



## وصف مواد كلية التربية الرياضية

### ١١٣١١٠١ أسس التربية الرياضية وفلسفتها ثلاث ساعات معتمدة

تتناول المادة دور التربية الرياضية في المجتمع الحديث كظاهرة إجتماعية من خلال توضيح المفهوم العام والخاص للتربية الرياضية وأهدافها ومجالاتها، كما توضح الأسس العلمية (البيولوجية، الفسيولوجية، الفلسفية، السيكلوجية) التي بنيت عليها المفاهيم والأهداف الحديثه للتربية الرياضية، وكذلك توضح المرتكزات الخاصة للإعداد المهني في التربية الرياضية لمختلف المؤسسات والمنظمات الرياضية في العصر الحديث.

### ١٩٣٢١٠٢ المهارات الحاسوبية ٢ (متطلب سابق ١٩٠٢١٠٠)

حلول المسائل باستخدام الحاسوب: المتغيرات، الخوارزميات وطرق تمثيلها، البيانات: أنواعها ومفاهيمها، تطبيقات متقدمة باستخدام برمجيات جاهزة مثل: برمجية تحرير النصوص (Microsoft)، القوالب، مقارنة المستندات، المستند الرئيسي، جداول المحتويات، الفهرسة، دمج المراسلات، الماكرو، برمجية الجداول الالكترونية (Microsoft Excel): المعادلات والدوال الجاهزة، التصفية والفرز، الحلال، الماكرو، برمجية قواعد البيانات (Microsoft Access): الجداول، الحقول، الاستعلامات، العمليات الحسابية والدوال، العلاقات، النماذج، التقارير استيراد وتصدير ملفات وبيانات الى برمجيات اخرى، ماكرو، مقدمة لتطبيقات الويب، مشاريع صغيرة وتطبيقات عملية.



ثلاث ساعات معتمدة

١١٤١١٠٣ التعلم الحركي

تركز هذه المادة على المصطلحات والمفاهيم ذات العلاقة بالتعلم والسلوك والأداء والنضج وعلاقته بالأداء المتعلم وغير المتعلم، كما تحوي المادة المهارات الحركية ونمط تطورها، مراحل التعلم، خصائص التعلم، النظريات الترابطية والسلوكية. والخصائص السيكومترية للمهارات. ونظريات التعلم الحركي و الإيقاع البيولوجي، والتعلم المبرمج باستخدام التكنولوجيا الحديثة.

ثلاث ساعات معتمدة

١١٣١١٠٤ المناهج في التربية الرياضية

تتناول هذه المادة المفاهيم والمصطلحات الخاصة بمناهج التربية الرياضية، كما تتناول تحديد مفهوم المنهج التقليدي والنقد الموجه إليه ومفهوم المنهج الحديث بمعناه الشامل. وتتطرق هذه المادة إلى الأسس الفلسفية والنفسية والاجتماعية للمناهج، وكذلك أسس وخطوات بناء المنهج، ودور العلم والتكنولوجيا الحديثة في المناهج وإستخدام طرق وأساليب التدريس الحديثة كعنصر من عناصر مناهج التربية الرياضية. وتقويم المنهج ودور المعلم في عملية تقويم وتطوير المنهج.



### ١١٠١١٠٥ الاحصاء في التربية الرياضية ثلاث ساعات معتمدة

تتضمن هذه المادة موضوعات عدة منها الاحصاء واهميته في العلوم المختلفة وخاصة في المجال المهني الرياضي ومجالات استخداماته، كما تتناول بعض المفاهيم الإحصائية كالمجتمع والعينة وطرق انتقاء العينة، المتغيرات الكمية والكيفية وانماطها ، الطريقة الاحصائية واجراءاتها، مقاييس متنوعة تتضمن النزعة المركزية، والتشتت ، الارتباط، الخ ... مع تطبيقات مختلفة على هذه المقاييس ، والتوزيعات الاحصائية الاكثر شيوعاً في المجال التربوي والرياضي.

### ١١٣١١٠٦ التشريح الوظيفي للرياضة ثلاث ساعات معتمدة

تحتوي هذه المادة على معلومات حول تركيب جسم الانسان من العظام المختلفة ، ومراحل تكوينها وتركيب العظام بعضها على بعض، والمفاصل التي تربط بينها ثم العضلات التي تكسو العظام والاورتار المتصلة بها، والاعصاب التي تغذي كل ذلك بالاحساس فتؤدي الى نشوء الحركة، والجهاز العصبي الذي يسيطر على كل هذه الاجهزة. الى جانب دراسة كل من الاجهزة التالية : الجهاز القلبي الدوري، الهضمي ، التنفسي، الهرمونات.

### ١١٣١١٠٧ علم النفس الرياضي ثلاث ساعات معتمدة

تشمل هذه المادة الموضوعات المتعلقة بعلم النفس الرياضي من حيث نشأته وتطوره، والخصائص بالمراحل العمرية من الناحية الجسمية والحركية والانفعالية ، كذلك تعزيز دافعية التلاميذ وتنمية ميولهم، والحالة الانفعالية وما يترتب عليها من مظاهر سلوكية منها العدوان والتعصب والعنف وتزويد الطلبة بمراحل الاعداد النفسي لاحداث التوازن ومنع ظاهرة الاحتراق ، وكذلك تعريفهم بالجوانب النفسية اللازمة للفريق لضمان التماسك لدى افراده.



## ١١٤٢١٤٠ علم التدريب الرياضي ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة اهمية التدريب الرياضي والاسس العلمية التي يقوم عليها ، كما تبحث مفهوم التدريب الرياضي وخصائصه واهدافه وواجباته التربوية والتعليمية (العناصر الاساسية المكونة لعملية التدريب) ، وتبحث في النظريات والطرق الحديثة للتدريب الرياضي كما تزود الطلبة بوسائل تنمية الصفات البدنية والمهارات للوصول بالرياضي الى المستوى الفني المطلوب وكذلك القواعد الاساسية للتخطيط الرياضي.

