

الهيئة الوطنية للتقويم والاعتماد الأكاديمي

المملكة العربية السعودية

نموذج توصيف مقرر دراسي

المؤسسة : جامعه الملك فيصل	
الكلية : التربية البدنية	القسم : التربية

أ) التعريف بالمقرر الدراسي ومعلومات عامة عنه :

اسم ورمز المقرر الدراسي: بيولوجيا الرياضة (بدن ١٠٣)
عدد الساعات المعتمدة: : ساعتان معتمدة (ساعتان نظري)
البرنامج أو البرامج الذي يقدم ضمنه المقرر الدراسي. بكالوريوس التربية البدنية
اسم عضو هيئة التدريس المسؤول عن المقرر الدراسي: د / د :محمود عبد الحافظ النجار
السنة أو المستوى الأكاديمي الذي يعطى فيه المقرر الدراسي : الثالث
المتطلبات السابقة لهذا المقرر (إن وجدت) : لا يوجد
المتطلبات اللاحقة لهذا المقرر (إن وجدت) : لا يوجد
موقع تقديم المقرر إن لم يكن داخل المبنى الرئيس للمؤسسة التعليمية: قاعات كلية التربية

ب) الأهداف:

بعد الانتهاء من دراسة هذا المقرر سوف يستطيع الطالب أن:

يلم بماهية وأهمية بيولوجيا الرياضة.

يفرق بين الأسس الكيميائية والفيزيائية لتركيب الكائن الحي.

يتعرف على التركيب الخلوي والعمليات الحيوية داخل الكائن الحي.

يفرق بين أعضاء الأجهزة الحيوية في الإنسان.

- يتعرف على دور وأهمية حواس الجسم في النشاط الحركي

٢- خطط يتم تنفيذها لتطوير وتحسين المقرر الدراسي :

- ١- استخدام الشبكة العنكبوتية في البحث والاستفادة من خبرات المؤسسات التعليمية الأخرى
- ٢- استخدام مجموعه من المراجع الاساسية
- ٣- الشروع في تحديث المنهج من خلال خطة تطوي المناهج
- ٤- استخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة في التعليم

(ج) توصيف المقرر الدراسي :

١-الموضوعات التي ينبغي تناولها :

ساعات التدريس	عدد الأسابيع	قائمة الموضوعات
٢	١	التدريب الرياضي (مفهومه - خصائصه- واجباته).
٢	١	مقدمة في علم الأحياء.
٢	١	مفهوم وأهمية بيولوجيا الرياضة.
٤	٢	الأسس الكيميائية لتركيب الكائن الحي (المركبات العضوية واللا
٢	١	عضوية).
٢	١	الأسس الفيزيائية لتركيب الكائن الحي.
٤	٢	التركيب الخلوي.
٤	٢	العمليات الحيوية في الإنسان.
٤	٢	الأنسجة البشرية.
٤	٢	الأجهزة الحيوية في الإنسان.
		المستقبلات الحسية (العين، الأذن، العضلات، الأوتار) ودورها في
		النشاط الحركي

٢-مكونات المقرر الدراسي (إجمالي عدد ساعات التدريس لكل فصل دراسي) :

المحاضرة: (١٥)	مادة الدرس:	المختبر	عملي/ميداني/ تدريبي	أخرى: امتحان نظري امتحان عملي ساعات مكتبية
لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد		

٣- ساعات دراسة خاصة إضافية/ساعات التعلم المتوقع أن يستوفيهها الطالب أسبوعياً. (ينبغي أن يمثل هذا المتوسط لكل فصل دراسي وليس المطلوب لكل أسبوع) : (٢٠) ساعه

٤- تطوير نتائج التعلم في مختلف مجالات التعلم :

المعارف :

١- توصيف للمعارف المراد اكتسابها :

- تعريف الطالب بمفهوم التدريب الرياضي.
- تعريف الطالب بخصائص التدريب الرياضي.
- تعريف الطالب بفوائد التدريب الرياضي.
- ادراك الطالب للأسس الكيميائية لتركيب الكائن الحي (المركبات العضوية واللا عضوية).
- الما م الطالب مفهوم وأهمية بيولوجيا الرياضة.
- تمكين الطالب من التعرف على الأسس الفيزيائية لتركيب الكائن الحي.
- يكتسب قدره على معرفه المقصود بالتركيب الخلوي
- تعريف الطالب بالعمليات الحيوية في الإنسان.
- تمكين الطالب من التعرف على الأنسجة البشرية.
- تعريف الطالب بالمستقبلات الحسية (العين، الأذن، العضلات، الأوتار) ودورها في النشاط الحركي

