

قسم : تدريب مسابقات الميدان والمضمار

كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة

توصيف مقر مسابقات الميدان والمضمار (3) – الفصل الدراسي الأول

العام الجامعي 2020 / 2021م

1- بيانات المقرر	
الرمز الكودي : م.ض 306	اسم المقرر: مسابقات الميدان والمضمار (3) الفرقة : الثالثة
التخصص : عام	عدد الساعات التدريسية : (1) نظري (5) عملي أسبوعياً
2- هدف المقرر :	تزويد الطالبات بالمعارف والمعلومات والمهارات والقيم الاخلاقية المرتبطة بالاسس الميكانيكية والمراحل الفنية والقواعد القانونية واللياقة البدنية والخطوات الفنية التي تمكنها من اداء واتقان وتعليم وتصميم أدوات بديلة للمسابقات المقررة(- عدو 800م – الوثب العالي- 100م حواجز - القفز بالزانة - قذف القرص) وتوهلن لتنظيم وإدارة مسابقات الميدان والمضمار .
3- المستهدف من التدريس :	
أ- المعلومات والمفاهيم يتم قياس هذه النواتج من خلال: 1- الامتحان التحريري 2- الامتحان الشفوي	في نهاية المقرر تصبح الطالبة قادرة علي ان : أ-1 تعرف المصطلحات العلمية العربية والانجليزية لمسابقات الميدان والمضمار . أ-2 توضح الأسس الميكانيكية لمتسابقة المسابقات المقررة . أ-3 تذكر خطوات تنظيم بطولة في مسابقات الميدان والمضمار. أ-4 توضح الخطوات التعليمية للمسابقات المقررة. أ-5 تذكر القواعد القانونية للمسابقات المقررة . أ-6 توضح اهمية مسابقات الميدان والمضمار للمرحلة الاعدادية.
ب – المهارات الذهنية: يتم قياس هذه النواتج من خلال: 1- الامتحان التحريري 2- الامتحان الشفوي	في نهاية المقرر تصبح الطالبة قادرة علي ان : ب-1 تميز بين المواصفات الخاصة للاعبات للمسابقات المقررة . ب-2 تفرق بين الخطأ القانوني والخطأ الفني في للمسابقات المقررة. ب-3 تميز بين اجراءات قبل وأثناء وبعد البطولة. ب-4 تحلل الأداء الفني للمهارات المقررة لمسابقات الميدان والمضمار. ب-5 تصنف المهام الإدارية عند تنظيم بطولة في المسابقات الميدان والمضمار.
ج - المهارات المهنية الخاصة بالمقرر : يتم قياس هذه النواتج من خلال 1- الامتحان التطبيقي 2- التكاليفات التطبيقية	في نهاية المقرر تصبح الطالبة قادرة علي ان : ج-1 تؤدى المسابقات المقررة . ج-2 تبتكر أدوات بديلة للمسابقات المقررة. ج-3 تطبق قواعد التحكيم للمسابقات المقررة. ج-4 تصحح الأخطاء عند تعليم مسابقات الميدان والمضمار . ج-5 تخطط لتنظيم بطولة في مسابقات الميدان والمضمار .
د – المهارات العامة : يتم قياس هذه النواتج من خلال 1- الأوراق الدراسية 2- التكاليفات التطبيقية	في نهاية المقرر تصبح الطالبة قادرة علي ان : د-1 تستخدم مصادر مختلفة لجمع المعلومات وعرضها (اوراق دراسية) . د-2 تعمل في جماعة من خلال عمل أبحاث والقيام بعرضها وإلقائها بطريقة جماعية وأثناء العمل التطبيقي وتقسيم الطالبات لمجموعات. د-3 تجيد اللغة الانجليزية المرتبطة بمصطلحات مسابقات الميدان والمضمار . د-4 تمارس مهارات التعلم الذاتي من خلال الواجبات التي تتطلب الاستقصاء باستخدام مصادر الشبكة العنكبوتية والمكتبة كوسيلة لتطوير الدراسة الذاتية.

4 - محتوى المقرر:

الموضوعات النظرية

مقدمة عامة وتعريف بالمصطلحات الخاصة العربية والاجنبية بمسابقات الميدان والمضمار

المواصفات الخاصة للاعبات المسابقات المقررة

الاسس الميكانيكية للمسابقات المقررة

المراحل الفنية للمسابقات المقررة

الخطوات التعليمية للمسابقات المقررة

الأخطاء الشائعة أسبابها وتصحيحها للمسابقات المقررة

القواعد القانونية للمسابقات المقررة

مسابقات الميدان والمضمار للمرحلة الإعدادية- أهميتها - مناهجها - الإمكانيات المدرسية ،
الادوات البديلة .

