

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



1.	اسم المادة	علم النفس الرياضي
2.	رقم المادة	3801107
3.	الساعات المعتمدة (نظرية، عملية)	3
	الساعات الفعلية (نظرية، عملية)	3
4.	المتطلبات السابقة/المتطلبات المتزامنة	-
5.	اسم البرنامج	البكالوريوس في التربية البدنية
6.	رقم البرنامج	1
7.	اسم الجامعة	الجامعة الأردنية
8.	الكلية	علوم الرياضة
9.	القسم	التربية البدنية
10.	مستوى المادة	سنة أولى
11.	العام الجامعي/ الفصل الدراسي	الفصل الدراسي الأول 2022 / 2023
12.	الدرجة العلمية للبرنامج	البكالوريوس
13.	الأقسام الأخرى المشتركة في تدريس المادة	علوم الحركة والتدريب الرياضي
14.	لغة التدريس	العربية
15.	أسلوب التدريس	<input type="checkbox"/> وجاهي <input checked="" type="checkbox"/> مدمج <input type="checkbox"/> إلكتروني كامل
16.	المنصة الإلكترونية	<input checked="" type="checkbox"/> Moodle <input type="checkbox"/> Microsoft Teams <input type="checkbox"/> Skype <input type="checkbox"/> Zoom <input type="checkbox"/> Others.....
17.	تاريخ استحداث مخطط المادة الدراسية / تاريخ مراجعة مخطط المادة الدراسية	2022 / 10 / 2

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



18. منسق المادة

الرجاء إدراج ما يلي: رقم المكتب، رقم الهاتف، طريقة التواصل، مواعيد التواصل، البريد الإلكتروني
د. عايد زريقات
هاتف

19. مدرسو المادة

الرجاء إدراج ما يلي: رقم المكتب، طريقة التواصل، مواعيد التواصل، رقم الهاتف، البريد الإلكتروني.

د. حسن العوران
هاتف

Hasan.aloran@yahoo.com

د. منال البيات

هاتف 28067

m.bayyat@ju.edu.jo

د. عايد زريقات

هاتف

20. وصف المادة

تشمل هذه المادة الموضوعات المتعلقة بعلم النفس الرياضي من حيث نشأته وتطوره، والخصائص المتعلقة بالمراحل العمرية من الناحية الجسمية والحركية والانفعالية، كذلك تعزيز دافعية التلاميذ وتنمية ميولهم، والحالة الانفعالية وما يترتب عليها من مظاهر سلوكية منها العدوان والتعصب والعنف وتزويد الطلبة بمراحل الاعداد النفسي لإحداث التوازن ومنع ظاهرة الاحتراق، وكذلك تعريفهم بالجوانب النفسية اللازمة للفريق لضمان التماسك لدى افراده.

21. أهداف تدريس المادة ونتائج تعلمها

أ- الأهداف:

- 1- أن يتعرف الطالب على مفهوم علم النفس التربوي الرياضي وميادينه وفروعه وأهمية دراسته.
- 2- أن يمتاز الطالب بالخصائص النفسية العامة والخاصة المرتبطة بالنشاط الرياضي، والخصائص النفسية للشخصية الرياضية والعوامل الجسمية والنفسية والبيئية المؤثرة فيها، وسمات المدرب النفسية.
- 3- أن يتعرف الطالب على الإعداد النفسي للرياضيين ومكوناته المبادئ العامة والسمات الإرادية، وحالة ما قبل المباراة بأنواعها والأعراض

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



- الفسولوجية والنفسية المصحوبة بها والعوامل المؤثرة فيها.
4- أن يتعرف الطالب على الدافعية في النشاط الرياضي والمراحل التي تمر بها.
5- أن يتعرف الطالب على الانفعالات والخصائص التي تتميز بها.
6- أن يتعرف الطالب على الميول الرياضية والأهمية في اختيار هذا الموضوع الشباب المستقبل.

ب- نتاجات التعلّم: يتوقع من الطالب عند إنهاء المادة أن يكون قادراً على أن:

نتائج تعلم البرنامج	نتائج تعلم المادة	النتاج 1	النتاج 2	النتاج 3	النتاج 4	النتاج 5	النتاج 6	النتاج 7	النتاج 8	النتاج 9	النتاج 10	النتاج 11	النتاج 12
رقم النتائج	نتائج تعلم المادة												
1	يفهم الخصائص النفسية للنشاط الرياضي واللاعب والمدرّب الرياضي								X				
2	يفسر الدافعية في ممارسة النشاط الرياضي ومراحل تطورها								X				
3	يعزز الانفعالات والميول في الممارسة الرياضية									X			
4	يحدد أسلوب التعامل مع اللاعبين والتلاميذ حسب الفئة العمرية ومتطلباتها				X								
5	يفسر ويميز الاعراض الفسيولوجية والنفسية المصاحبة لحالة ما قبل المباراة					X							
6	يتعامل مع سلوكيات الرياضيين وتوازن انفعالاتهم						X						
7	يختار الأدوات والمهارات السلوكية اللازمة.					X							
8	يعمل على اعداد اللاعبين نفسياً بأساليب مبسطة ومؤثرة											X	
9	يحلل المواقف الحركية وربطها بالجوانب السلوكية						X						