٢- استراتيجيات التدريس المستخدمة لتنمية تلك المعارف :

الدروس العملية :

- جمع وعرض المعلومات من خلال الاتصال بالإنترنت وتحليلها وربطها بالمعلومات الأخرى
- الاستعانة بالمراجع المكتبيه
- التكليف بالواجبات الفردية والجماعية
- عرض المعلومات و حلقات نقاش بواسطة الطلاب

- مشروع دراسي عملي يقوم به مجموعات الطلاب
- تنمية مهارات العمل الجماعي
- تنمية مهارة التنمية الذاتية
- تنمية مهارة استخدام الشبكة العنكبوتية والاستفادة الفاعلة منها
- استخدام دراسة الحالة
- تقديم محاضرة تعريفية لمحتوى المقرر وأهميته
- ربط موضوع المحاضرة بالأخرى بتلخيص ما سبق

٣- طرق تقويم المعارف المكتسبة :

- الاختبارات الدورية السريعة ...طوال العام الدراسي
- اختبارات فصلية ونهائية
- اختبارات معملية
- اوراق بحثية
- مناقشات أثناء المحاضرات
- تقييم المشروع العملي بالاشتراك مع الطلاب
- تقييم المادة العلمية في الواجبات

ب. المهارات الإدراكية :

١- توصيف للمهارات الإدراكية المراد تنميتها :

- ١- القدرة على التفكير النقدي والتحليلي
- ٢- القدرة على فهم المستجدات العالمية على مستوى القضايا ذات الصلة بعلم بيولوجيا الرياضه
- ٣- القدرة على ربط المعلومات التي يحصل عليها الطالب في مجال علم بيولوجيا الرياضه داخل القاعه الدراسية بالمحيط المباشر الذي يعيش فيه
- ٤- القدرة على المشاركة الفعالة في النقاشات الجماعية وذلك من خلال القيام بقراءة المراجع والاستعداد الجيد قبل الدخول إلى قاعه المحاضرات
- ٥- المهارة في القيام بأنشطة بحثية واستخدام المعلومات سواء كانت من المصادر الأولية أو الثانوية لدعم الفكرة الرئيسية المطروحة

٢- استراتيجيات التدريس المستخدمة لتنمية تلك المهارات :

- حلقات بحثية نقاشية
- محاضرات متنوعة تخصصيه
- تنظيم مقابلات فرديه مع الطلاب
- النقاش داخل المحاضرة وتدريب الطلاب على التفكير النقدي والمستقل وتشجيعهم على المشاركة في حلقات النقاش

٣- طرق تقويم المهارات الإدراكية لدى الطلاب :

- مشروع قصير في مجال علم بيولوجيا الرياضه
- ورقة بحث مختصرة

- اختبارات فصلية/ونهاية

- اختبارات قصيرة مفاجئة

ج. مهارات التعامل مع الآخرين و تحمل المسؤولية :

١- وصف لمهارات العلاقات الشخصية والقدرة على تحمل المسؤولية المطلوب تطويرها :
- تنمية مهارات العمل الجماعي من خلال العمل في فريق لتحسين مهارات العلاقة بالآخرين

- حلقات النقاش

- التعاون في حل المشكلات التي تواجه الطلاب

- إدراك كيفية التعامل مع الزملاء و الأساتذة و تحمل المسؤولية الاجتماعية

- قدرة الطالب على تحمل المسؤولية الشخصية في أعداد الواجبات الفردية

- توظيف المعلومات في كتابة البحث أو الواجب أو إجابات أسئلة الامتحانات

- التعلم الذاتي عن طريق القيام بأعمال فردية من خلال ما يطلب من الطالب وتسليمها في مواعيدها

٢- استراتيجيات التعليم المستخدمة في تطوير هذه المهارات :

