



أعتماد الكلية من الهيئة القومية لضمان جودة  
التعليم والأعتماد قرار رقم (129) بتاريخ



قسم : تدريب الرياضات المائية

توصيف مقرر الرياضات المائية (3) الرمز الكودي : ر. م 314

الفصل الدراسي الثاني العام الجامعي 2022 / 2023م

| 1-بيانات المقرر  |  |
|------------------|--|
| الفرقة : الثالثة | اسم المقرر: الرياضات المائية (3)                       |
| التخصص: عام      | عدد الساعات التدريسية: ( 1 ) نظري (2)<br>عملي أسبوعياً |

| 2- هدف المقرر               | إكساب الطالبات المعارف والمعلومات المرتبطة بطرق تعليم السباحة التوقيعية وسباحة الصدر مستخدمة الأدوات والوسائل المساعدة لإتقان أداء وتطبيق السباحة المقررة مع استخدام التشكيلات المتنوعة في الدرس.  |
|-----------------------------|--|
| 3- المستهدف من تدريس المقرر |  |
| أ- المعلومات والمفاهيم      | <p><b>بعد الانتهاء من دراسة هذا المقرر تكون الطالبة قادرة على أن:-</b></p> <p>أ-1- تذكر المصطلحات العلمية المرتبطة بالسباحة والسباحة التوقيعية باللغة الأجنبية.</p> <p>أ-2- تذكر ما يجب مراعاته عند تعليم السباحة التوقيعية.</p> <p>أ-3- تحدد الخطوات التعليمية لسباحة الصدر.</p> <p>أ-4- تذكر أهمية الوسائل عند تعليم السباحة .</p> <p>أ-5- تذكر الشروط الواجب توافرها في لاعبة السباحة التوقيعية .</p> <p>أ-6- تذكر واجبات معلم السباحة.</p> |
| ب- المهارات الذهنية         | <p><b>بعد الانتهاء من دراسة هذا المقرر تكون الطالبة قادرة على أن:-</b></p> <p>ب-1- تحلل سباحة الصدر .</p> <p>ب-2- يناقش جملة مبسطة للسباحة التوقيعية .</p> <p>ب-3- يقارن بين طرق التدريس في تعليم السباحة.</p> <p>ب-4- يميز الوسائل التعليمية في السباحة.</p>  |
| ج- المهارات                 | <p><b>بعد الانتهاء من دراسة هذا المقرر تكون الطالبة قادرة على أن:-</b></p> <p>ج-1- تخطط درس السباحة.</p> <p>ج-2- تضع حلول للتغلب على مشكلات تعليم السباحة .</p>  |

|                 |  |  |
|-----------------|--|--|
|                 | <p>ج-3- تؤدي سباحة back breast ومهارات النجمه الاولى للسباحة التوقيعية.</p> <p>ج-4- تطبق إجراءات الأمن والسلامة عند تعليم السباحة .</p> <p>ج-5- توظف الوسائل التعليمية والأدوات المساعدة في تعليم وتدريب السباحة</p>   | <p>المهنية<br/>الخاصة<br/>بالمقرر:</p>   |
|                 | <p><b>بعد الانتهاء من دراسة هذا المقرر تكون الطالبة قادرة على أن:-</b></p> <p>د-1- تمارس مهارات الاتصال والتواصل من خلال العمل في الوسط المائي .</p> <p>د-2- تمارس العمل داخل الجماعة من خلال تقسيم الطالبات لمجموعات صغيرة داخل الماء .</p> <p>د-3- تمارس مهارات التعلم الذاتي من خلال التحضير المسبق للموضوعات النظرية.</p> <p>د-4- تستخدم المصادر المختلفة للحصول على المعلومات .</p> | <p>المهارات<br/>العامة :</p>   |
| 4-محتوى المقرر: |  |  |
|                 | 1- منحنيات التعلم(تعريف - انواع) - مراحل التعلم الحركي.  |  |
|                 | 2- تعلم السباحه (العوامل التي يجب مراعاتها عند تعليم السباحة - مشكلات تعليم السباحة وكيفية التغلب عليها)   |  |
|                 | 3- طرق تعلم السباحه.   |  |
|                 | 4- الوسائل التعليمية في تعليم السباحة( اهميه-تقسيمات الوسائل- الأدوات المساعدة لتعليم وتدريب السباحة).   |  |
|                 | 5- معلم السباحه (مهام - واجبات) - درس السباحه (اقسام الدرس)  |  |
|                 | 6- سباحه الصدر (التحليل الفني - الخطوات التعليميه - الاخطاء الشائعه)   |  |
|                 | 7- السباحه التوقيعيه(تعريف - الشروط الواجب توافرها فى لاعبة السباحة التوقيعية- السمات الشخصية للاعبات السباحه التوقيعيه- ما يجب مراعاته عند تعلم المهارات)   |  |
|                 | 8- الادوات والاجهزه اللازمه لممارسه السباحه التوقيعيه - مواصفات حمام السباحه - المهارات الاساسيه في السباحه التوقيعيه (  |  |
|                 | 9- الأوضاع الأساسية فى السباحه التوقيعيه - مهارات النجمه الاولى )  |  |
|                 | <p>4- أساليب التعليم والتعلم</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• التعلم الذاتي</li> <li>• التعلم التنافسي</li> <li>• التعلم التعاوني</li> <li>• المحاضرة</li> <li>• المحاضر الالكترونيه</li> </ul>  |  |
|                 | <p>- تعليم الأقران</p> <p>- الواجبات الإضافية</p>  | <p>6-أساليب<br/>التعليم<br/>والتعلم<br/>لطلاب<br/>ثوى<br/>القدرات<br/>المحدودة</p> |
| 7- تقويم الطلاب |  |  |