تنظيم و ادارة بطولة مسابقات الميدان و المضمار و المهام الإدارية:

- اولاً : الخطوات والواجبات المطلوبة قبل اجراء البطولة

- ثانياً: الخطوات والواجبات المطلوبة يوم افتتاح البطولة

- ثالثاً : الخطوات والواجبات المطلوبة أثناء انعقاد البطولة-

رابعاً : الخطوات والواجبات المطلوبة بعد الانتهاء من ختام البطولة

الموضوعات العملي

لياقة بدنية عامة

اعداد بدني خاص والخطوات الفنية والتعليمية لسباق 800م جري + امتحان تطبيقي
ل 800م + قذف القرص

اعداد بدني خاص والخطوات الفنية والتعليمية لسباق 100م حواجز +قذف
القرص + امتحان تطبيقي للقذف بالقرص

سباق 100م حواجز + اختبار تطبيقي 100م حواجز اعداد بدني خاص
والخطوات الفنية والتعليمية لسباق الوثب العالي + اختبار تطبيقي الوثب
العالي+القفز بالزانة + امتحان تطبيقي للقفز بالزانة

5 - أساليب التعليم والتعلم :

- المحاضرة المعدلة - الشرح التوضيحي - التعليم التعاوني -
التعلم التنافسي - التعليم الذاتي - النمذجة - التدريس في فريق -

6 - أساليب التعليم والتعلم للطلاب
ذوي القدرات المحدودة:

- تعليم الأقران - الواجبات الإضافية

7 - تقويم الطلاب :

أ- الأساليب المستخدمة

ب - التوقيت :

ج- توزيع الدرجات

د- نسب توزيع الدرجات

تقييم 1 اختبار تطبيقي

تقييم 2 ابتكار ادوات

تقييم 3 تفاعل واجابية

تقييم 4 اختبار اعمال السنة للنظري

تقييم 5 اختبار تطبيقي نهائي

تقييم 6 اختبار شفوي نهائي

تقييم 7 اختبار تحريري نهائي

الأسبوع (4 ، 6 ، 8 ، 12 ، 13 ، 14).

على مدار الفصل الدراسي

على مدار الفصل الدراسي

الاسبوع 14

الأسبوع الخامس عشر

الأسبوع الخامس عشر

وفق جدول الامتحان النهائي

أعمال السنة : 60 درجة

النسبة المئوية : 30 %

الاختبار التطبيقي النهائي: 60 درجة

النسبة المئوية: 30 %

الاختبار الشفهي النهائي: 20 درجة

النسبة المئوية: 10 %

الاختبار التحريري النهائي: 60 درجة

النسبة المئوية: 30 %

المجموع: (200) درجة

النسبة المئوية: 100 %

معايير تقييم الطالبات

تقييم 1 الاختبار التطبيقي (45 درجة) للمسابقات المقررة على مدار الفصل الدراسي

تقييم 2 ابتكار ادوات (5 درجات)

الدرجة	معايير تقييم الورقة الدراسية	م
2	القدرة علي ابتكار الادوات الفعالة بالنسبة للمسابقات المقررة	1
2	مدي ملائمة الادوات للمسابقات المقررة	2
1	توفير عامل الامن و السلامة	3

تقييم 3 التفاعل والإيجابية (5 درجات) على مدار الفصل الدراسي

الدرجة	م	اوجه التفاعل والإيجابية
1	1	إدارة الوقت من خلال (الالتزام بالوقت المحدد للإجماع البدني)
1	2	الإيجابية في العمل الجماعي
1	3	المشاركة في إحضار وإرجاع الأدوات
1	4	الإلتزام بالزي الرياضي المناسب لمسابقات الميدان والمضمار
1	5	المشاركة في تدريب المجموعة

تقييم 6 الاختبار الشفوي النهائي وفق معايير تقييم معدة من قبل مشروع تقييم الطلاب

تقييم (6) معايير تقييم الاختبار الشفهي (20 درجات)