## ١١٠٢٢١١ الادارة في التربية الرياضية ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة الاسس العامة للتنظيم والادارة في التربية الرياضية وتناقش المفاهيم الحديثة في التخطيط الاداري في المجال الرياضي، كما تناقش مبادئ تنظيم وادارة التربية الرياضية في المدرسة والمجتمع فضلاً عن توفير دراسة تحليلية للتنظيم الاداري في الرياضة الاردنية وطرق واساليب تنظيم وادارة المسابقات والدورات الرياضية بالإضافة إلى ادارة الحفلات والرحلات.

## ١١٣٣٤٢٧ علم الحركة ثلاث ساعات معتمدة

تركز هذه المادة على تطوير المعلومات والمفاهيم المتعلقة بحركة الانسان التي يتم ملاحظتها ومحاولة حل المشكلات المتعلقة بها من خلال تطبيق بعض القواعد الحركية ومعالجتها بصورة تحليل مبسط من الناحية النوعية والكمية على المستوى النظري والعملية، وكذلك تغطية حركة الاطراف العليا والسفلى وتحليلها ضمن الأبعاد الثلاثة .



## ١١٤٣١٠٢ الترويح والمهارات الحياتية ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة مفهومي الترويح والمهارات الحياتية والعلاقة بينهما وأهميتهما في الحياة المعاصرة، كما تتناول المواضيع المتعلقة في أوقات الفراغ وبناء البرامج الترويحية للمراحل السنية والتخطيط لها والمعسكرات. وتركز أيضاً على المهارات الحياتية الشخصية والصحية والعقلية والاجتماعية والانفعالية التي يمكن اكتسابها من خلال هذه البرامج الترويحية والاستفادة منها في الحياة اليومية.

## ١١٤٣١٢١ التربية الصحية والاسعافات الأولية ثلاث ساعات معتمدة

تحتوي هذه المادة على المعلومات المختلفة التي تزود الطلبة بالأمور الصحية العامة الواجب مراعاتها في المراحل العمرية المختلفة من أجل الحفاظ على الصحة والارتقاء بها. وكذلك الجوانب الصحية المرتبطة بالتربية البدنية والرياضة والاسعافات الأولية اللازمة في حالة الاصابة وكذلك أثر الصحة الايجابية على تحسين وتطوير الانجازات الرياضية، اضافة الى دراسة القوام والانحرافات القوامية والتغذية وأثرها على صحة الانسان وكفاءته وقدرته على العمل.

## ١١٣٢٣١٧ علم الاجتماع الرياضي ثلاث ساعات معتمدة

تبرز هذه المادة المفاهيم الاساسية المرتبطة بعلم الاجتماع الرياضي ، والفكر الاجتماعي قديماً وحديثاً، كما تتناول المادة العلاقات الاجتماعية والعوامل المؤثرة في تماسك الجماعة الرياضية وأهمية الرياضة من الناحية الاجتماعية وانواع الابطال الرياضيين والعوامل التي تساعد على التفوق في رياضة المستويات العليا، والنظريات الرياضية، وأهمية الرياضة من الناحية الاجتماعية وأثر الرياضة على التنشئة الاجتماعية، وكذلك أثر السياسة على الرياضة.



## ١١٣٢٤١٩ تكنولوجيا الرياضة ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة معلومات تربط الأداء الرياضي المتطور والتطورات التكنولوجية المعاصرة، والتطورات التكنولوجية في مجال الإلكترونيات الدقيقة وتكنولوجيا المعلومات المتقدمة (الإنترنت) وإستخداماتها في الرياضة وتحليل اهدافها وتسويق الاحداث الرياضية والرياضيين والإختراعات التكنولوجية الحديثة وتطبيقاتها في مجال المنشآت والتجهيزات والمعدات الرياضية والوقوف على إستخداماتها في مجال التعليم والتدريب والتحكيم والصحة واللياقة البدنية، وتوثيق الرياضة الاردنية واحداثها الهامة تطوير المستويات الرياضية مع المحافظة على سلامة الممارسين. وكذلك بعض النماذج والتقنيات التكنولوجية الحديثة المستخدمة في بعض الألعاب الرياضية والتنوع في استخداماتها سواء في جانب تعلم مهاره أو التدريب أو تطوير الاداء الفني والشخصي للاعب.

## ١١٣٣٤٢٤ التربية الرياضية الخاصة ثلاث ساعات معتمدة

تحتوي هذه المادة معارف ومهارات وأنماط السلوك متعلقة بمختلف الفئات الخاصة من حيث المفهوم وأسباب الحدوث وسبل الوقاية. وكذلك مفهوم التربية الرياضية الخاصة وأهدافها والتنظيمات الرياضية الخاصة والاعاقات بكل إعاقه وتصنيفاتها الطبية والوظيفية وأساليب تعديل الامكانيات والأنشطة والبرامج الرياضية بما يتناسب وقدراتهم ويلبي احتياجاتهم ، كذلك الإلمام بالحركة البارالمبية الدولية ودوراتها وألعابها.



### ثلاث ساعات معتمدة

### ١١٣٣٤٢٥ الطب الرياضي

تحتوي هذه المادة على الجوانب المختلفة المرتبطة بمفاهيم واهداف علم الطب الرياضي وعلى طرق ووسائل قياس الاختبارات الوظيفية لاجهزة الجسم المرتبطة بالتربية البدنية والرياضة وكيفية استخدامها وتطبيقها عملياً ، كما وتحتوي على الجوانب التي تزود الطلبة بالمعلومات اللازمة لاستخدام وسائل وطرق التأهيل والاستشفاء الرياضي وأثرها على تحسين الانجازات الرياضية ( تطبيقات عملية) .