| أ - الأساليب المستخدمة   |   | ب - التوقيت         |                       | ج - توزيع الدرجات |  |
|--|---|---------------------|-----------------------|-------------------|--|
| تقييم 1 امتحان تطبيقي  |   | الأسبوع 7 ، 11 ، 11 |                       | 30 درجة           |  |
| تقييم 2 الامتحان التطبيقي النهائي                              |   | الأسبوع الخامس عشر  |                       | 30 درجة           |  |
| تقييم 3 الامتحان الشفوي النهائي                                |   | الأسبوع الخامس عشر  |                       | 10 درجات          |  |
| د - نسب<br>توزيع<br>الدرجات                                    | اعمال السنة   | 30 درجة             | النسبة المئوية 30 %   |                   |  |
|  | تقسم كالاتي:  | 10                  | سباحة الزحف علي البطن |                   |  |
|  |   | 10                  | سباحة الزحف علي الظهر |                   |  |
|  |   | 5                   | سباحة الصدر           |                   |  |
|  |   | 5                   | السباحة التوقيعيه     |                   |  |
|  | الامتحان العملي النهائي   | 30 درجة             | النسبة المئوية 100 %  |                   |  |
|  | الامتحان الشفوي النهائي   | 10 درجات            | النسبة المئوية 30 %   |                   |  |
|  | الامتحان التحريري النهائي   | 30 درجة             | النسبة المئوية 10 %   |                   |  |
|  | المجموع   | 100 درجة            | النسبة المئوية 30 %   |                   |  |
|  | <p>معايير تقييم الطالبات</p> <p>تقييم 1،2 يتم تقييم الامتحان التطبيقي من خلال</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• شكل الجسم في أداء السباحة المقررة</li> <li>• التوافق بين أجزاء الجسم في أداء السباحة المقررة</li> <li>• انسيابية الحركة</li> <li>• المسافة المقطوعة 25م</li> <li>• الزمن</li> </ul> <p>بالنسبة للسباحة التوقيعية</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• القدرة على أداء حركات النجمة الأولى</li> <li>• أداء الحركات بشكل انسيابي.</li> </ul> <p>تقييم 3 ( الامتحان الشفوي ) وفق استمارة التقييم المعدة من قبل مشروع تقييم الطلاب</p> <p>تقييم 4 ( الامتحان التحريري ) وفق الورقة الامتحانية المعدة من قبل مشروع تقييم الطلاب</p> |                     |                       |                   |  |
| 8-قائمة الكتب الدراسية والمراجع                                |   |                     |                       |                   |  |
| أ - تعليم السباحة للمبتدئين" الجزء الثاني، أساتذة القسم ، 2006 |   |                     |                       |                   |  |
| مذكرات   |   |                     |                       |                   |  |

|  |   |
|--|---|
| ب - كتب<br>ملزمة                           |   |
| ج- كتب<br>مقترحة                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ محمد علي القط: إستراتيجية السباق في السباحة، المركز العربي للنشر، القاهرة، 2005.</li> <li>▪ علي البيك - عصام حلمي - عادل النموري: اتجاهات حديثة في تعليم السباحة (الزحف - الظهر)، منشأة المعارف الإسكندرية، 2006.</li> <li>▪ على زكي - طارق ندا، إيمان زكي: السباحة - تكنيك - تعليم - تدريب - إنقاذ - دار الفكر العربي، 2007.</li> </ul> |
| د0 دورات<br>علمية أو<br>نشرات<br>..... الخ | <p style="text-align: right;"><b>2007Fastes Swimming*</b></p>   |

رئيس القسم: أ.د/عبير جمال

منسقى المقرر :

أ.د/هدير السيد أم.د/ساره البيه م.د/مروه احمد حسن

تم اعتماد التوصيف بمجلس قسم جلسة رقم ( ) بتاريخ