22. محتوى المادة الدراسية والجدول الزمني لها

الاسبوع	المحاضرة	الموضوع	نتائج التعلّم المستهدفة	*أساليب التدريس (وجاهي، مدمج، إلكتروني كامل)	المنصة	متزامن / غير متزامن	*أساليب التقييم	المصادر/المراجع

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



				للمادة				
		متزامن		وجاهي	1	التعريف بالمساق	1.1	1
		متزامن		وجاهي	1	التعريف بمصطلحات علم النفس	1.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	1	مفهوم علم النفس التربوي الرياضي	1.3	
		متزامن		وجاهي	1	أهمية علم النفس الرياضي	2.1	2
		متزامن		وجاهي	4	ميادين علم النفس	2.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	4	فروع علم النفس	2.3	
		متزامن		وجاهي	1,9	الخصائص النفسية للنشاط الرياضي	3.1	3
		متزامن		وجاهي	1	الخصائص النفسية للشخصية الرياضية	3.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	1	العوامل الجسمية المؤثرة في الشخصية	3.3	
		متزامن		وجاهي	1	الأسس الوظيفية المؤثرة في الشخصية	4.1	4
		متزامن		وجاهي	1	الأنماط الجسمية المؤثرة في الشخصية	4.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	1	العوامل النفسية المؤثرة في الشخصية	4.3	
		متزامن		وجاهي	1	العوامل النفسية المؤثرة في الشخصية	5.1	5
		متزامن		وجاهي	1,4	الذكاء (القدرات العقلية)	5.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	1,4	الذكاء (القدرات العقلية)	5.3	
		متزامن		وجاهي	3,4	الاستعدادات والقدرات	6.1	6

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



		متزامن		وجاهي	3,6	المزاج او الطبع الرياضي	6.2	7
		متزامن	Moodle	إلكتروني	1,2,3	الخلق والإرادة	6.3	
		متزامن		وجاهي	1	العوامل البيئية المؤثرة في الشخصية	7.1	
		متزامن		وجاهي	1	العوامل البيئية المؤثرة في الشخصية	7.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	1	واجبات المدرب الرياضي	7.3	

المصادر/المراجع	*أساليب التقييم	متزامن/غير متزامن	المنصة	أساليب التدريس (وجاهي، مدمج، إلكتروني كامل)	نتائج التعلم المستهدفة للمادة	الموضوع	المحاضرة	تسلسل
		متزامن		وجاهي	1	السمات النفسية للمدرب	8.1	8
		متزامن		وجاهي	1	دوافع المدرب الرياضي	8.2	
		متزامن		وجاهي		امتحان منتصف الفصل	8.3	
		متزامن		وجاهي	8	الاعداد النفسي للرياضيين	9.1	9
		متزامن		وجاهي	8	الاعداد النفسي طويل المدى	9.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	7	السمات الارادية	9.3	
		متزامن		وجاهي	1,9	أثر السمات الارادية في الشخصية الرياضية	10.1	1
		متزامن		وجاهي	8	الاعداد النفسي قصير المدى	10.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	5	حالة ما قبل المباراة وأنواعها	10.3	

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



		متزامن		وجاهي	5,9	العوامل المؤثرة في حالة ما قبل المباراة	11.1	1
		متزامن		وجاهي	8	طرق الاعداد النفسي للرياضيين	11.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	2	الدافعية في المجال الرياضي	11.3	
		متزامن		وجاهي	2	الدافعية في المجال الرياضي	12.1	1
		متزامن		وجاهي	2	تقسيمات الدوافع	12.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	3	الانفعالات مفهومها وتقسيماتها	12.3	
		متزامن		وجاهي	3	الخصائص المميزة للانفعالات	13.1	1
		متزامن		وجاهي	4,6,7,9	تطبيق عملي لبعض وسائل الاعداد النفسي	13.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني	4,6,7,9	تطبيق عملي لبعض وسائل الاعداد النفسي	13.3	
		متزامن		وجاهي	4,6,7,9	تطبيق عملي لبعض وسائل الاعداد النفسي	14.1	1
		متزامن		وجاهي	4,6,7,9	تطبيق عملي لبعض وسائل الاعداد النفسي	14.2	
		متزامن	Moodle	إلكتروني		امتحان نهاية الفصل	14.3	

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



23. أساليب التقييم

يتم إثبات تحقق نتائج التعلم المستهدفة من خلال أساليب التقييم والمتطلبات التالية:

المنصة	الاسبوع	نتائج التعلم المستهدفة للمادة	الموضوع	العلامة	أسلوب التقييم
				20	واجبات
	الثامن			30	اختبار منتصف الفصل
	السادس عشر			50	اختبار نهاية الفصل

24. متطلبات المادة

القاعات التدريسية/ أجهزة عرض البيانات.

