نموذج رقم (١٢)

جامعة:الزقازيق

كلية: التربية الرياضية بنين

قســـــــــــــم: نظريات وتطبيقات الرياضات المائية

توصيف مقرر :الرياضات المائية (سباحه١)

الفرقة الأولى- الفصل الدراسي الأول- للعام الجامعي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م

١- بيانات المقرر			
الرمز الكودي: ١١٠٠١	اســـــم المقـــرر: رياضـــات مائيـــة (سباحة١)	الفرقة:الأولى الفصل الدراسي الأول	
التخصص: عام	عدد الوحدات الدراسية: ثلاث ساعات	نظري: ١ ساعة	عملي: ٢ ساعة
٢-هدف المقرر:	إكتساب المهارات الأساسية لسباحة الزحف على البطن والقدره على تعليم المهارات الأساسيه للأطفال.		
٣-المستهدف من تدريس المقرر:			
أ-المعلومات والمفاهيم:	**بعد الانتهاء من تدريس المقرر يكون الطالب قادرا على أن: -** أ-١- يشرح نبذة تاريخية عن رياضه السباحة. أ-٢- يحدد المقاومات وأنواعها في السباحة. أ-٣- يعرف الطرق المختلفه لتعلم السباحه. أ-٤- يشرح التحليل الفني والأخطاء الشائعه لسباحة الزحف على البطن. أ-٥- يذكر مواد القانون.		
ب-المهارات الذهنية:	**بعد الانتهاء من تدريس المقرر يكون الطالب قادرا على أن:-** ب-١- يميز أنسب طريقه لتعليم مهارات سباحة الزحف على البطن للمستويات المختلفه. ب-٢- يحلل طريقة سباحة المتعلم ويميز ما بها من أخطاء. ب-٣- ينتقد مواد قانون السباحه المقرره. ب-٤- يستنتج تأثير نوع الغذاء على أداء المتدرب ونشاطه اليومي في التدريب.		
جـ-المهارات المهنية	**بعد الانتهاء من تدريس المقرر يكون الطالب قادرا على أن:-** ج-١- يستخدم الوسيلة التعليمية المناسبة لتعليم المهاره.		

الخاصة بالمقرر:	ج-٢- يطبق أحدث طرق تعليم السباحه أثناء الحصص التعليميه. ج-٣- يخطط البرامج التعليمية الخاصة بالمبتدئين. ج-٤- يستخدم التشكيلات المختلفه في تعليم وتدريب السباحه.
د-المهارات العامة:	**- بعد الانتهاء من تدريس المقرر يكون الطالب قادرا على أن:-** د-١-يتواصل مع المدربين والأداريين. د-٢- يستخدم مهارات الحاسب الالى والشبكه والدوليه في مجال السباحه. د-٣- يدير الحصه التعليمية بكفائه. د-٤- يمارس مهارات السباحه الأساسيه بأتقان. د-٥- يتعاون مع المدربين والأداريين العاملين بفريق تعليم وتدريب السباحه.

٤-محتوى المقرر:

الموضـــــــــــوع	أسبوع الدراسه	عدد الساعات	محاضرة	دروس عملية
التطور التاريخى لرياضة السباحة	١	٣	١	٢
تعريف السباحة- أنواعها.	٢-٣	٤	٢	٢
المقاومات وأنواعها في السباحه.	٣-٤	٣	١	٢
تعلم السباحة وأهميتها.	٤-٥	٤	١	٣
الطرق المختلفة لتعلم السباحة.	٥-٦	٤	١	٣
الوسائل التعليمية- التشكيلات المستخدمة في تعليم وتدريب السباحة.	٧-٨-٩	٨	٢	٦
المراحل التعليمية فى السباحة.	١٠-١١	٥	٢	٣
التحليل الفنى لسباحة الزحف على البـــــــطـــــن، الأخطاء الشائعة .	١٢-١٣	١٠	١	٩
تغذية السباحين (مكونات الوجبة الغذائية).	١٤	٢	٢	
قانون السباحة.	١٥	٢	٢	
عدد الساعات الكلى		**٤٥**	**١٥**	**٣٠**

٥-أساليب التعليم والتعلم:	٥-١ محاضرات نظرية ٥-٤ التعلم الذاتى او الجماعي ٥-٦ المنصات التعليمية (موقع الكلية – Microsoft teams)	٥-٢ تدريب عملي ٥-٥ وسائل أيضاح ٥-٣ أوراق دراسيه

٦-أساليب التعليم والتعلم للطلاب ذوى القدرات المحدودة	٦-١ محاضرات نظريه إضافية ٦-٢ لقاءات في الساعات المكتبية لأعضاء هيئة التدريس.

٧-تقويم الطالب:

أ-الأساليب المستخدمة		ب- التوقيت	جـ - توزيع الدرجات
أعمال السنة	شفوي	طول العام الدراسي	١٠
	أوراق دراسية	خلال العام الدراسي	١٠
	أعمال السنة (تحريري)	الأسبوع (الرابع، الثاني عشر)	١٠
	أعمال السنة (تطبيقي)	الثامن ، الرابع عشر	١٠
الامتحان التطبيقي النهائي		(نهاية الفصل الدارسى الأول)	٣٠
الامتحان التحريري النهائي		(نهاية الفصل الدارسى الأول)	٣٠
المجموع			١٠٠درجة

٨-قائمة الكتب الدراسية والمراجع:

أ-مذكرات	* (الكتاب الالكتروني) الرياضات المائية (سباحة ١) وتم رفعه علي منصه ميكروسوفت تميز الخاص بالكلية
ج-كتب مقترحة	* محمدعلي القط،: "استراتيجية السباق في السباحة "، مركز الكتاب للنشر، القاهرة. ٢٠٠٤م *محمد على القط: السباحة بين النظرية والتطبيق، المركز العربى للنشر، الزقازيق،٢٠٠٠م. *مجدى محمود شكرى: تطبيقات حديثة فى السباحة، المركز العربى للنشر،٢٠٠٠م.
د-دوريات علمية أو منشورات ... إلخ	• مجلة بحوث التربية الرياضية http://www.swimming.org/

أستاذ المادة :أ.د/ طة عوض بسيوني التوقيع:

أ.م.د/ جمعة محمد عثمان التوقيع:

رئيس القسم العلمي: أ.د/طارق مهدي عطية التوقيع:

تاريخ مجلس القسم: ٢٠٢٣/٩/٨م