١- إثارة الحوار و المناقشات داخل قاعة الدرس

٢- محاضرات من شأنها أن تجعل الطالب يدرك أهمية إجابة التصرف في مسألة الوقت

٣- القيام باستشارات فردية أثناء الساعات المكتبية حول المشاريع البحثية والصعوبات التي يواجهها الطالب في الكتابة

٤- إجراء الطالب نقاشات مع زملائه من شأنها أن تجعله يحقق أعلى درجات الاستفادة وذلك من خلال قيامه بشرح ومناقشة أفكاره والدفاع عنها

٥- تقسيم الطلاب إلى مجموعات متجانسة للقيام ببعض المهام المشتركة مثل الأبحاث القصيرة

٣- طرق تقويم مهارات التعامل مع الآخرين والقدرة على تحمل المسؤولية لدى الطلاب :

- المشاركة الفعالة داخل المحاضرات تعكس قدرة الطالب على توظيفه لما تعلمه وقدرته على التعبير عنه.

- تعكس الأوراق البحثية مدى قدرة الطالب على التزامه بما يكلف به وباحترامه للمواعيد في هذا الصدد.

- تبرهن نتائج الاختبارات الفصلية والاختبار النهائي على مدى مهارة الطالب في جمع المعطيات وتركيبها

- تكليف الطالب بالقيام بمشروع بحثي كمقياس لمدى قدرته على تطبيق ما يتعلمه في المحاضرات

- بالإضافة إلى تقويم الأعمال الجماعية من خلال مناقشته، تقدير مدى استجابة الطالب لما يكلف به من مهام،

تقيم الانجازات التي قام بها مجموعات الطلاب- تقيم دور كل طالب داخل المجموعة...وذلك بتحديد نسبة من

الدرجات الكلية ولتكن ٥٪ لتقيم هذه المهارات

د. مهارات التواصل، وتقنية المعلومات، والمهارات العددية :

١- توصيف للمهارات المراد تلمينها في هذا المجال :

١ استخدام المجالات العلمية الالكترونية وقواعد البيانات

٢ استخدام المواقع المتخصصة على الشبكة للاطلاع على المزيد من المعلومات المتعلقة بالمواضيع التي نوقشت في الفصل

٣ استخدام برنامج الباور بوينت (Power Point) وجهاز الكمبيوتر المحمول – والبروجكتيرات – و الداتا شو

٤ التعريف بنظام جسور (وهم نظام تعليمي الكتروني تابع للمركز الوطني للتعليم الالكتروني والتعلم عن بعد)

٥ استخدام البرامج الاحصائية (الإعداد وجمع البيانات-استقراء النتائج والاستنتاجات)

٢- استراتيجيات التدريس المستخدمة لتنمية تلك المهارات :

١-تشجيع الطلاب على الاتصال بالإنترنت و محاولة الاستفادة القصوى من المعلومات المتوفرة على الشبكة

٢- استخدام الحاسب من خلال ICT في صياغة النتائج و إجراء التحاليل الإحصائية

٣- تشجيع الطلاب على محاولة التعرف على مواقع متخصصة وعلى الاستعانة بالمختصين في معمل الحاسوب بشأن المعلومات التي تتضمنها هذه المواقع

٤- طلب استخدام برنامج الباور بوينت لتقديم العروض

٥- تشجيع الطلاب على استخدام نظام جسور (وهم نظام تعليمي الكتروني تابع للمركز الوطني للتعليم الالكتروني والتعلم عن بعد) بهدف المشاركة في النقاشات المتوفرة على الشبكة وتسليم أبحاثهم الدراسية وتبادل الملفات مع الطلاب

٣- طرق تقويم المهارات العددية ومهارات التواصل لدى الطلاب :

١- بتخصيص درجات لكل طالب مقابل استخدام المعلومات المتوفرة على الشبكة في العروض التي يقدمها الطالب

٢- تخصيص درجات لكل طالب مقابل المشاركة في النقاشات داخل الفصل والقيام بتنفيذ مشاريع بحثية

٣- توزيع ورقة الإرشادات في بداية الواجب حتى يتسنى للطلاب معرفة نقاط التركيز التي ستشملها عملية التقويم.

