



المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي
National Center for Academic Accreditation and Evaluation

توصيف المقرر الدراسي

اسم المقرر: التثقيف الصحي والغذائي
رمز المقرر: بدن ٢٠٤



المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي
National Center for Academic Accreditation and Evaluation

نموذج توصيف مقرر دراسي

إسم المؤسسة التعليمية: جامعة جدة	تاريخ التوصيف: ٢٠١٨/١٠/١١
الكلية / القسم: بكلية التربية قسم علوم الرياضة	

أ. التعريف بالمقرر الدراسي ومعلومات عامة عنه

١. اسم المقرر الدراسي ورمزه: : التثقيف الصحي والغذائي بدن ٢٠٤		
٢. عدد الساعات المعتمدة: ساعتين نظري		
٣. البرنامج (أو البرامج) الذي يقدم ضمنه المقرر الدراسي: الدبلوم العالي في التربية البدنية للبنات (في حال وجود مقرر عام في عدة برامج، يبين هذا بدلاً من إعداد قائمة بكل هذه البرامج)		
٤. السنة أو المستوى الدراسي الذي يعطى فيه المقرر الدراسي: الثاني		
٥. المتطلبات السابقة لهذا المقرر (إن وجدت): لا يوجد		
٦. المتطلبات المتزامنة مع هذا المقرر (إن وجدت): لا يوجد		
٧. موقع تقديم المقرر، إن لم يكن في المقر الرئيس للمؤسسة التعليمية: قاعات كلية التربية		
٨. نمط الدراسة المتبع (اختر كل ما ينطبق):		
أ. قاعات المحاضرات التقليدية	☒	النسبة: 70
ب. التعليم الإلكتروني	☒	النسبة: 30
ج. تعليم مدمج (تقليدي وعن طريق الإنترنت)	☐	النسبة:
د. بالمراسلة	☐	النسبة:
هـ. أخرى	☐	النسبة:
تعليقات:		

ب. الأهداف



المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي
National Center for Academic Accreditation and Evaluation

١- ما هدف المقرر الرئيس ؟

يسعى هذا المقرر الى إعطاء الطالبات نظرة عامة عن السلوكيات الثقافية الاجتماعية وتأثيراتها على صحة الفرد والعائلة والمجتمع مع التطرق للمبادئ الأساسية والمهارات اللازمة لتثقيف الفرد والعائلة والمجتمع فيما يتعلق بتحسين وتطوير الصحة، إضافة الى توضيح برامج الصحة المدرسية وصحة الام والطفل. كما يتضمن المقرر العناصر الغذائية الأساسية وماهية ووظائف كل من الكربوهيدرات والدهون والبروتينات والأملاح المعدنية والفيتامينات والماء للمحافظة على الصحة .

٢- اذكر بإيجاز أي خطط - يتم تنفيذها - لتطوير وتحسين المقرر الدراسي . (مثل الاستخدام المتزايد لتقنية المعلومات أو مراجع الإنترنت، والتغييرات في المحتوى كنتيجة للأبحاث الجديدة في مجال الدراسة).

١. استخدام الشبكة العنكبوتية في البحث

٢. الإطلاع علي الدراسات العلمية الجديدة المتعلقة بالمقرر وتكليف الطلاب بالإطلاع علي البحوث الحديثة من خلال المكتبة الرقمية بالجامعة

٣. الشروع في تحديث المنهج من خلال خطة تطوير المناهج
استخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة في التعليم (عروض الداتاشو - Powerpoint وأشرطة ثلاثية الابعاد)

ج. وصف المقرر الدراسي (ملاحظة: المطلوب هنا وصف عام بالطريقة نفسها المستخدمة في النشرة التعريفية أو دليل البرنامج).

وصف عام للمقرر:

استخدام التثقيف الغذائي لتعديل أو تغيير السلوكيات التغذوية الخاطئة لفئات المجتمع المختلفة، بدراسة وتحليل العادات الغذائية المختلفة والأسلوب المناسب لتصحيحها. إلى جانب تخطيط وإعداد البرامج التثقيفية التغذوية وطرق ووسائل التثقيف الغذائي لفئات المجتمع المختلفة.

