



كلية العلوم التربوية					الكلية
7	NQF level	قسم التربية الرياضية			القسم
208216	متطلب سابق	208345	الرمز	العاب قوى 2	اسم المقرر
*	عملي		نظري	2	الساعات المعتمدة
r.kharashg@jadara.edu.jo			الإيميل	د. ربي خراشقة	منسق المقرر
r.kharashga@jadara.edu.jo			الايمل	د.ربي خراشقة	المدرسون
وجاهي	شكل الحضور	E101	المكان	11:30-13:00	وقت المحاضرة
2022/10/25	تاريخ التعديل	2022/7/18	تاريخ الاعداد	الاول	الفصل الدراسي

وصف المقرر

وصف المقرر المختصر

يتضمن هذا المساق الجانب المعرفي , والجانب المهاري , واستراتيجيات تدريس فعاليات العاب القوى من أجل توضيح الأداء الفني (التكنيكي), والتعلمي, وتنظيم فعاليات ألعاب القوى , الداخلة في محتوى هذا المساق وإدارتها (رمي المطرقة , الوثب الطويل, رمي القرص, , الوثب العالي, المشي الرياضي), ومن ثم اكتساب القدرة على تدريسها للطلبة , ومعرفة قوانين الفعاليات المرتبطة بأداء الفعاليات الخاصة بهذا المساق والإعداد البدني والفني.

أهداف المقرر

- يتعرف الطالب على كيفية تنمية المؤهلات الجسمية والبدنية الخاصة بفعاليات العاب القوى.
- يؤدي الطالب التمرينات البدنية والتمهيدية الخاصة بفعاليات العاب القوى وأسلوب تدريسها.
- يتقن الطالب المراحل الفنية والخطوية للفعاليات المراد تدريسها.
- يستوعب الطالب النواحي القانونية للفعاليات المراد تدريسها.

مخرجات التعلم CILO's

A. المعرفة – الفهم النظري
عند إكمال متطلبات المقرر، سيتمكن الخريج من:

a1 : يتعرف على مفاهيم ومصطلحات ألعاب القوى ونشأتها وتطورها تاريخياً. (K1)	
B - المعرفة - التطبيق العملي عند إكمال متطلبات المقرر، سيتمكن الخريج من:	
a2 : يطبق عملياً فعاليات ألعاب القوى في درس ألعاب القوى (K3)	
C. مهارات - الحل العام للمشكلات والمهارات التحليلية عند إكمال متطلبات المقرر، سيتمكن الخريج من:	
b1 : يتعرف الطلبة على طريقة تصحيح الأخطاء أثناء أداء فعاليات ألعاب القوى (S1)	
D. مهارات - الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات والاتصالات والحسابات. عند إكمال متطلبات المقرر، سيتمكن الخريج من:	
b2 : تحليل الخطوات التعليمية والأداء الفني لفعاليات ألعاب القوى (S4).	
E. الكفايات: الحكم الذاتي والمسؤولية والسياق عند إكمال متطلبات المقرر، سيتمكن الخريج من:	
c1 : العمل الجماعي والتعاون لإدارة الوحدة التدريبية والتدريسية أو الفعاليات واتخاذ القرارات وتحمل مسؤولية (C1)	
F. طرق التعلم والتعليم	
<ul style="list-style-type: none"> • العصف الذهني. • المحاضرات العملية في ملعب كرة القدم. • النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة . • استخدام الحاسوب وتصفح المواقع الخاصة بالمهارة. 	
G. طرق التقييم	
<ul style="list-style-type: none"> • امتحان نصف الفصل. • الاختبارات النظرية. • الاسئلة المباشرة وغير المباشرة. • الاختبارات العملية . • التقييم المستمر اثناء المحاضرات 	

محتوى المقرر					
أسبوع	ساعات	المخرجات	المواضيع	طرق التعلم والتعليم	طرق التقييم
الاول	2	a1	نبذة عن تاريخ ألعاب القوى، وتعريف بفعاليات ألعاب القوى وتصنيفها اولمبياً وعالمياً. مراجعة مختصرة لمساق ألعاب قوى (1) و توضيح عوامل الامن و	العصف الذهني. النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة . استخدام الحاسوب وتصفح المواقع الخاصة بالمهارة.	الاسئلة المباشرة وغير المباشرة. التقييم المستمر اثناء المحاضرات