٤- الأخذ بعين الاعتبار لمدى إقدام الطالب على استخدام نظام جسور أثناء المشاركة في النقاشات المتوفرة على الشبكة والدرشة

٥- تخصيص ٥٪ من الدرجات الكلية لتقييم هذه المهارات

هـ. المهارات الحركية (إن وجدت) :

لا يوجد

٢- استراتيجيات التدريس المستخدمة لتنمية تلك المهارات :

● أداء اختبارات وظيفية تعتمد بشكل كبير على الحركة الانتقالية الترددية

محاضرات معملية لمشاهدة أجهزه الجسم المختلفة تشريحيا داخل الجسم البشري

عرض صور وسلايدات توضيحية لأجهزه الجسم

٣- طرق تقويم المهارات الحركية لدى الطلاب :

- تقويم الطالب من خلال النتائج الاختبارات الوظيفية لديهم وتعريف الطلاب بسبب الاختلاف في مستوى النتائج

٥. جدول مهام تقويم الطلاب خلال الفصل الدراسي :

التقويم	مهمة التقويم (كتابة مقال، اختبار، مشروع جماعي، اختبار نهائي... الخ)	الأسبوع المحدد له	نسبته من التقويم النهائي
١	الاختبار الفصلي الأول	الأسبوع السابع	٢٠٪
٢	حضور ومشاركات	طوال الفصل الدراسي	١٠٪
٣	اختبارات دوريه وواجبات	الأسبوع (٤-٩-١٣)	١٠٪
٤	اختبار نظري نهائي	الأسبوع السادس عشر	٦٠ %

د. الدعم الطلابي:

١- تدابير تقديم أعضاء هيئة التدريس للاستشارات والإرشاد الأكاديمي للطلاب :

- الساعات المكتبية لعضو هيئة التدريس لمدة ١٠ ساعات أسبوعياً.
- الاتصال بأستاذ المادة عبر البريد الإلكتروني وموقع الويب سيتي ساعتان أسبوعياً .
- الإشراف المباشر على الطلاب أثناء المحاضرات النظرية ساعتان أسبوعياً .

هـ . مصادر التعلم:

١- الكتب المقررة المطلوبة :

كتاب " بيولوجيا الرياضة " المقرر من القسم – المعد من نخبة من أساتذة القسم .

٢-المراجع الرئيسية :

محمود النجار " بيولوجيا الرياضة " ، مطبعة الغد ، القاهرة ، ٢٠١٠م
عايش زيتون. مدخل إلى بيولوجيا الإنسان، دار المعارف، ١٩٩٦م.

عايش زيتون، علم حياة الإنسان، دار الشرق، عمان ١٩٩٩م.

مدحت حسين محمد. علم حياة الإنسان، دار الكتاب الجامعي، الإمارات، ٢٠٠٢م.

٣- الكتب و المراجع التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير،... الخ) (أرفق قائمة بها)
• بهاء الدين سلامة. التأهيل الحيوي للطاقة في المجال الرياضي، دار الفكر العربي ١٩٩٩م.

• أبو العلا أحمد عبد الفتاح، بيولوجيا الرياضة وصحة الرياضي، دار الفكر العربي، ١٤١٨هـ.

• *Colleen M. Belk , Virginia M. Borden, Colleen Belk, Virgini "Biology: Science for Life"*

• *Neil A. Campbell, Jane B. Reece - Addison-Wesley (٢٠٠٧) "Biology"*

• *Cecie Starr, Ralph Taggart: "Biology: the unity and diversity of life"*

• *Martha R. Taylor, Neil A. Campbell: "Student study guide for Biology"*

٤- المراجع الإلكترونية، مواقع الإنترنت... الخ:

www.biology.com/docs/millerlevineTOC.pdf

www.biology-questions-and-answers.com

www.teacherpathfinder.org/School/Subjects/Science/biology.html

www.campbellbiology.com

www.biology-online.org

٥- مواد تعليمية أخرى :

حزمة برامج مايكرو سوفت

و . المرافق اللازمة :

١- المباني :

- قاعة محاضرات بمقاعد (٣٠) بها جهاز عرض (Data Show) وجهاز عرض الشفافيات ومكتب للمحاضر وكروسي وإضاءة مناسبة
- قاعة تعلم إلكتروني تمكن الطلاب من الاطلاع على المقرر و مراجعة المعلومات

٢- مصادر الحاسب الآلي :

