

وصف مساقات البرنامج

PE 635 منهجية البحث العلمي في التربية البدنية (3) ساعات معتمدة (إجباري)

يهدف هذا المساق إلى تزويد الطالب بمهارات تحديد المشكلة البحثية واختيار المنهج المناسب وأدوات جمع البيانات وشروطها العلمية و تحليل البيانات وعرضها للوصول إلى الاستنتاجات ويتضمن المساق على خطة البحث وأنوعه وعناصره ومراجعة الأدبيات النظرية وصياغة الفرضيات واختيار العينات وتصاميم مجموعات التجارب وطرق عرض النتائج والتوثيق. ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

- 1- يكتسب مهارات تحديد المشكلة والمنهج واختيار العينات وصياغة التوثيق .
- 2- يطور ويبنى أدوات القياس المستخدمة في بحوث علوم الرياضة.
- 3- ينفذ ويحلل وينقد الأبحاث العلمية في المجال الرياضي.

SS 610 دراسات متقدمة في علم النفس الرياضي (3) ساعات معتمدة (إجباري)

يهدف المساق إلى تزويد الطلبة بالمواضيع والنظريات المختلفة في حقل علم النفس الرياضي، وكذلك تمكينهم من تطبيق النظريات في سيكولوجية الرياضة، ويتضمن في محتواه السمات الشخصية والدافعية والطرق السيكولوجية لتحسين الأداء والإبداع والثقة في الأداء الرياضي، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. تحليل ونقد نظريات علم النفس الرياضي.
2. تطبيق نظريات علم النفس الرياضي لحل مشكلات قضايا اللاعب الرياضي.
3. تقديم أبحاث نوعية في مجال علم النفس الرياضي.

SS 621 القياس والإحصاء في علوم الرياضة (3) ساعات معتمدة (إجباري)

يهدف هذا المساق إلى تزويد الطالب بأسس اختيار أدوات القياس وتحقيق فيها الشرط العلمية والثبات والموضوعية ويطبقها على المجتمعات الإحصائية من واقع المجال الرياضي من اجل التحليل والحصول على النتائج والاستنتاجات ويتضمن المساق أسس اختيار أدوات القياس وشروطها العلمية والمعالجات الإحصائية بالطرق التكنولوجية والبرامج الحديثة للتحليل الإحصائي، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يحقق الشروط العلمية لأدوات القياس المختارة لجمع البيانات.
2. يطبق أدوات القياس من واقع الميدان لمعالجة مشكلات بحثية متعلقة بالمجال الرياضي.
3. يمارس التحليل الإحصائي ببرامج الحاسوب ويختار الإحصاء المناسب للتحليل حسب فرضيات البحث.

SS 650 فسيولوجيا التدريب الرياضي

(3) ساعات معتمدة

(إجباري)

يهدف المساق إلى تزويد الطالب بأسس التحليل الفسيولوجي المتعلق باللاعب الخاضع للتدريب الرياضي، ويتضمن على تغيرات الدم ومكوناته نتيجة التدريب، تغيرات القلب قبل وبعد التدريب وحجمه للرياضيين وغير الرياضيين، التكيف الفسيولوجي الناتج عن التدريب، التدريب في المرتفعات والمنخفضات، التدريب في الجو الحار والبارد، التدريب في الوسط المائي والعمودي، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يدرك التغيرات الفسيولوجية الناتجة من التدريبات الرياضية المتنوعة.
2. يطبق برامج تدريبية بناءً على أسس فسيولوجية وتشريحية.
3. يقيس التغيرات الفسيولوجية الناتجة عن الظروف المختلفة للتدريب الرياضي.

SS 651 ميكانيكا الأداء الحركي الرياضي

(3) ساعات معتمدة

(إجباري)

يهدف هذا المساق إلى تزويد الطلبة بطرق ميكانيكية التحليل الحركي المورفولوجي، والتشريحي، والتربوي، والوظيفي، وكذلك التحليل الحركي بأجهزة القياس الدقيقة والمباشرة والقوانين الفيزيائية المختلفة، ويتضمن المساق على مفاهيم أساسية للتمييز بين أنواع الحركات وعلى العديد من طرق التحليل الحركي وطرق معرفة الخطأ وتقييمه في العملية التعليمية، ودراسة القوانين الفيزيائية: الكتلة، القوة، الدفع، الشغل، الطاقة، القدرة، عزم القصور الذاتي، قوة الدوران، دفع الدوران، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يستخدم أجهزة المقاومات للتعرف إلى العضلات العاملة وطرق تنمية القوة العضلية بجميع مظاهرها.
2. يربط بين ميكانيكية العمل العضلي وأنواع الروافع في الجسم البشري.
3. استخدام الحاسوب والبرمجيات الخاصة في تحليل الحركات الرياضية.