١. الموضوعات التي ينبغي تناولها:

قائمة الموضوعات	عدد الأسابيع	ساعات التدريس
وصف أهمية و مفاهيم التثقيف الغذائي	٢	٤
السلوكيات الثقافية الاجتماعية وتأثيراتها على صحة المجتمع	١	٢
برامج تغذية المجتمع	٢	٤
برامج التغذية التطبيقية	١	٢
طرق ووسائل للتثقيف في مجال التغذية	١	٢
المحتوى التثقيفي ومصادر معلوماته	١	٢
برامج الصحة المدرسية وصحة الام والطفل	٢	٤
المعينات السمعية والبصرية للتثقيف في مجال التغذية	١	٢
أهمية و وظائف العناصر الغذائية الأساسية (الكربوهيدرات والدهون والبروتينات والأملاح المعدنية والفيتامينات والماء)	٢	٤
تقييم برامج التثقيف الغذائي	٢	٤



المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي
National Center for Academic Accreditation and Evaluation

٢. إجمالي عدد ساعات المقرر وتوزيعها:						
المجموع	أخرى	تطبيق	معامل أو استديو	دروس إضافية	محاضرات	
٣٠					٣٠	ساعات التدريس الفعلية
٣٠					٣٠	الساعات المعتمدة

٣. عدد ساعات الدراسة / التعلم الفردي (الإضافي) التي يقوم بها الطالب خلال أسبوعياً:
--



المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي
National Center for Academic Accreditation and Evaluation

٤. مخرجات التعلم للمقرر وفقاً لمجالات الإطار الوطني للمؤهلات واتساقها مع طرق قياسها واستراتيجيات تدريسها
يحدد الجدول التالي مجالات مخرجات التعلم الخمسة الواردة في الإطار الوطني للمؤهلات - أولاً: قم بملء الجدول بمخرجات تعلم المقرر، بحيث تكون قابلة للقياس حسب المطلوب في مجالات التعلم المناسبة. - ثانياً: ضع استراتيجيات التدريس التي تناسب طرق التقويم وتنسق معها ومع مخرجات التعلم المستهدفة. - ثالثاً: ضع طرق التقويم المناسبة التي تساعد على قياس وتقويم مخرجات التعلم بدقة، ويجب أن تتسق مخرجات تعلم المقرر المستهدفة وطرق تقييمها واستراتيجيات تدريسها لتشكّل معاً عملية تعلم وتعليم متكاملة، مع ملاحظة أنه لا يلزم أن يتضمن كل مقرر مخرجات تعلم في كل مجال من مجالات التعلم.

جدول مخرجات التعلم للمقرر

م	مخرجات التعلم للمقرر وفقاً لمجالات الإطار الوطني للمؤهلات	استراتيجيات التدريس للمقرر	طرق التقويم
١	المعرفة		
١-١	يتعرف الطالب على مفاهيم التثقيف الغذائي	• المناقشة والحوار • المحاضرات • التعلم التعاوني • العروض التقديمية	أسئلة شفوية - الاختبارات تقييم الأبحاث
٢-١	القدرة على إعداد وسائل تثقيف مختلفة تتناسب والفئات محل الدراسة	• المناقشة والحوار • المحاضرات • التعلم التعاوني • العروض التقديمية	- المشاركة في الحوار - والمناقشة - الواجبات والأنشطة - البحثية - الاختبارات
٣-١	يتعرف الطالب على وظائف العناصر الغذائية الأساسية	• المناقشة والحوار • المحاضرات • التعلم التعاوني • العروض التقديمية	- المشاركة في الحوار - والمناقشة - الواجبات والأنشطة - البحثية - الاختبارات
٢	المهارات المعرفية		
١-٢	كيفية التخطيط وإعداد برامج التثقيف الغذائي لفئات المجتمع المختلفة	- التعلم التعاوني - العروض التقديمية - القيام باستشارات فردية - أثناء الساعات المكتنية - حول المشاريع البحثية - والصعوبات التي يواجهها - الطالب في الكتابة	- الملاحظة المباشرة - تقييم الانجازات التي قام بها - مجموعات الطلاب -



المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي
National Center for Academic Accreditation and Evaluation

دور كل طالب داخل المجموعة			
٢-٢	فهم أهمية التثقيف الغذائي في تحسين السلوك الغذائي للأفراد	- المناقشة والحوار - المحاضرات - التعلم التعاوني - العروض التقديمية	- المشاركة في الحوار - والمناقشة - الواجبات والأنشطة البحثية - الاختبارات
٣-٢	تقديم طرق الارشادات الغذائية لصحة الفرد	- المناقشة والحوار - المحاضرات - التعلم التعاوني - العروض التقديمية	- المشاركة في الحوار - والمناقشة - الواجبات والأنشطة البحثية - الاختبارات
٣	مهارات العلاقات الشخصية وتحمل المسؤولية		
١-٣	- تنمية مهارات العمل الجماعي من خلال العمل في فريق لتحسين مهارات العلاقة بالآخرين و التعاون في حل المشكلات التي تواجه الطلاب	- التعلم التعاوني - العروض التقديمية	- الملاحظة المباشرة
٢-٣	- التعلم الذاتي عن طريق القيام بأعمال فردية من خلال ما يطلب من الطالب وتسليمها في مواعيدها وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية في أعداد هذه الواجبات	- التعلم التعاوني - العروض التقديمية - القيام باستشارات فردية - أثناء الساعات المكتبية - حول المشاريع البحثية والصعوبات التي يواجهها الطالب في الكتابة	- الملاحظة المباشرة - تقييم الانجازات التي قام بها مجموعات الطلاب- تقييم دور كل طالب داخل المجموعة
٤	مهارات الاتصال ومهارات تقنية المعلومات والمهارات العددية		
١-٤	- التواصل مع المتعلمين لغوياً وجسدياً وعن بعد	- المناقشة والحوار - استخدام العروض التقديمية باستخدام (السبورة الذكية - الداتا شو - Powerpoint - التعلم التعاوني - استخدام المجالات العلمية الالكترونية وقواعد البيانات	- التكاليفات الاختبارات التحريرية والشفهية - المشاركة أثناء المحاضرة
٢-٤	استخدام وسائل الاتصال التعليمي الحديثة	المحاضرات	- التكاليفات



المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي
National Center for Academic Accreditation and Evaluation

Blackboard – Web C.T			
الاختبارات التحريرية والشفهية - المشاركة أثناء المحاضرة	- المناقشة والحوار - استخدام العروض التقديمية		
المهارات النفسية الحركية (إن وجدت)			٥
لا توجد	لا توجد	لا توجد	١-٥
لا توجد	لا توجد	لا توجد	٢-٥

٥. جدول مهام تقويم الطلبة خلال الفصل الدراسي:			
م	مهام التقويم المطلوبة (مثال: اختبار، مشروع جماعي، كتابة مقال، خطابة، تقديم شفهي، ملاحظة.....الخ)	الأسبوع المحدد لتسليمه	نسبته من التقويم النهائي
١	اختبار فصلي	السابع	٢٠%
٢	اختبار فصلي	الثالث عشر	٢٠%
٣	المشاركة في الأنشطة الخاصة بالمقرر	على مدار الفصل	١٠%
٤	بحث علمي	الخامس	١٠%
٥	الاختبار النهائي	السادس عشر	٤٠%
٦			

د. الإرشاد الأكاديمي للطلاب ودعمهم

ترتيبات إتاحة أعضاء هيئة التدريس والهيئة التعليمية للاستشارات والإرشاد الأكاديمي الخاص لكل طالب (مع ذكر مقدار الوقت الذي يتوقع أن يتواجد خلاله أعضاء هيئة التدريس لهذا الغرض في كل أسبوع).
يقوم عضو هيئة التدريس بمتابعة سير الطالب أكاديميا، وإحالة الطلاب ذوي المستوى المتدني إلى لجنة الارشاد، كي تقوم بدورها في تشخيص الضعف وعلاجه (ساعتين في الاسبوع)