الدرجة	م	اوجه التقييم
2	1	مهارات الاتصال المنطوقة
2	2	الالتزام بالوقت المحدد للاجابة
4	3	الاسئلة الخاصة بالقانون
4	4	الاسئلة الخاصة بمسابقات الرمي
4	5	الاسئلة الخاصة بمسابقات الوثب
4	6	الاسئلة الخاصة بمسابقات الجري

تقييم 7 الامتحان التحريري النهائي وفق الورقة الإمتحانية المعدة من قبل مشروع تقييم الطلاب

8 – قائمة الكتب الدراسية والمراجع :

لا يوجد

أ – مذكرات :

1. سلوي موسي عسل (وأخرون)(2010م) : مسابقات الميدان والمضمار بين النظرية والتطبيق ، مؤسسة الطوبجي ، القاهرة.
2. اقبال كامل واخرون (2009) : مسابقات الميدان والمضمار اسس نظرية ومهارات تطبيقية ، الطوبجي ، القاهرة .
3. مديحة سامي (وأخرون)(2009م) : المنهج في مسابقات الميدان والمضمار ، مؤسسة الطوبجي ، القاهرة.

ب – كتب ملزمة :

- القانون الدولي قواعد المنافسة الاتحاد الدولي للالعاب القوى للهواه (2004-2005) : ، ط2
- صلاح أحمد : العاب القوى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2015
- رامي محمد الطاهر سالم : موسوعة ألعاب القوى " الوثب و القفز " دار الوفاء ، الإسكندرية ، 2016

ج – كتب مقترحة :

ثالثاً: شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت) :

1 www.philosport.com

د – دوريات علمية أو نشرات الخ

- | | | |
|---|--|--|
| 2 | www.race walking record .com | |
| 3 | www.racewalking.org | |
| 4 | schiffer@dshs-koeln.de | |

منسق المقرر : ا.م.د/ سماح كمال
رئيس القسم : أ.د/ حنان عبد الفتاح
التوقيع :
التوقيع :
تم اعتماد التوصيف بمجلس قسم رقم (200) بتاريخ 10 / 9 / 2020
تم اعتماد الاساليب الحديثة لاساليب التعليم و التعلم واساليب التقويم في مجلس القسم
جلسة رقم (302) والمنعقد بتاريخ 3 / 9 / 2020م

للهيئة القومية لاضمان الجودة

قسم : تدريب مسابقات الميدان والمضمار
مصفوفة نواتج التعلم واستراتيجيات التعليم والتعلم لمقرر مسابقات الميدان والمضمار(3) ا
لرمز الكودي م.ض 306
الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2021/2020 م

اساليب التعليم والتعلم (استراتيجيات التعليم والتعلم)					اهداف نواتج التعلم	
التعليم الذاتي	التعليم التعاوني	التعلم التنافسي	الشرح التوضيحي	المحاضرة		
√				√	أ-1 تعرف المصطلحات العلمية العربية والانجليزية لمسابقات الميدان والمضمار	المعلومات والمفاهيم
				√	أ-2 توضح الأسس الميكانيكية لمتسابقة المسابقات المقررة .	
				√	أ-3 تذكر خطوات تنظيم بطولة في مسابقات الميدان والمضمار	
	√		√	√	أ-4 توضح الخطوات للمسابقات المقررة.	
			√	√	أ-5 تذكر القواعد القانونية للمسابقات المقررة .	
				√	أ-6 توضح اهمية مسابقات الميدان والمضمار للمرحلة الاعدادية.	
√			√	√	ب-1 تميز بين المواصفات الخاصة للاعبات للمسابقات المقررة .	المهارات الذهنية المهنية
√			√	√	ب-2 تفرق بين الخطأ القانوني والخطأ الفني في للمسابقات المقررة.	
√				√	ب-3 تميز بين اجراءات قبل وأثناء وبعد البطولة.	
√	√		√	√	ب-4 تحلل الأداء الفني للمهارات المقررة لمسابقات الميدان والمضمار.	
√				√	ب-5 تصنف المهام الإدارية عند تنظيم بطولة في المسابقات الميدان والمضمار	
√	√	√	√		ج-1 تؤدي المسابقات المقررة .	المهارات المهنية العامة
√			√		ج-2 تبتكر أدوات بديلة للمسابقات المقررة.	
	√		√		ج-3 تطبق قواعد التحكم للمسابقات المقررة.	
√	√		√	√	ج-4 تصحح الأخطاء عند تعليم مسابقات الميدان والمضمار .	
	√			√	ج-5 تخطط لتنظيم بطولة في مسابقات الميدان والمضمار.	
√				√	د-1 تستخدم مصادر مختلفة لجمع المعلومات وعرضها (اوراق دراسية)	المهارات العامة
	√		√	√	د-2 تعمل في جماعة من خلال عمل أبحاث والقيام بعرضها وإلقائها بطريقة جماعية وأثناء العمل التطبيقي وتقسيم الطالبات لمجموعات	
			√	√	د-3 تجيد اللغة الانجليزية المرتبطة بمصطلحات مسابقات الميدان والمضمار	
√				√	د-4 تمارس مهارات التعلم الذاتي من خلال الواجبات التي تتطلب الاستقصاء باستخدام مصادر الشبكة العنكبوتية والمكتبة كوسيلة لتطوير الدراسة الذاتية	

قسم : تدريب مسابقات الميدان والمضمار

مصفوفة نواتج التعلم والانشطة المقابلة لها لمقرر مسابقات الميدان والمضمار(3)

الرمز الكودي م.ض 306

الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2021/2020 م

اساليب التعلم والتعليم (استراتيجيات التعلم والتعليم)						اهداف نواتج التعلم	
نشاط فردي	نشاط جماعي تقسيم الطالبات لمجموعات	عروض تقديمية	مناقشات صفية	تصمم ادوات بديلة	اوراق دراسيه فردية		
√			√			1-أ تعرف المصطلحات العلمية العربية والانجليزية لمسابقات الميدان والمضمار	المعلومات والمفاهيم
			√			2-أ توضح الأسس الميكانيكية لمتسابقة المسابقات المقررة .	
			√			3-أ تذكر خطوات تنظيم بطولة في مسابقات الميدان والمضمار	
	√	√	√			4-أ توضح الخطوات التعليمية للمسابقات المقررة.	
			√			5-أ تذكر القواعد القانونية للمسابقات المقررة .	
			√	√		6-أ توضح اهمية مسابقات الميدان والمضمار للمرحلة الاعدادية.	المهارات الذهنية
√		√	√			1-ب تميز بين المواصفات الخاصة للاعبات للمسابقات المقررة .	
√			√			2-ب تفرق بين الخطأ القانوني والخطأ الفني في للمسابقات المقررة.	
√			√			3-ب تميز بين اجراءات قبل وأثناء وبعد البطولة.	
√	√	√	√			4-ب تحلل الاداء الفني للمهارات المقررة لمسابقات الميدان والمضمار.	
√			√			5-ب تصنف المهام الإدارية عند تنظيم بطولة في المسابقات الميدان والمضمار	المهارات المهنية
√	√					1-ج تؤدى المسابقات المقررة .	
√			√	√	√	2-ج تبتكر ادوات بديلة للمسابقات المقررة.	
√	√					3-ج تطبيق قواعد التحكيم للمسابقات المقررة.	المهارات العامة
√	√	√				4-ج تصحح الأخطاء عند تعليم مسابقات الميدان والمضمار .	
√	√					5-ج تخطط لتنظيم بطولة في مسابقات الميدان والمضمار	
√					√	1-د تستخدم مصادر مختلفة لجمع المعلومات وعرضها (اوراق دراسية) .	
	√					2-د تعمل في جماعة من خلال عمل أبحاث والقيام بعرضها وإلقائها بطريقة جماعية وأثناء العمل التطبيقي وتقسيم الطالبات لمجموعات	
		√	√			3-د تجيد اللغة الانجليزية المرتبطة بمصطلحات مسابقات الميدان والمضمار	
√				√	√	4-د تمارس مهارات التعلم الذاتي من خلال الواجبات التي تتطلب الاستقصاء باستخدام مصادر الشبكة العنكبوتية والمكتبة كوسيلة لتطوير الدراسة الذاتية	

قسم : تدريب مسابقات الميدان والمضمار

مصفوفة نواتج التعلم و اساليب التقويم لها لمقرر مسابقات الميدان والمضمار(3) الرمز الكودي م.ض 306

الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2021/2020 م

اساليب التقويم						اهداف نواتج التعلم	
اختبار تطبيقي	اوراق دراسية	التفاعل والايجابية	اختبارات شفوية	اختبار أعمال السنة	اختبار نظري		
			√		√	1-أ تعرف المصطلحات العلمية العربية والانجليزية لمسابقات الميدان والمضمار	

			√	√	أ-2- توضح الأسس الميكانيكية لمتسابقة المسابقات المقررة .	
			√	√	أ-3- تذكر خطوات تنظيم بطولة في مسابقات الميدان والمضمار	
		√	√		أ-4- توضح الخطوات التعليمية والفنية للمسابقات المقررة.	
			√	√	أ-5- تذكر القواعد القانونية للمسابقات المقررة .	
				√	أ-6- توضح أهمية مسابقات الميدان والمضمار للمرحلة الإعدادية.	
				√	ب-1- تميز بين المواصفات الخاصة للاعبات للمسابقات المقررة	المهارات الذهبية
				√	ب-2- تفرق بين الخطأ القانوني والخطأ الفني في للمسابقات المقررة.	
				√	ب-3- تميز بين اجراءات قبل وأثناء وبعد البطولة.	
		√	√	√	ب-4- تحلل الأداء الفني للمهارات المقررة لمسابقات الميدان والمضمار.	المهارات المهنية
			√		ب-5- تصنف المهام الإدارية عند تنظيم بطولة في المسابقات الميدان والمضمار	
√		√			ج-1- تؤدي المسابقات المقررة .	
	√	√			ج-2- تبتكر أدوات بديلة للمسابقات المقررة.	
√		√			ج-3- تطبق قواعد التحكيم للمسابقات المقررة.	
√		√	√		ج-4- تصحح الأخطاء عند تعليم مسابقات الميدان والمضمار .	المهارات العمامة
			√		ج-5- تخطط لتنظيم بطولة في مسابقات الميدان والمضمار	
	√				د-1- تستخدم مصادر مختلفة لجمع المعلومات وعرضها (اوراق دراسية) .	
		√			د-2- تعمل في جماعة من خلال عمل أبحاث والقيام بعرضها وإلقائها بطريقة جماعية وأثناء العمل التطبيقي وتقسيم الطالبات لمجموعات	المهارات العمامة
			√	√	د-3- تجيد اللغة الانجليزية المرتبطة بمصطلحات مسابقات الميدان والمضمار	
	√				د-4- تمارس مهارات التعلم الذاتي من خلال الواجبات التي تتطلب الاستقصاء باستخدام مصادر الشبكة العنكبوتية والمكتبة كوسيلة لتطوير الدراسة الذاتية	

مصروفة نواتج التعلم واستراتيجيات التعليم والتعلم لمقرر مسابقات الميدان والمضمار

(3) الرمز الكودي م.ض 306

للطالبات ذوي القدرات المحدودة الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2021/2020 م

اساليب التعليم والتعلم (استراتيجيات التعليم والتعلم)		اهداف نواتج التعلم	المعلومات والمفاهيم	المهارات الذهبية
الواجبات الاضافية	التعليم الاقران			
		أ-1- تعرف المصطلحات العلمية العربية والانجليزية لمسابقات الميدان والمضمار		
		أ-2- توضح الأسس الميكانيكية لمتسابقة المسابقات المقررة .		
		أ-3- تذكر خطوات تنظيم بطولة في مسابقات الميدان والمضمار		
		أ-4- توضح الخطوات التعليمية للمسابقات المقررة.		
		أ-5- تذكر القواعد القانونية للمسابقات المقررة .		
√	√	ب-1- تميز بين المواصفات الخاصة للاعبات للمسابقات المقررة		
√	√	ب-2- تفرق بين الخطأ القانوني والخطأ الفني في للمسابقات المقررة.		
√	√	ب-3- تميز بين اجراءات قبل وأثناء وبعد البطولة.		
√	√	ب-4- تحلل الأداء الفني للمهارات المقررة لمسابقات الميدان والمضمار.		
√	√	ب-5- تصنف المهام الإدارية عند تنظيم بطولة في المسابقات الميدان		

		والمضمار	
√	√	ج-1- تودى المسابقات المقررة	المهارات المهنية
√	√	ج-2- تبتكر أدوات بديلة للمسابقات المقررة	
√	√	ج-3- تطبق قواعد التحكيم للمسابقات المقررة.	
√	√	ج-4- تصحح الأخطاء عند تعليم مسابقات الميدان والمضمار ...	
√	√	د-1- تنمية القدرة على استخدام التكنولوجيا الحديثة .	المهارات العامة
√	√	د-2- تنمية القدرة على العمل في جماعة والتواصل معها.	
√	√	د-3- تمارس مهارات الإتصال والتواصل.	
√	√	د-4- التعمم الذاتي	