SS 612 قضايا اجتماعية في الرياضة

(3) ساعات معتمدة

(اختياري)

يهدف المساق إلى تزويد الطلبة بما يستجد من ظواهر اجتماعية على المجتمع الرياضي، وإدراك العلاقة بين الظواهر الاجتماعية التي تطرأ ومدى انعكاسها على شريحة المجتمع الرياضي (جماهير، لاعبين، إداريين، حكام، إعلاميين، اتحادات رياضية... الخ)، ويتضمن في محتواه التطورات العلمية والتكنولوجية، والتقلبات السياسية، والاقتصادية، والإعلامية، والثقافية، ومدى انعكاس هذه الظواهر على المجتمع الرياضي من جهة، والدور الذي قد يلعبه المجتمع الرياضي في الحد من السلبيات الناجمة عن هذه الظواهر، وتعزيز الايجابي منها، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يحدد الظواهر الاجتماعية ذات العلاقة بالمجال الرياضي.
2. يحل مشكلات اجتماعية تحدث في الوسط الرياضي، ويعزز قضايا اجتماعية ايجابية أخرى.
3. يربط بين واقع التطور التكنولوجي والمستحدثات المعاصرة في تطوير واقع الرياضة المجتمعية والتنافسية.

SS 622 مقاييس واختبارات التربية البدنية

(3) ساعات معتمدة

(اختياري)

يهدف هذا المساق إلى تزويد الطلبة بالأسس النظرية والتطبيقية لمهارات بناء أدوات القياس في مجالات علوم الرياضة كالاستبيان والاختبارات البدنية والمهارية والمعرفية والحس حركيه وكذلك مهارات إجراء القياسات الجسمية وحساب معدلات نسبة الدهن بالجسم، ويتضمن أسس اختيار أداة جمع البيانات وطرق تحقيق الصدق والثبات والموضوعية وطرق بناء الاستبيان وبطاريات الاختبارات المعرفية والوجدانية والنفس-حركية، وطريقة القياسات الجسمية، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1- يحدد أدوات القياس حسب الغرض من المشكلة البحثية في المجال الرياضي

2- يبنى ويصمم أدوات القياس بطريقة علمية مقننة .

3- يطبق أدوات القياس على واقع ميدان المجال الرياضي.

SS 630 الوقاية والتأهيل للإصابات الرياضية

(3) ساعات معتمدة

(اختياري)

يهدف المساق إلى تزويد الطالب بالمعارف الحديثة بموضوعات الإصابات الرياضية وطرق الوقاية والعلاج منها، ويتضمن في محتواه الإصابات الرياضية الشائعة في الملاعب، الإسعافات بالتبريد والتسخين، والأساليب الحديثة في الربط السليم، وتأهيل اللاعبين بعد الإصابات باستخدام الأدوات أو بعدمها من اجل عودة الرياضيين للملاعب، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يميز بين الإصابات المختلفة في الملاعب الرياضية حسب النوع والشدة.

2. يطبق الوقاية والإسعافات الأولية عند حدوث الإصابات الرياضية بكفاءة عالية.

3. يستخدم تمارين علاجية مناسبة لتأهيل الرياضي المصاب وعودته للملاعب.

SS 631 التدريب الرياضي لذوي الإعاقة

(3) ساعات معتمدة

(اختياري)

يهدف المساق إلى تزويد الطلبة بالفوائد البدنية والنفسية والاجتماعية لممارسة الرياضة للأشخاص المعوقين واستخدام مهارات وصف وبناء البرامج التدريبية للأشخاص المعوقين وتزويدهم بالأجهزة الخاصة بتدريبهم وكيفية استخدامها، وتوظيف الأبحاث الحديثة المتعلقة برياسة الأشخاص المعوقين في البيئة الأردنية، ويتضمن في محتواه أسس التدريب البدني الخاصة للأشخاص المعوقين وصعوبات التعلم وعدم الانتباه وفرط النشاط. تطبيق الاختبارات الحركية لهم. ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يميز الطالب بين أنواع الاعاقات للمعوقين وتطبيق البرامج التدريبية الخاصة لكل نوع.

2. تطبيق الاختبارات البدنية والحركية للأشخاص المعوقين.

3. تطبيق البرامج التدريبية ضمن البيئة الامنة في صالات الأثقال.

