواضيع المقرر.	الثاني عشر	١٥
٣	عروض شخصية، ومناقشات ومشاركات.	طوال الفصل	١٠
...	اختبار نظري نهائي	الخامس عشر	٦٠

أنشطة التقييم (اختبار تحريري، شفهي، عرض تقديمي، مشروع جماعي، ورقة عمل وغيره)

هـ. مصادر التعلم والمرافق:

١. قائمة المراجع ومصادر التعلم:

١. ١-وفيق صفوت مختار. سيكولوجية النمو والارتقاء في المراهقة. (2017). ktab INC.	المرجع الرئيس للمقرر
٢. أسامة كامل راتب. علم نفس النمو. (٢٠١١). المنهل. ملتقى الفكر العربي.	
أحمد محمد الزعيبي سيكولوجية المراهقة (٢٠٢٠). ktab INC	
Values in Youth Sport and Physical Education. (2013). United States: Taylor & Francis.	
Social Value for Health: Understanding, Framing and Capturing the Wider Psychosocial Outcomes Of Health Interventions and Programmers. (2021). (n.p.): Frontiers Media SA.	
Wright, P. M., Richards, K. A. (2021). Teaching Social and Emotional Learning in Physical Education. United States: Jones & Bartlett Learning.	المراجع المساندة
Greenberg, J. D., Calkins, N. D., Spinosa, L. S. (2022). Designing and Teaching Fitness Education Courses. United States: Human Kinetics.	
Greenberg, J. D., Calkins, N. D., Spinosa, L. S. (2022). Designing and Teaching Fitness Education Courses. United States: Human Kinetics.	المصادر الإلكترونية
www.motorlearning.com	أخرى
الاطلاع على محركات البحث، قواعد البيانات العربية والأجنبية (المنهل، ودار المنظومة)	

٢. المرافق والتجهيزات التعليمية والبحثية المطلوبة:

متطلبات المقرر	العناصر
قاعات دراسية – قاعات العرض	المرافق النوعية (القاعات الدراسية، المختبرات، قاعات العرض، قاعات المحاكاة ... إلخ)
جهاز عرض البيانات، السبورة الذكية، البرمجيات الخاصة بتوثيق المصادر.	التجهيزات التقنية (جهاز عرض البيانات، السبورة الذكية، البرمجيات)
الدوريات العلمية وبنوك المعرفة السعودية والدولية	تجهيزات أخرى (تبعاً لطبيعة التخصص)

و. تقويم جودة المقرر:

طرق التقييم	المقيمون	مجالات التقييم
مباشر	أحد أساتذة القسم	فاعلية التدريس
مباشر	قيادات البرنامج	فاعلية طرق تقييم الطلاب
مباشر – غير مباشر	أستاذ المقرر-منسق البرنامج – الطلاب	مصادر التعلم

طرق التقييم	المقيمون	مجالات التقييم
غير مباشر	الطلبة	مدى تحصيل مخرجات التعلم للمقرر
		أخرى

المقيمون (الطلبة، أعضاء هيئة التدريس، قيادات البرنامج، المراجع النظير، أخرى (يتم تحديدها).
طرق التقييم (مباشر وغير مباشر).

ز. اعتماد التوصيف:

مجلس قسم التربية البدنية	جهة الاعتماد
(١٢)	رقم الجلسة
١٤٤٥/٦/١٣	تاريخ الجلسة