### ثلاث ساعات معتمدة

### ١١٠٣٤٥٣ الاولمبيات: الفكر والممارسة

تتناول المادة مفهوم الحركة الأولمبية ، أهدافها التربوية ، قيمها و اخلاقياتها ، وتطور نظمها وتشريعاتها، وانعكاسات الفكر الاولمبي على تطور الرياضة فكراً ومحابة على الصعيد المحلي والعالمى، وأثر الفكر والالعاب الاولمبية في تقرير التقارب والتفاهم بين الثقافات والدول.

### ثلاث ساعات معتمدة

### ١١٠٣٤٥٤ لتربية الحركية

تتناول هذه المادة المفاهيم والمصطلحات الخاصة بالتربية الحركية أهدافها وأسسها ، كما تتناول القدرات الحركية والإدراكية (الوعي بالجسم والمكان والاتجاه والزمان) وخصائص المرحلة السنية، وتركز على اللعب الابتكاري والقصص الحركية والتمثيلية والإيقاعية والحركات الانتقالية والألعاب الصغيرة والشعبية ومبادئ التعلم الحركي للمرحلة الاساسية الدنيا، وطرق وأساليب التدريس المستخدمة ودور المعلم في هذه المرحلة.



### ١١٣١٢٣٠ كرة القدم (١) ساعتان معتمدتان

تتناول هذه المادة إكساب الطلبة الأسس الفنية للمهارات في كرة القدم وفي تزويدهم بالجوانب القانونية للعبة، كما تهدف إلى إتقان الطلبة لأساليب التدريس والتعليم للمهارات المقررة إلى الفئات العمرية وتلاميذ المدارس وتغطية جوانبها النظرية.

### ١١٠١٢٣١ كرة سلة (١) ساعتان معتمدتان

تتناول هذه المادة معلومات مختلفة بغرض إكساب الطلبة الأسس الفنية للمهارات في كرة السلة وفي تزويدهم بالجوانب القانونية ذات العلاقة لتمكين الطلبة من إتقان الطلبة الأساليب التدريس والتعليم للمهارات المقررة ضمن الفئات العمرية المختلفة جوانبها النظرية ونشأتها التاريخية.

### ١١٠١٢٣٢ كرة طائرة (١) ساعتان معتمدتان

تتناول هذه المادة معلومات حول الأسس الفنية للمهارات في كرة الطائرة وتزويد الطلبة بالجوانب القانونية، لإجل إتقان الطلبة لأساليب التدريس والتعليم للمهارات المقررة ضمن الفئات العمرية المختلفة وتغطية جوانبها النظرية من حيث النشأة والتطور وغيرها.

### ١١٠١٢٣٣ كرة اليد (١) ساعتان معتمدتان

تتناول هذه المادة معلومات حول الأسس الفنية للمهارات في كرة اليد وتزويد الطلبة بالجوانب القانونية، لإجل إتقان الطلبة لأساليب التدريس والتعليم للمهارات المقررة لكل فئة من الفئات العمرية وتغطية جوانبها النظرية ونشأتها التاريخية.





## ١١٠٣٢٣٤ فسيولوجيا الرياضة ثلاث ساعات معتمدة

تتضمن المادة معلومات ومعارف تتعلق بمدى استجابة اجهزة الجسم المختلفة وتكيفها للجهد البدني والتدريب الرياضي تحت ظروف وبيئات مختلفة وتوضيح الفرق بين الاستجابة والتكيف الفسيولوجي للاداء الرياضي والتغيرات الفسيولوجية الكيميائية المصاحبة للجهد البدني، وتوضيح الحدود الفسيولوجيا للاداء الرياضي وما يحكمها، وكذلك تعرف اجهزة الجسم من حيث تركيبها ووظيفتها في الجسم ثم تأثير الجهد البدني (التدريب) على كل منها والتغيرات التي تطرأ عليها كنتيجة للجهد البدني.

## ١١٠١٢٤٠ ألعاب قوى (١) ساعتان معتمدتان

تحتوي هذه المادة على المهارات الأساسية لبعض الفعاليات (المسافات القصيرة، التتابع، الحواجز، القرص، الجلة، الوثب الطويل) وكيفية تعليمها بحيث يتمكن الطالب من أداء هذه المهارات بشكل جيد، فضلاً عن معلومات ذات علاقة بالخلفية التاريخية للمسابقات والتعرف على المبادئ الأولية إضافة إلى قانون هذه الفعاليات.



### ساعتان معتمدتان

١١٣١٢٤١ جمباز (١)

تحتوي هذه المادة على تعليم الطلبة المهارات الأساسية في رياضة الجمباز والتعرف على أهم المهارات على أجهزة الجمباز (الحركات الأرضية، حسان القفز، العقلة)، وإكسابهم المعرفة والمعلومات المتعلقة بتلك المهارات كذلك التعرف على النشأة التاريخية لهذه الرياضة، أنواعها، وإمكانية استخدامها في المجالات الرياضية التطبيقية.

### ساعتان معتمدتان

١١٣١٢٤٢ سباحة (١)

تستهدف هذه المادة تعليم الطلبة المهارات الأساسية في السباحة بحيث يتمكن من أداء هذه المهارات والتعرف على كيفية تعليمها، كما تتعرض هذه المادة للنواحي النظرية المتعلقة بالمهارات الأساسية وتحصيل خلفية تاريخية عن السباحة والتعرف الى مبادئ اولية عن التدريب اضافة الى قانون السباحة.