ه. مصادر التعلم

١. أدرج – في قائمة - الكتب المقررة المطلوبة: - التربة الغذائية والصحية عفاف صبحي ، ٢٠٠٤ ، مجموعة النيل العربية - التثقيف الغذائية عبد الرحمن مصيقر ، ٢٠٠٧
٢. أدرج – في قائمة -المواد المرجعية الأساسية (المجلات العلمية والتقارير وغيرها): عبيدات، ذوقان وآخرون البحث العلمي مفهوم/أدوات/أساليب، الطبعة الثانية الرياض: المملكة العربية السعودية دار أسامة ٢٠٠٢.



المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي
National Center for Academic Accreditation and Evaluation

٣. أدرج المواد الإلكترونية ومواقع الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي وغيرها:
٤. أدرج أي مواد تعليمية أخرى مثل البرامج الحاسوبية، البرمجيات، والأسطوانات المدمجة:

و. المرافق المطلوبة

بيّن متطلبات المقرر الدراسي من المرافق بما في ذلك حجم القاعات الدراسية والمختبرات (أي عدد المقاعد داخل القاعات الدراسية والمختبرات، وعدد أجهزة الحاسب الآلي المتاحة، وغيرها):
١. المباني (قاعات المحاضرات، والمختبرات، وقاعات العرض، والمعامل، وغيرها): - قاعات مزودة بأجهزه للعرض Data Show –Overheadprojecter
٢. مصادر تقنية (أدوات عرض البيانات، واللوحات الذكية، والبرمجيات وغيرها): تزويد القاعات بعدد من أجهزة الكمبيوتر لتطبيق التعلم الإلكتروني
٣. مصادر أخرى (حددها: مثلاً إذا كان هناك حاجة إلى تجهيزات مخبرية خاصة، فاذكرها، أو أرفق قائمة بها):

ز. تقويم المقرر الدراسي وإجراءات تطويره

١. استراتيجيات الحصول على التغذية الراجعة من الطلاب بخصوص فعالية التدريس: • تطبيق إستبيانات علي الطلاب علي مدار الفصل الدراسي لمعرفة الأهداف التعليمية التي تم تحقيقها من تدريس المقرر • تطبيق إستبانة علي الطلاب من أجل تقويم الاستاذ وطرق التدريس والوسائل التعليمية والتقنية المستخدمة في تدريس المقرر
٢. استراتيجيات أخرى لتقويم عملية التدريس من قبل الأستاذ أو القسم: • تقويم أداء الاستاذ من خلال معرفة نتائج تقويم الطلاب • تبادل المشاورات مع الزملاء من أعضاء هيئة التدريس لمعرفة تحسين الاداء



المركز الوطني للتقويم والاعتماد الأكاديمي
National Center for Academic Accreditation and Evaluation

٣. إجراءات تطوير التدريس: • القيام بورش عمل للتدرب على بعض المهارات الخاصة بموضوعات المقرر. • التنوع في استخدام طرق التدريس التي تتناسب مع طبيعة موضوعات المقرر والتي تغطي الفروق الفردية بين الطلاب. • استخدام الوسائط التعليمية المتطورة في عرض موضوعات المقرر
٤. إجراءات التحقق من معايير إنجاز الطالب (مثل: تدقيق تصحيح عينة من أعمال الطلبة بواسطة أعضاء هيئة تدريسمستقلين، والتبادل بصورة دورية لتصحيح الاختبارات أو عينة من الواجبات مع أعضاء هيئة تدريس من مؤسسة أخرى): - الاختبارات الدورية - استخدام بعض الأسئلة الشفهية مع نهاية كل موضوع
٥. صيف إجراءات التخطيط للمراجعة الدورية لمدى فعالية المقرر الدراسي والتخطيط لتطويره: - عقد اجتماعات بين أعضاء هيئة التدريس المشاركين في تدريس المقرر - عقد اجتماعات أخرى لمناقشة نواحي التطوير والتحسين المطلوب

اسم منسق البرنامج: د\ هالة عبد العزيز الطرابلسي

التاريخ

التوقيع: