

وصف المقرر

				كلية العلوم التربوية	الكلية
5	NQF level			التربية الرياضية	القسم
لا يوجد	متطلب سابق	208176	الرمز	سباحة (1)	اسم المقرر
2	عملي		نظري	2	الساعات المعتمدة
a.ababneh@jadara.edu.jo			الايميلات	م.عائشه عباينه	منسق المقرر
a.ababneh@jadara.edu.jo			الايميلات	م.عائشه عباينه	المدرسون
وجاهي	شكل الحضور	مبنى E الصالة الرياضية	المكان	[8:30_10:00] ثن ريع	وقت المحاضرة
	تاريخ التعديل	6-3-2022	تاريخ الاعداد	الثاني (2022-2022)	الفصل الدراسي

وصف المقرر

يهدف هذا المساق الى تعليم واكتساب المبادئ والمهارات الأساسية للسباحة مع التركيز على النواحي الفنية لها والاهتمام بالعمل النفسي للطلبة والإلمام بالجوانب النظرية للمادة وخصوصاً البعد التاريخي والقانوني للسباحة، والاهتمام باستخدام الطرق والوسائل التعليمية المناسبة للمبتدئين في السباحة .

اهداف المقرر

- تعليم واكتساب المبادئ والمهارات الأساسية للسباحة
- التركيز على النواحي الفنية للسباحة
- الاهتمام بالعمل النفسي للطلبة والإلمام بالجوانب النظرية للمادة وخصوصاً البعد التاريخي والقانوني للسباحة،
- الاهتمام باستخدام الطرق والوسائل التعليمية المناسبة للمبتدئين في السباحة .

مخرجات التعلم CILOs

A. المعرفة -الفهم النظري

1 a تعريف المبادئ الأساسية والبعد التاريخي والقانوني للسباحة ((1K)

B -المعرفة -التطبيق العملي

2 a تطبيق مهارة سباحة الظهر الأولية والزحف على الظهر والزحف على بطن. (K3)

C. مهارات -الحل العام للمشكلات والمهارات التحليلية

b 1 حل المشكلات المتعلقة بالعوامل النفسية السلبية من الوسط المائي (S1)	
D. مهارات -الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات والاتصالات والحسابات	
b2 تطبيق مهارة سباحة الزحف على الظهر والزحف على بطن. (K3)	
E-. الكفايات: الحكم الذاتي والمسؤولية والسياق	
1 مناقشة أهمية قوانين السباحة. (C1)	
طرق التعلم والتعليم	
المحاضرات العملية . النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	
طرق التقييم	
الاختبارات النظرية. التقويم المستمر أثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.	

محتوى المقرر					
أسبوع	ساعات	المخرجات	المواضيع	طرق التعلم والتعليم	طرق التقييم
الأول	2	a1 b1	المبادئ الأساسية 1()التأقلم مع الماء/تغطيس الرأس وفتح العينين/التنفس)	المحاضرات العملية النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	الاختبارات النظرية. التقويم المستمر أثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.
الثاني	2	a1 + b 1	المبادئ الأساسية 2()الطفو/الإنزلاق/القفز في الماء/ضربات الرجلين)	المحاضرات العملية النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	الاختبارات النظرية.

التقويم المستمر اثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.					
الاختبارات النظرية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.	المحاضرات العملية . النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	تعليم سباحة الظهر الأولية (حركات الذراعين /ضربات الرجلين التبادلية)	b 1 + a1	2	الثالث
الاختبارات النظرية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.	المحاضرات العملية . النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	تعليم سباحة الظهر الأولية) التنفس / التوافق بين الحركات.	a1 + a2	2	الرابع
الاختبارات النظرية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.	المحاضرات العملية . النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	مراجعة وتطبيق المبادئ الأساسية للسباحة ومهارات سباحة الظهر الأولية	a1 + b1	2	الخامس
الاختبارات النظرية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.	المحاضرات العملية . النقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	تعليم سباحة الزحف على الظهر (مراجعة ضربات الرجلين/التنفس)	a1 + b2	2	السادس