### ساعتان معتمدتان

١١٠١٢٤٣ حركات ايقاع (١)

تقدم المادة مجموعة من المعارف والمعلومات المتعلقة بحركات الايقاع من حيث التنظيم الديناميكي الزمني والمكاني، وتحتوي ايضاً على طرق أداء حركات الرقص الشعبي وحركات البالية كما أن المادة تعمل على فهم التذوق الموسيقي لأنواع الرقص الثلاثية المستندة إلى الايقاع.

١١٣١٢٤٤ العاب مضرب (١) - ( الريشة الطائرة وتنس الطاولة ) ساعتان معتمدتان

تتضمن هذه المادة تقديم نبذة عن تاريخ ونشأة اللعبتين وتطورهما. وأدواتهما المستخدمة في اللعب، والقواعد الأساسية لقانون اللعب وإدارة المباريات وتنظيمها. بالإضافة إلى تعليم الطلبة كيفية أداء المهارات الأساسية، واستخدام الوسائل التعليمية والتدريبية المساعدة في تعلمها وتطبيق خطط اللعب الفردي والزوجي، وكذلك تزويدهم بالتدريبات الخاصة لتنمية العناصر البدنية المطلوبة للعبتين.



### ١١٤١٣٣٠ كرة القدم (٢) ساعتان معتمدتان

تتضمن هذه المادة إلى معلومات حول طرق اللعب المختلفة الخاصة بكرة القدم والدمج ما بين العناصر البدنية والفنية في مهارات اللعب الفردي والجماعي وتطوير قدرات الطلبة على تعلم واجبات مراكز اللعب، وتوظيف القانون في تعليم بعض مهارات التحكم وإدارة المباريات.

### ١١٤١٣٣١ كرة سلة (٢) ساعتان معتمدتان

تحتوي هذه المادة معلومات ترتبط طرق اللعب في كرة السلة والدمج ما بين العناصر البدنية والفنية في مهارات اللعب الفردي والجماعي وتطوير قدرات الطلبة على تعلم واجبات مراكز اللعب، وتوظيف القانون في تعليم بعض مهارات التحكم وإدارة المباريات.

### ١١٠١٣٣٢ كرة الطائرة (٢) ساعتان معتمدتان

تبرز هذه المادة اهمية طرق اللعب المختلفة في كرة الطائرة والدمج ما بين العناصر البدنية والفنية في مهارات اللعب الفردي والجماعي وتطوير قدرات الطلبة على تعلم واجبات مراكز اللعب، وتوظيف القانون في تعليم بعض مهارات التحكم وإدارة المباريات.

### ١١٠١٣٣٣ كرة يد (٢) ساعتان معتمدتان

تهتم هذه المادة في إبراز طرق اللعب المختلفة في كرة اليد والدمج ما بين العناصر البدنية والفنية في مهارات اللعب الفردي والجماعي وتطوير قدرات الطلبة على تعلم واجبات مراكز اللعب، وتوظيف القانون في تعليم بعض مهارات التحكم وإدارة المباريات.



## ١١٠١٣٤٠ العاب قوى (٢) ساعتان معتمدتان

تحتوي هذه المادة على معلومات ومهارات ترتبط بالأداء المهاري في العاب القوى من خلال تدريبات حركية لمهارات وكيفية تعليمها، والتعرف على مزيد من المعلومات المرتبطة بالنواحي الخطئية والقانونية بحيث يتمكن الطالب من تكوين وتدريب الفرق الرياضية على المستوى المدرسي.

## ١١٠١٣٤١ الجمباز(٢) ساعتان معتمدتان

تتناول هذه المادة تقديم معارف ومعلومات تتعلق بالمصطلحات الفنية المرتبطة برياضة الجمباز وتعلم الأسس الفنية التطبيقية التعليمية لبعض المهارات المركبة والجمل الحركية على الاجهزة وقدرتهم على عمل جمل متكاملة على البساط الارضي.

## ١١٠١٣٤٢ السباحة (٢) ساعتان معتمدتان

تتناول هذه المادة معلومات ومهارات حول الاداء المهاري في السباحة من خلال تدريبات حركية لمهارات مختلفة وكيفية تعليمها ، والتعرف على مزيد من المعلومات المرتبطة بالنواحي الخطئية والقانونية بحيث يتمكن الطالب من التعليم و التدريب .

## ١١٠١٣٤٣ حركات ايقاع (٢) للطالبات ساعتان معتمدتان

تحتوي هذه المادة على معلومات ومهارات لتعليم الطالبات الرقص الحديث باستخدام الادوات اليدوية الصغيرة (كالشال والاشربات وغيرها) في جمل حركية مع المصاحبة الموسيقية بالاضافة تدريس الجمل الحركية للرقص الكلاسيكي.



### ١١٠٢٤٠٦ القياس والبحث في التربية الرياضية ثلاث ساعات معتمدة

تتضمن هذه المادة معلومات ومعارف حول علاقة القياس بالبحث العلمي، والخطوات التي تسير عليها البحوث العلمية وأنواع المقاييس المستخدمة سواء كانت بدنية أو مهارية أو جسمية وتوظيفها في الابحاث العلمية والشروط الواجب توافرها في المقاييس المستخدمة في البحث العلمي من صدق وثبات وموضوعية وكيفية ادارة وتنظيم عملية اجراء الاختبارات والمقاييس .

### ١١٠١٤١٥ طرق وأساليب تدريس تربية رياضية ثلاث ساعات معتمدة

تتضمن هذه المادة معارف ومعلومات ترتبط بالعديد من الموضوعات والكفايات والمهارات ذات العلاقة بتدريس التربية الرياضية المدرسية سواء من ناحية التخطيط أو التنفيذ أو التقويم لفعالية التدريس . ويتم توظيف مجموعة منتقاة من طرائق وأساليب التدريس في المجال الرياضي على المتصل التدريسي تمكن الدارس من تعليم المهارات الحركية للألعاب المختلفة فضلاً عن تعليم التمرينات البدنية تبعاً للاصول الفنية ذات العلاقة.