يهدف هذا المساق الى تزويد الطلبة بأهمية دراسة علوم الصحة الرياضية، وتعديل سلوكيات الأفراد في النمط المعيشي اليومي في المجتمع وأمراض قلة الحركة، ويتضمن في محتواه الصحة الحديثة من خلال النشاط، والسمنة والرياضة والأمراض القلبية الناتجة من قلة الحركة وهشاشة العظام وأهمية التغذية السليمة المرافقة للنشاط البدني، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يعرف المدارس الحديثة في علوم الصحة الرياضية، ويدرك أهمية الأنشطة البدنية لمتطلبات الحياة للحد من أمراض العصر.
2. يمارس الأنشطة البدنية المختلفة بطريقة علمية سليمة من خلال الاستعانة بالأنشطة المطبقة عالمياً في هذا المجال.
3. يطبق تمارين خاصة بعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة كاللياقة العضلية الهيكلية والقلبية التنفسية والتركيب الجسمي وطرق قياسها.

يهدف هذا المساق إلى تزويد الطالب ببرامج التغذية الرياضية ودورها في تطوير وتحسين الأفراد الممارسين للرياضة من خلال برامج مختلفة وإجراء دراسات بحثية تتعلق بتغذية الرياضي وإنتاج الطاقة، ويتضمن هذا المساق على العناصر الأساسية في الغذاء وآلية هضم الطعام ودورها في بناء الأنسجة وإنتاج الطاقة وأهمية الفيتامينات والأملاح المعدنية وإعداد برامج التغذية للرياضيين بهدف التطوير والتحسين للممارسة الرياضية. ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يربط بين العناصر الأساسية للغذاء وآلية هضم وامتصاص للرياضيين حسب نوع اللعبة.
2. يوضح دور الغذاء إنتاج الطاقة في الأنشطة الرياضية.
3. يبني برامج غذائية خاصة تبعاً للرياضة الممارسة.

يهدف المساق إلى تزويد الطالب بوظائف الأعضاء الفسيولوجية الخاصة بالرياضيين، وتفسير للظواهر الرياضية التي تحدث بالملاعب كبلع اللسان وتضخم الكبد وموت القلب المفاجيء. ويتضمن اسس أنظمة الطاقة الخاصة بالرياضي واللعب الممارسة، وحجم التنفس والسعة الحيوية والنبض، وحامض اللاكتيك، وفحص الدهون مخبرياً ومعملياً، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يدرك أسس مهارات القياسات الفسيولوجية السليمة تبعاً لمتغيرات ظروف اللاعب الرياضي.
2. يطبق القياسات معملياً ومخبرياً للكشف عن قيم التغيرات الناتجة من التدريب الرياضي.
3. يطور أسس التدريب بناء على الوضع الفسيولوجي للاعبين.

SS 653 التعلم والتطور الحركي

(3) ساعات معتمدة

(اختياري)

يهدف المساق إلى تزويد الطالب بنظريات التعلم والأسس العصبية لتعلم المهارات الحركية والعوامل المؤثرة في اكتسابها وتطويرها، وأساليب معالجة المعلومات والنماذج المختلفة المستخدمة في عملية التعلم والسيطرة الحركية وقياس المهارة الحركية، ويتضمن هذا المساق نظريات التعلم الحركي ومراحل التعلم الحركي. نظريات ونماذج مختارة في التعلم. التعلم الشرطي الكلاسيكي، التعلم الشرطي، التعلم بالاستبصار، التعلم بالتمذجة، ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. تحديد العوامل التي تؤثر على تعلم المهارات الحركية.
2. يختار التغذية الراجعة المناسبة لتطوير المهارات الحركية المختلفة.
3. يحلل المهارات الحركية في المواقف الرياضية المختلفة .

SS 654 مواضيع خاصة في الطب الرياضي

(3) ساعات معتمدة

(اختياري)

يهدف هذا المساق إلى تزويد الطلبة بموضوعات خاصة بالطب الرياضي فيما يتعلق بأثر المنشطات والكحول والتدخين والإصابات الرياضية على الأداء الرياضي، ويتضمن هذا المساق على: موضوعات مدخل للطب الرياضي والعلوم المساندة له، الكسور، الجروح، الرضوض، الانتعاش القلبي، بلع اللسان، وتطبيقات عملية بالحالات المختلفة.

ويتوقع في نهاية المساق أن تكون المخرجات ما يلي:

1. يدرك أهمية الإلمام بأسس الطب الرياضي.
2. يكشف مشكلات الرياضيين الطبية ووضع الحلول الممكنة.
3. ينفذ تطبيقات للطب الرياضي على حالات من الواقع الرياضي.