حاسب آلي- داتا شو- سلايدات

٣- مصادر أخرى:

- مختبر وبه أجهزة (السير المتحرك Tred mills - العجلة الثابتة Body - Exercis Bikes - composition - اجهزه قياس سمك الجلد والدهون Body Fat Calipers - اجهزه لقياس حامض اللاكتيك Devica To Measure The Lactic Acid - سبايروميتر لقياس السعة الحيوية Spirometry - رستميتز لقياس الطول والوزن - جهاز رسام القلب الكهربائي

Cardiovascular System - راديو تليمترى وساعات بولر لقياس النبض - جهاز لقياس ضغط الدم Blood Pressure Monitor - المنصه الذكيه (بوديوم) - السبوره الذكيه

ز. تقييم المقرر الدراسي وعمليات تطويره

١- استراتيجيات الحصول على التغذية الراجعة من الطلاب بخصوص فعالية التدريس :

استراتيجيات الحصول على نتائج الطالب وفعالية التعليم: سوف يتم توزيع استبانة مفتوحة على الطلاب إثر الاختبارات النهائية من أجل لفت نظر المدرس إلى مواطن القوة ومواطن الضعف الموجودة في العروض التي قام بتقديمها.

استبانات يملأها الطلاب (بدون أسماء)

- التواصل عبر الإنترنت مع الطلاب

- حلقات نقاشية مع الطلاب حول استراتيجيات التعلم و إمكانيات التطوير

-تقييم الطلاب للمقرر الالكتروني

إجراء حوار مفتوح مع الطلاب بشكل دوري للاطلاع على آرائهم حول مدى نجاح المقرر في تحقيق أهدافه

٢- استراتيجيات أخرى لتقييم عملية التدريس من قبل المدرس أو القسم :

- ملاحظات الزملاء و الهيئات المعاونة
- تقييم عمل الأستاذ عن طريق الإستبانات
- تقييم عمل الطلاب عن طريق متطلبات المقرر لاستنتاج مدى اكتسابهم للمعرفة المقدمة لهم
- استطلاع رأي الطلاب حول أوجه القصور في ما يقدمه المقرر
- مراجعة ومقارنة نتائج الطلاب في نفس سنة التخرج وبين السنوات السابقة
- حلقات نقاش مع الطلاب والزملاء المتخصصين في طرق التدريس ووسائل التعلم.
- ورش العمل

٣- عمليات تطوير التدريس :

- تبادل الخبرات بين أعضاء هيئة التدريس
- إقامة ورش العمل
- جدية العمل في تحسين وتطوير العملية التعليمية
- تهيئة حجرات اعضاء هيئة التدريس
- تجهيز المعامل
- تنظيم وترتيب قاعات المحاضرات
- التواصل بين المؤسسات التعليمية

-تقييم خريجي الكلية

- دراسة متطلبات سوق العمل

- دراسة احتياجات سوق العمل من خريجي الكلية

- إبداء الآراء والاقتراحات لتطوير المادة العلمية واستراتيجيات التعلم وربطها بسوق العمل

٤-عمليات التحقق من معايير الإنجاز لدى الطالب:

- إرجاع أوراق البحوث الفصلية للطلاب و تزويدهم بإجابات نموذجية في هذا الصدد.

- بإمكان الطالب الرجوع إلى المصادر التي كلف بقراءتها لمقارنة إجاباته بالمعلومات التي تتضمنها

- في حال شعور الطالب بعدم الحصول على الدرجة التي يستحقها يمكنه مقارنة ورقته بأوراق زملائه الذين حصلوا على درجات أفضل

٥-صف إجراءات التخطيط للمراجعة الدورية لمدى فعالية المقرر الدراسي والتخطيط لتطويرها :

- استشارات علمية وتعليمية من اساتذه مناظرين

- ترتيب ورش عمل لأساتذة المقرر

-إعادة النظر في مفردات المقرر دوريا

-عمل مقارنة بين المقررات المتماثلة التي تدرس في المؤسسات التعليمية المختلفة

-عمل إحصاء لنتائج تقويم الطلاب للمقرر وطرق تدريسه

- لقاءات دوريه بنخبه عشوائية من الطلاب للاطلاع على ارائهم

- إجراء التعديلات اللازمة بناءا على التغذية الراجعة