### ١١٣١٤١٨ التدريب الميداني ثلاث ساعات معتمدة

تتضمن هذه المادة اتاحة الفرصة للطلبة الدارسين التدريب على المهارات التدريسية المختلفة ومعايشة الحياة التعليمية اليومية المتصلة بالحياة المدرسية والحصول على تغذية مرتدة (راجعة) ومستمرة حول آدائهم من قبل المشرفين على التدريب وكذلك المدرسين في المدرسة وادارة المدرسة وبالتالي يضمن للطالب المتدرب ان يتعايش مع الحياة المدرسية لدى ممارسة التدريب لفترة زمنية محددة.



### ١١٠٣٤٥٤ تطبيقات في الميكانيكا الحيوية ثلاث ساعات معتمدة

تتضمن هذه المادة تطبيقات المبادئ البيوميكانيكية على أداء حركة الإنسان من أجل تعزيز الإنجاز الرياضي وحماية اللاعب من الاصابة وذلك عن طريق تحليل المهارات الرياضية المختلفة في مجال التربية الرياضية والتدريب الرياضي وتبعاً لخصوصية تلك المهارات .

### ١١٠٣٤٥٥ التغذية والأداء الرياضي ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة التعريف بالمبادئ العلمية والصحية في تغذية الرياضيين والعلاقة الوثيقة بين التغذية والنشاط الرياضي الممارس، وكذلك تعرف الاسس العلمية المعتمدة في تصميم واعداد البرامج الغذائية بما يتناسب مع خصوصية الأنشطة الرياضية الممارسة ومراحل الاعداد الخاصة بالرياضيين .

### ١١٠٣٤٥٦ برامج اللياقة الاوكسجينية واللااوكسجينية ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة دراسة لانظمة الطاقة وكيفية استخدامها خلال النشاط البدني وكيفية بناء برامج اللياقة الاوكسجينية واللااوكسجينية وآليات التحكم الأيضي وإنتاج القوى ونتاج القلب الوعائي والدعم القلبي الوعائي والتكيفات المتعلقة بالنشاط البدني الاوكسجيني واللااوكسجيني.



### ١١٠٣٤٥٧ تطبيقات في فسيولوجيا الرياضة ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة توظيف المبادئ والمفاهيم الفسيولوجية في مجال التدريب الرياضي والتعريف بأهميتها وأسس تطبيقاتها وفقاً لآلية الطاقة ومؤشرات عمل الجهاز الدوري التنفسي مع التركيز على معرفة الايقاع الحيوي في الانسان بالاضافة إلى أثر المنشطات على مستوى الاداء الرياضي.

### ١١٠٢٤٥٨ التدريب باستخدام الاجهزة والاثقال ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة تقديم معلومات ومعارف تتعلق بالمبادئ والمهارات اللازمة للتدريب بالاثقال بهدف رفع اللياقة البدنية والصحية للمشاركين في البرامج ، اضافة الى التعريف بالانواع المختلفة من البرامج التدريبية في التي يستخدم بها الاجهزة والاثقال .

### ١١٠٢٤٥٩ برامج اللياقة البدنية للفئات العمرية ثلاث ساعات معتمدة

تقدم هذه المادة معلومات نظرية وتطبيقات عملية للطلبة لأجل تحسين معارفهم حول بناء برامج اللياقة البدنية لمختلف الفئات العمرية ، كما تتيح الفرصة للتدرب على إدارة البرامج التي تركز على التغيرات التي تحدث للأفراد مع تطور النمو، والأمراض المصاحبة لقلة الحركة وكيفية تأثير برامج اللياقة البدنية عليها وكذلك تأخير مظاهر التقدم بالسن .



### ١١٠٢٤٦٤ العلاقات العامة والاتصال في الرياضة ثلاث ساعات معتمدة

تقدم المادة تعريفاً للطلبة بمفهوم العلاقات العامة والاتصال وتطبيقاتها في مجالات التربية الرياضية المختلفة ، كما تتناول مهارات ، ووظائف ، ومكونات ، واساليب الاتصال وتأثيرها في الابعاد الانسانية والمهنية للعاملين في المؤسسات الرياضية المختلفة، وكذلك إبراز دور العلاقات العامة والاتصال في تحقيق العمليات الإدارية المختلفة من تخطيط ورقابة وتنسيق واتخاذ قرار.

### ١١٠٢٤٦٥ القيادة الرياضية ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة تعريف الطلبة بمفهوم القيادة ودورها وأساليبها في المؤسسات الرياضية المختلفة، إضافة إلى تعرف النظريات القيادية والمهام المناطة بالقائد في المجال الرياضي، وتعرف تأثير فعالية السلوك القيادي ومدى ارتباطه بالإنجاز على مستوى الرياضة التنافسية.

### ١١٠٢٤٦٦ ادارة الموارد في الرياضة ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة تعريف الطلبة بمفاهيم ومكونات وأساليب ادارة الموارد " المادية والبشرية" في الهيئات والمؤسسات الرياضية وإبراز حاجة المؤسسات الرياضية الى ادارة فعّالة.

وكذلك التطرق للبيئة القانونية والتشريعية وتطوير المهارات التنظيمية كالتخطيط للموارد وتقويم الاحتياجات وتوظيف التكنولوجيا الحديثة في ادارة الموارد .