		السلامة في ألعاب القوى.			
الاسئلة المباشرة وغير المباشرة. الاختبارات العملية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات	العصف الذهني. المحاضرات العملية في ملعب كرة القدم. النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة . استخدام الحاسوب وتصفح المواقع الخاصة بالمهارة.	فكرة أولية عن فعالية رمي القرص ومواصفات القرص القانونية. تعريف الطلبة بالمراحل الفنية لتكنيك رمي القرص وتطبيقها عملياً.	A1+a2 B1+b2	2	الثاني الثالث +
الاختبارات النظرية. الاسئلة المباشرة وغير المباشرة. الاختبارات العملية . التقويم المستمر اثناء المحاضرات	العصف الذهني. المحاضرات العملية في ملعب كرة القدم. النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة . استخدام الحاسوب وتصفح المواقع الخاصة بالمهارة.	تعريف مسابقة الوثب الطويل. الخطوات الفنية للوثب الطويل (بطريقة القرفصاء) الخطوات التعليمية للوثب الطويل. شرح وتطبيق قانون الوثب الطويل.	a1+ a2 B1+b2	2	الرابع + الخامس
الاختبارات النظرية. الاسئلة المباشرة وغير المباشرة. الاختبارات العملية . التقويم المستمر اثناء المحاضرات	العصف الذهني. المحاضرات العملية في ملعب كرة القدم. النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة . استخدام الحاسوب وتصفح المواقع الخاصة بالمهارة.	فكرة أولية عن فعالية رمي المطرقة ومواصفات المطرقة القانونية . تعريف الطلبة بالمراحل الفنية لتكنيك رمي المطرقة وتطبيقها عملياً. تطبيق المراحل الفنية لرمي المطرقة ومعرفة الأخطاء الشائعة. شرح وتطبيق قانون فعالية رمي المطرقة.	a1+ a2 c1+b1	2	السادس
		أمتحان النصفى		2	السابع
الاختبارات النظرية. الاسئلة المباشرة وغير المباشرة. الاختبارات العملية . التقويم المستمر اثناء المحاضرات	العصف الذهني. المحاضرات العملية في ملعب كرة القدم. النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة . استخدام الحاسوب وتصفح المواقع الخاصة بالمهارة.	تعريف بسابقات الحواجز وأنواعها (110م ذكور - 100 م إناث - 400 م ذكور - 400 إناث) ومواصفات الحاجز. الخطوات الفنية لسباقات الحواجز وكيفية اجتياز الحاجز. الخطوات التعليمية لسباقات الحواجز. النواحي القانونية لسباقات الحواجز والأخطاء الشائعة دروس تطبيقية لمسابقات الحواجز.	a1+ a2 B1+b2	2	الثامن + التاسع
	العصف الذهني. المحاضرات العملية في ملعب كرة القدم.	فكرة أولية عن الوثب الثلاثي. تعريف الطلبة بالمراحل الفنية	a1+ a2 B1+b2	2	العاشر + الحادي عشر

الاختبارات النظرية. الاسئلة المباشرة وغير المباشرة. الاختبارات العملية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات	النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة . استخدام الحاسوب وتصفح المواقع الخاصة بالمهارة.	لتكنيك الوثب الثلاثي وشرحها تطبيق المراحل الفنية لتكنيك الوثب الثلاثي. شرح وتطبيق قانون فعالية الوثب الثلاثي. شرح وتطبيق متكرر لدرس خاص في الوثب الثلاثي لإتقانه.			
الاختبارات النظرية. الاسئلة المباشرة وغير المباشرة. الاختبارات العملية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات	العصف الذهني. المحاضرات العملية في ملعب كرة القدم. النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة . استخدام الحاسوب وتصفح المواقع الخاصة بالمهارة.	فكرة أولية عن فعالية المشي الرياضي وأنواع سباقات المشي الرياضي . تعريف الطلبة بالمراحل الفنية لتكنيك للمشي الرياضي وتطبيقها عملياً. تطبيق المراحل الفنية للمشي الرياضي ومعرفة الأخطاء الشائعة. شرح وتطبيق قانون فعالية المشي الرياضي. تطبيق الخطوات التعليمية لفعالية المشي الرياضي.	a1+ a2 B1+b2	2	الثاني عشر + الثالث عشر
الاختبارات النظرية. الاسئلة المباشرة وغير المباشرة. الاختبارات العملية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات	العصف الذهني. المحاضرات العملية في ملعب كرة القدم. النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة . استخدام الحاسوب وتصفح المواقع الخاصة بالمهارة.	دروس تطبيقية لمسابقات في فعاليات المشي والمطرفة. تطبيقات عملية لفعاليات العاب الق تطبيق دروس عملية في فعاليات العاب القوى مراجعة عامة عن النواحي القانونية والفنية	A2+c1	2	الرابع عشر + الخامس عشر
		أمتحان نهائي		2	السادس عشر

المكونات	
موسوعة العاب القوى العالمية السعودون، شبيب دار الياوزري -عمان الاردن 2011	الكتاب
الجديد في العاب القوى الربضي، كمال مطبعة الجامعة الأردنية1999	
موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار السكار، إبراهيم وزاهر، عبد الرحمن مركز الكتاب للنشر 1998	المراجع :
القانون الدولي لألعاب القوى الاتحاد الدولي لألعاب القوى Monaco-codexwww.iaaf.org 2019	

موصى به للقراءة	حبيب , سعد (2018). كرة القدم سحر الرياضة المستديرة. الجنادرية للنشر والتوزيع, عمان, الاردن.
مادة الكترونية	https://books.google.jo/books?id=sDEyEAAAQBAJ&pg=PA119&dq=%D9%83%D8%B1%D8%A9+%D8%A7%D9%84%D9%82%D8%AF%D9%85&hl=ar&sa=X&ved=2ahUKEwi4pPfnp6P2AhXDgv0HHRxvCKAQ6wF6BAgKEAE#v=onepage&q=%D9%83%D8%B1%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D9%82%D8%AF%D9%85&f=false
مواقع اخرى	المكتبة الرقمية ، للاطلاع على دراسات وأبحاث مرتبطة بالمادة.

خطة تقييم المقرر							
المخرجات					الدرجة	طرق التقييم	
c1	b2	b1	a2	a1			
-	-	-	30	-	30	الامتحان الأول (المنتصف)	
-	-	-	-	-	-	الامتحان الثاني (المنتصف)	
5	-	5	30	10	50	الامتحان النهائي	
5	10	-	-	5	20	أعمال الفصل	
5	-	-	-	5	10	الوظائف	تقييمات الأعمال الفصلية
-	-	-	-	-	-	حالات للدراسة	
-	10	-	-	-	10	المناقشة والتفاعل	
-	-	-	-	-	-	أنشطة جماعية	
-	-	-	-	-	-	امتحانات مختبرات ووظائف	
-	-	-	-	-	-	عروض تقديمية	
-	-	-	-	-	-	امتحانات قصيرة	
10	10	5	60	15	100	المجموع	

الانتحال
الانتحال او السرقة الأدبية هو ان يأخذ شخص ما عملا لشخص اخر ويدعي انه عمله. يوجد في الجامعة سياسة صارمة بشأن الانتحال، وإذا تم اكتشاف الانتحال بالفعل، سيتم تطبيق هذه السياسة. العقوبات تنطبق أيضًا على أي شخص يساعد شخصًا آخر على ارتكاب الانتحال (على سبيل المثال عن طريق السماح لشخص ما بنسخ التعليمات البرمجية الخاصة بك عن علم). يختلف الانتحال عن العمل الجماعي حيث يشارك عدد من الأفراد الأفكار حول كيفية تنفيذ المقررات الدراسية. نشجعك بشدة على العمل في

مجموعات، وبالتأكيد لن تتم معاقبتك على ذلك. هذا يعني أنه يمكنك العمل معاً في عمل مشروع أو انجاز وظيفة. المهم هو أن يكون لديك فهمك اما لجميع جوانب البرنامج المكمل. من أجل السماح بالتقييم الصحيح يجب عليك الالتزام بدقة بمتطلبات عمل المشروع أو الوظيفة كما هو موضح أعلاه ومفصل. هذه المتطلبات موجودة لتشجيع العمل الجماعي، والفهم الفردي، وتسهيل التقييم الفردي، ومنع الانتحال.