الامتحانات الفصلية والنهائية.					
		اختبار نصف الفصل		2	السابع
الاختبارات النظرية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.	المحاضرات العملية المنقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	تعليم سباحة الزحف على الظهر (حركات الذراعين/التنفس) تعليم سباحة الزحف على الظهر (حركات الذراعين/ التوافق بين الحركات)	a 1	2	الثامن
الاختبارات النظرية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.	المحاضرات العملية المنقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	تعليم سباحة الزحف على البطن) حركات الذراعين /التنفس) تعليم سباحة الزحف على البطن) ضربات الرجلين /التنفس)	a1 + b1	4	التاسع + العاشر
الاختبارات النظرية. التقويم المستمر اثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.	المحاضرات العملية المنقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	تعليم سباحة الزحف على البطن)التوافق بين الحركات) مراجعة المهارات الأساسية لسباحة الزحف على البطن تعليم مهارة الوقوف في الماء (حركات الذراعين/ضربات الرجلين)	a1 + a2	4	الحادي عشر + الثاني عشر
التقويم المستمر اثناء المحاضرات . الامتحانات الفصلية والنهائية.	المحاضرات العملية المنقاش والحوار داخل نطاق المحاضرة.	تعليم مهارة الوقوف في الماء (حركات الذراعين/ضربات الرجلين) مراجعة المهارات الأساسية لمهارة الوقوف في الماء	a2 + a3 + c1	4	الثالث عشر + الرابع عشر

		الامتحان النهائي			الخامس عشر والسادس عشر
--	--	------------------	--	--	------------------------

خطة تقييم المقرر						
المخرجات					الدرجة	طرق التقييم
c1	b2	b1	a2	a1		
	10	10	10		30	(الامتحان الأول) (المنتصف)
-		-	-	-	-	(الامتحان الثاني) (المنتصف)
11	11	14	11	3	50	الامتحان النهائي
-		-	-	-	20	أعمال الفصل
5		-	-	-	5	الوظائف
-		-	-	-	-	حالات للدراسة
10		-	-	-	10	المناقشة والتفاعل
-		-	-	-	-	أنشطة جماعية
-		-	-	-	-	امتحانات مختبرات ووظائف
-		-	-	-	-	عروض تقديمية
-		-		5	5	امتحانات قصيرة
26	21	24	21	8	100	المجموع

المكونات	
الكتاب	دريد مجيد حميد الحمداني، (2016) الاسس والمفاهيم العلمية الحديثة في تعليم وتدريب السباحة
المراجع	القط، محمد) 2004: " الموجز في الرياضات المائية "، المركز العربي للنشر، الزقازيق .
موصى به للقراءة	كتاب السباحة تعليم تدريب تنظيم - سميرة عرابي 2012
مادة الكترونية	السباحة - تكنيك - تعليم - تدريب - انقاذ https://www.sport.ta4a.us/books/1677-swimming-technic-training.html 48 ساعة لتعليم السباحة https://www.sport.ta4a.us/books/1584-48-hours-swimming.html
مواقع أخرى	المكتبة الرقمية للإطلاع على المجالات العلمية ورسائل الماجستير والدكتوراه

الانتحال

الانتحال او السرقة الأدبية هو ان يأخذ شخص ما عملاً لشخص آخر ويدعي انه عمله. يوجد في الجامعة سياسة صارمة بشأن الانتحال، وإذا تم اكتشاف الانتحال بالفعل، سيتم تطبيق هذه السياسة. العقوبات تنطبق أيضاً على أي شخص يساعد شخصاً 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 او انجاز وظيفة. المهم هو أن يكون لديك فهم كامل لجميع جوانب البرنامج المكمل. من أجل السماح بالتقييم الصحيح يجب عليك الالتزام بدقة بمتطلبات عمل المشروع او الوظيفة كما هو موضح أعلاه ومفصل. هذه المتطلبات موجودة لتشجيع العمل الجماعي، والفهم الفردي، وتسهيل التقييم الفردي، ومنع الانتحال.