### ١١٠٢٤٦٧ التشريعات والقوانين الرياضية ثلاث ساعات معتمدة

تقدم هذه المادة تعريفاً بنشأة وتطور التشريعات والقوانين الرياضية في الأردن وأهميتها ودورها في تنظيم عمل المؤسسات المعنية بالتربية الرياضية والرياضة التنافسية وعلاقتها بالمؤسسات المحلية والدولية ، كما وتوضح المادة كيفية اعداد وتطوير التشريعات والقوانين الرياضية بما يخدم ادارة وأهداف المؤسسات الرياضية بشكل خاص والحركة الرياضية بشكل عام.

### ١١٠٢٤٦٨ ادارة البرامج والانشطة الترويحيه ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة التعريف بأهمية ومفاهيم ادارة البرامج والأنشطة الترويحيه وتطبيقاتها وكذلك التعريف بالدور والمهارات الادارية اللازمة كالمهارات القيادية، والتخطيط، وادارة المخاطر، والمسؤولية القانونية. وكذلك اختيار الموارد البيئية ضمن للمناطق المستهدفة، و كيفية اعداد وتنفيذ وتقويم البرامج والانشطة الترويحية.

### ١١٠٢٤٦٩ التسويق الرياضي ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة تعريف الطلبة بمبادئ التسويق وتطبيقاته في المجال الرياضي ، كما تعرض طبيعة التسويق الرياضي ووسائله واهدافه وادواته واستراتيجيته وبيئته الداخلية والخارجية، وكذلك التعريف بالمنتج الرياضي ووسائل تسويقه بهدف تحقيق الدعم المادي و المعنوي للمؤسسات الرياضية وغير الرياضية.



### ١١٠٣٤٧٣ مبادئ بيوكيمياء الرياضة ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة دراسة المبادئ الاساسية في الكيمياء الحيوية من حيث التفاعلات التي تتم داخل جسم الانسان والمرتبطة بعمليات التمثيل الغذائي للكربوهيدرات والدهون والبروتينات المرتبطة بالنشاط البدني والانجاز، بالإضافة إلى تعرف عمل كل من المركبات الكيميائية والانزيمات والتفاعلات الاوكسجينية واللااوكسجينية المرتبطة بالنشاط الرياضي.

### ١١٠٣٤٧٤ مبادئ التدليك الرياضي ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة التعريف باهمية التدليك ودوره في تحسين وظائف الجسم الحيوية، وتعرف ممنوعات ومسموحات استخدامه ، كذلك المواصفات الواجب توفرها في المدلك والتجهيزات الخاصة بمراكز التدليك ، كما تتضمن المادة تطبيقات عملية للحركات التدليكية بأنواعها المختلفة مع التركيز ايضاً على استخدامها في التدليك الاسترخائي.

### ١١٠٣٤٧٥ التدليك الرياضي العلاجي ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة تطوير معارف الطلبة وتحسين قدراتهم في توظيف جميع اشكال الحركات التدليكية واستعمالها في برامج تأهيل المرضى والمصابين كوسيلة من وسائل رفع كفاءة الرياضيين واطمام عمليات الاستشفاء الرياضي.



### ١١٠٣٤٧٦ التمرينات الرياضية العلاجية (١) ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة معارف ومعلومات ترتبط بالتمرينات العلاجية إضافة إلى المهارات ذات العلاقة وتتضمن مفهوم واهمية التمرينات العلاجية واسس استخدامها في تأهيل الاصابات الرياضية بأنواعها المختلفة باعتبارها أحد وسائل الاستشفاء والتأهيل الرياضي.

### ١١٠٣٤٧٧ التمرينات الرياضية العلاجية (٢) ثلاث ساعات معتمدة

تحتوي هذه المادة عدة موضوعات بهدف تعليم الطلبة وتدريبهم على كيفية استخدام التمرينات الرياضية العلاجية في تأهيل الأمراض المختلفة وأسس استخدامها في جميع المراحل المرضية كوسيلة لتأهيل الأمراض التي تصيب الرياضيين وغير الرياضيين وسبل الوقاية منها.

### ١١٠٣٤٧٨ فسيولوجيا الرياضية متقدمة ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة دراسة العمليات البيولوجية والبيوكيميائية الحاصلة اثناء التدريب والحمل التدريبي الزائد والتي تؤثر على وظائف الخلية ونظام اجهزة الجسم مع التركيز على فهم آلية برمجة الجهد البدني لتتماشى مع الاسس الفسيولوجية لاستجابة الجسم للجهد البدني وفقاً لخصوصية الالعاب الرياضية وصولاً الى التكيف الوظيفي المنشود ومن ثم الى الانجاز الرياضي الرفيع.



### ١١٠٣٤٦٠ مشروع التخرج ثلاث ساعات معتمدة

تهتم هذه المادة بتعزيز الجانب التطبيقي في مجال التركيز وتهدف تدريب الطلبة على اختيار المشاريع بعناية والتخطيط لها واعدادها وتنفيذها من خلال جمع معلومات فعلية في المجال الرياضي ومعالجتها وتحليلها حسب المنهجية العلمية المتبعة. ويقوم الطالب بعرض مشروعه ومناقشته امام لجنة من المتخصصين من اعضاء هيئة التدريس في الكلية لاعتماده وقراره.

### ١١٣٢١٤٠ الاعداد البدني ساعتان معتمدتان

تركز المادة على اعداد الطلبة اعدادا بدنيا شاملا وتزويدهم بالخبرات والمعارف والمعلومات الضرورية المتعلقة بالكيفية التي يتم بها تنمية عناصر اللياقة البدنية واختبارها وتقييمها بالاضافة الى كيفية استخدام اجهزة التدريب المختلفة في تنمية عناصر اللياقة البدنية.

### ١١٣١٢٣٥ الالعاب الشعبية والصغيرة ساعتان معتمدتان

تهتم المادة بإعداد الطلاب وتعريفهم بالالعاب الصغيرة والشعبية وأنواعها وكيفية اعداد الالعاب الصغيرة وتطبيقها وكيفية تنظيم المهرجانات المصغرة لمختلف الالعاب الرياضية وكيفية استخدام الأدوات المناسبة لهذه الالعاب، والالعاب الشعبية وكيفية استخدامها في مختلف البرامج الترويحية والتدريبية.



## ١١٠١٢٤٥ كرة قدم طالبات ساعتان معتمدتان

تحتوي هذه المادة على تعريف الطالبات عن تاريخ نشأة كرة القدم وكيفية تعليم وتعلم المهارات الاساسية والتصرفات التكنيكية الفردية والجماعية وكيفية استخدامها بصورة مبسطة وواجبات اللاعبين بالمراكز المختلفة بالاضافة الى كيفية توزيع اللاعبين في طرق اللعب المختلفة مع كيفية استخدام القانون في ادارة المباريات .

## ١١٠٣٣٤٥ العاب مضرب (٢) (التنس والاسكواش) ساعتان معتمدتان

تحتوي هذه المادة على تعريف الطلبة بتاريخ ونشأة اللعبتين وتطورهما. وأدواتهما المستخدمة في اللعب. وتعريفهم بالقواعد الأساسية لقانون اللعب وإدارة المباريات وتنظيمها، بالإضافة إلى تعليمهم كيفية أداء المهارات الأساسية، والوسائل التعليمية والتدريبية المساعدة في تعلمها وتطبيق خطط اللعب الفردي والزوجي، وكذلك تزويدهم بالتدريبات الخاصة لتنمية العناصر البدنية المطلوبة وللعبتين.

## ١١٠٣٣٤٦ رفع الاثقال ساعتان معتمدتان

تحتوي المادة على المعارف النظرية والمهارات التطبيقية لرفع الاثقال من حيث تطورها التاريخي وقانونها الدولي والأداء الحركي للرفعتين الاولمبيتين (الخطف والنتر) وطرق تعليمها وإدارة بطولاتها.



## ١١٠٣٣٤٧ القوس والنشاب ساعتان معتمدتان

تبرز هذه المادة أهمية احياء وتحديث بعض الرياضات القديمة والعمل على توفير فرص تعليم الطلبة مهارات التركيز الذهني ودقة اصابة الهدف لتعويدهم على التنافس الترويحي من خلال مهارات سهلة التنفيذ وكذلك اكسابهم مهارة التعامل والحفاظ على الادوات واستخدامها المنظم في كل الاوقات، وتزويد الدارسين بالجوانب القانونية للمنافسة واحتساب النتائج.

## ١١٠٣٣٥٠ المبارزة ساعتان معتمدتان

تحتوي هذه المادة على تعليم الطالب المهارات الاساسية لكل لعبة بحيث يتمكن من اداء هذه المهارات والتعرف على كيفية تعليمها ، كما تتعرض المادة للنواحي النظرية المتعلقة بالمهارات الاساسية وتحصيل خلفية تاريخية عن اللعبة والتعرف الى مبادئ اولية اضافة الى قانون اللعبة.

## ١١٠٣٣٥١ تايكونندو ساعتان معتمدتان

تحتوي هذه المادة على تعريف الطلبة بفلسفة التايكوندو المتمثلة بتنمية الجسد بدنيا ومهارياً وسلوكياً للوصول الى المقاتل المثالي والثقة بالنفس بالاضافة الى تزويد الطالب بمعلومات عن نشأة وتاريخ التايكواندو في العالم عامة والاردن خاصة وكذلك المهارات الاساسية والمتضمن حركات الرجلين واليدين الدفاعية والهجومية والضرب على الجك الثابت والمتحرك والقنات المقيد ، البومسي وقانون لعبة التايكواندو.



## ١١٠٣٣٥٢ عروض رياضية ساعتان معتمدتان

تتناول هذه المادة موضوعات عديدة في مجال تعليم إدارة حصة التربية الرياضية، من حيث التشكيلات والتمارين، كما تتعرض المادة إلى الطرق والوسائل المستخدمة في تصميم أشكال العروض والمهرجانات الرياضية، بمختلف أنواعها ، ويتعرض إلى الشروط الواجب توافرها في العرض الرياضي من مدرسين، سيناريو، تشكيلات، وأخيراً التمارين الرياضية المتاحة لذلك.

## ١١٠٣٣٥٣ الملاكمة ساعتان معتمدتان

تحتوي المادة على المعارف والمعلومات المتعلقة بالملاكمة حيث يتم من خلالها التعرف على نشأة وتاريخ اللعبة ومراحل تطورها عبر العصور ، بالإضافة لتعلم وقفة الاستعداد وكيفية التحرك على الحلقة وأنواع اللكمات المستخدمة وأماكن اللكم المسموح بها والأدوات الشخصية الخاصة بالملاكم واللباس الرسمي أثناء اللقاءات بالإضافة الى الأدوات الواجب توافرها للحلقة وعدد الجولات وتصنيف الأوزان.

كما نتحدث عن القواعد الدولية لتحكيم الملاكمة وواجبات الحكام والقضاة وطرق الفوز والأخطاء الغير مسموح بها اثناء اللقاء.

## ١١٠٣٣٥٤ المصارعة ساعتان معتمدتان

تتناول هذه المادة تعليم الطلاب المهارات الاساسية في المصارعة وطرق ادائها وتعليمها ، ومعرفة النواحي الفنية لهذه المهارات . كما تتناول هذه المادة النواحي الفنية والقانونية.



## ١١٠٣٣٥٥ الجودو ساعتان معتمدتان

تتناول هذه المادة تعليم الطلاب المهارات الاساسية في الجودو وطرق ادائها وتعليمها ،  
ومعرفة النواحي الفنية لهذه المهارات . كما تتناول هذه المادة النواحي الفنية والقانونية.

## ١١٣٢٤٣٠ كرة القدم (٣) ثلاث ساعات معتمدة

تستهدف هذه المادة تزويد الطلبة بالمعارف والمعلومات الخاصة بمهنة التدريب في كرة القدم  
واسس تدريب الفئات العمرية بالاضافة الى تزويد الطلاب بكيفية تخطيط البرامج التدريبية واعداد  
الخطط وتحليل المباريات بالاضافة الى الاسس المتعلقة ببناء الفريق والتعريف بالإصابات الخاصة  
في اللعبة.

## ١١٣٢٤٣١ كرة السلة (٣) ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة تعليم الطلبة النواحي الفنية والتعليمية والقانونية للمهارات الأساسية في لعبة  
كرة السلة، للمساعدة إكتسابهم هذه المهارات وطرق تدريسها، و المهارات الحركية الأساسية  
الدفاعية والهجومية الفردية والفرقية والجماعية، وتطبيق هذه المهارات في مواقف اللعب المختلفة  
والتعرف على طريقة بناء الخطط الهجومية والدفاعية نظرياً وعملياً. ومن جهة أخرى يتم تعريف  
الطلبة على الإعداد البدني العام والخاص للاعبين كرة السلة، وإعداد الخطط التدريبية، وأسس إختيار  
اللاعبين، والتعرف على قوانين اللعبة وممارسة التحكيم عملياً.





### ١١٣٢٤٣٢ كرة الطائرة (٣) ثلاث ساعات معتمدة

تحتوي هذه المادة على موضوعات تتعلق بالاعداد البدني والاعداد المهاري للاعبي الكرة الطائرة، والخطط الفردية والجماعية الهجومية والدفاعية، والاختبارات البدنية والمهارية والقياس في المجال الخططي، كما تتناول هذه المادة لعبتي الكرة الطائرة المصغر والشاطئية، وكيفية انتقاء اللاعبين والاستكشاف والتحليل، والاصابات الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة ، وبتطبيقات عملية متقدمة، وكيفية قيادة الفريق، وقانون اللعبة واتاحة الفرص لممارسة التحكيم عملياً.

### ١١٣٢٤٣٣ كرة اليد (٣) ثلاث ساعات معتمدة

تتضمن هذه المادة تطبيقات على المهارات الدفاعية والهجومية ومهارات حارس المرمى في كرة اليد بالإضافة الى النواحي التكتيكية الدفاعية والهجومية، وكيفية اختيار لاعب كرة اليد والاستكشاف وقيادة الفريق للمباراة وممارسة التحكيم عملياً.

### ١١٤٢٤٤٠ العاب قوى (٣) ثلاث ساعات معتمدة

تحتوي هذه المادة على المهارات الاساسية لهذه اللعبة والتوصيل لدرجة اتقانية في ادائها، وكيفية تدريبها وكذلك توفير معلومات نظرية وعملية عن الجانب الخططي وكيفية التدرج في تعليم وتدريب الطالب وتزويده بمعلومات عن قانون اللعبة بحيث يتمكن الطالب بعد الانتهاء من هذه المادة ان يشكل فرق ويدربها ويقودها اثناء المنافسات الرياضية .



### ١١٤٢٤٤١ جمباز (٣) ثلاث ساعات معتمدة

تحتوي هذه المادة على المهارات الأساسية للعبة والتوصل لدرجة إتقانية في أدائها على الاجهزة المختلفة. وكيفية تدريبها على المستوى المتقدم وكذلك توفير معلومات نظرية وعملية عن الجانب الخططي وكيفية التدرج في تعليم وتدريب الطالب وتزويده بمعلومات عن قانون كل جهاز بحيث يتمكن الطالب بعد الإنتهاء من المادة أن يشكل فرق ويدربها ويقودها أثناء المباريات الرياضية.

### ١١٤٢٤٤٢ السباحة (٣) ثلاث ساعات معتمدة

تحتوي هذه المادة على المهارات الاساسية في السباحة والتوصل لدرجة اتقانية في ادائها ، وكيفية تدريبها على المستوى المتقدم وكذلك توفير معلومات نظرية وعملية عن الجانب الخططي وكيفية التدرج في تعليم وتدريب الطالب وتزويده بمعلومات عن قانون السباحة بحيث يتمكن الطالب بعد الانتهاء من المادة ان يشكل فرق ويدربها ويقودها اثناء المنافسات والفعاليات المختلفة.

### ١١٣٢٤٤٣ حركات ايقاع (٣) طالبات ثلاث ساعات معتمدة

تتناول هذه المادة المصطلحات الاساسية للرقص الشعبي عن طريق الدبكات لبعض البلدان العربية وعرض نماذج من الدبكات وتعميم بعض الدبكات الشعبية ، كما تتناول المادة تحليل ونقد الرقصات المختلفة ثم العمل على تقييمها من حيث هارمونية الحركة وتسلسلها وتكنيكها .



ثلاث ساعات معتمدة

١١٣٢٤٤٥ العاب مضرب (٣)

تتناول هذه المادة تعريف الطلبة بالأهداف العامة لألعاب المضرب الأربعة (الريشة الطائرة, تنس الطاولة, التنس, الاسكواش) والأهداف الخاصة لكل لعبة, وأدواتها المستخدمة في اللعب بشكل مفصل. وتعريفهم بقانون اللعب لكل لعبة ليتمكنوا من إدارة وتحكيم المباريات، وكيفية أداء وتعليم المهارات الأساسية والمتقدمة والوسائل والطرق المساعدة في تطوير الأداء المهاري بالإضافة إلى كيفية تحليل وتقويم الأداء المهاري. والنواحي البدنية والمهارية والخطية الخاصة لكل لعبة. بالإضافة إلى تعريفه بإصابات العاب المضرب الشائعة .