25. السياسات المتبعة بالمادة

- أ- سياسة الحضور والغياب: يجب على الطلاب حضور المحاضرات.
- ب- الغياب عن الامتحانات وتسليم الواجبات في الوقت المحدد: تقديم الامتحانات التعويضية في حال وجود عذر رسمي.
- ج- إجراءات السلامة والصحة: الالتزام بالقوانين الصحية الجامعية.
- د- الغش والخروج عن النظام الصفي: كتابة التقارير إلى العميد عن طريق رئيس القسم لإحالتها إلى اللجنة المختصة.
- هـ- إعطاء الدرجات: الدرجات عبر الإنترنت للواجبات، وقلم وورقة لاختبار منتصف الفصل واختبار نهاية الفصل.
- و- الخدمات المتوفرة بالجامعة والتي تسهم في دراسة المادة: القاعات التدريسية/ مكتبة الجامعة والكلية/ مختبر الحاسوب.

26. المراجع

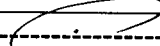
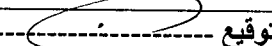
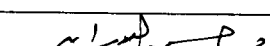
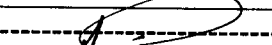
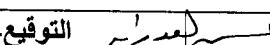
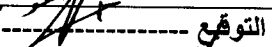
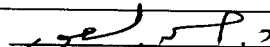
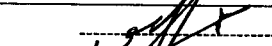
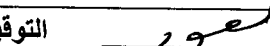
1. النقيب، يحيى (2002)، بعض الجوانب النفسية المتعلقة بالأداء، الطب الرياضي، الاتحاد السعودي للطب الرياضي، الرياض.
2. علاوي، محمد حسن (2004)، سيكولوجية التدريب والمنافسات دار المعارف ط7، القاهرة.
3. علاوي، محمد حسن (2002)، علم النفس الرياضي، دار المعارف، ط5، القاهرة.

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



- 4 إبراهيم، مروان عبد المجيد (2002). النمو البدني والتعلم الحركي، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، ط1 ، عمان.
5. حسنين، محمد لطفي (2006)، الإنجاز الرياضي وقواعد العمل التدريبي (رؤية) تطبيقية، مركز الكتاب للنشر ط1، مصر.
6. خيون، يعرب (2002). التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق مكتب الصخرة للطباعة ببغداد.
7. العربي، شمعون (1999). علم النفس الرياضي والقياس النفسي، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان، القاهرة.
- 8 العربي، شمعون؛ إسماعيل، ماجدة (2001). اللاعب والتدريب العقلي مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة.
9. لطفي، طه محمد (2002). الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين جامعة حلوان، القاهرة.
10. بيتر، مارتين سيمونز (2005). سلسلة الصحة النفسية، كيف تتخلص من الضغط العصبي والقلقي والاكتئاب ترجمة مؤسسة بدار الفاروق ط1، القاهرة.
11. هيرون، كريستين (2005)، سلسلة الصحة النفسية، العلاج الاسترخائي، الدليل العملي، ترجمة مؤسسة بدار الفاروق، ط1، القاهرة.
12. سيرى، طارق (2005)، التنويم المغناطيسي بين الأساطير والحقائق العلمية)، مكتبة النافذة، ط1، الجيزة، القاهرة.
13. عبد الصادق، أحمد (2008). التطوير الذاتي للشخصية الثقة بالنفس والعزيمة والإرادة، مكتبة النافذة، ط1، الجيزة، القاهرة.
14. Williams, J. M. (2011). APPLIED.14. SPORT PSYCHOLOGY. University of Arizona. FOURTH EDITION.
15. Cox, R. H. (2002). SPORT PSYCHOLOGY - Concepts and Application. Fifth Edition.

27. معلومات إضافية

التاريخ: ٢٠١١/١١/٢٢	التوقيع: 	مدرس أو منسق المادة: د. حسن جمال العوران
التوقيع: 	التوقيع: 	مقرر لجنة الخطة/ القسم: د. م. م. م. م.
التوقيع: 	التوقيع: 	رئيس القسم: د. م. م. م. م.
التوقيع: 	التوقيع: 	مقرر لجنة الخطة/ الكلية: د. م. م. م. م.
التوقيع: 	التوقيع: 	العميد: د. م. م. م. م.

ملحق رقم (1) مخطط مادة دراسية

نتائج التعلم لبرنامج بكالوريوس التربية البدنية

يتوقع من الطالب بعد الانتهاء من دراسته لبرنامج بكالوريوس التربية البدنية أن يكون قادرا على أن:

1. يطبق باحتراف المهارات الأساسية والمتقدمة في الألعاب الجماعية والرياضات الفردية.
2. يقيس ويقيم بدقة عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والأداء الحركي للمراحل العمرية المختلفة.
3. يوظف بكفاءة استراتيجيات وطرق واساليب التدريس المتنوعة في دروس التربية البدنية للمراحل العمرية المختلفة بصورة فاعلة.
4. يستخدم مناهج البحث العلمي ومهارات التفكير العليا والناقد والإبداعي في كتابة مشروع التخرج وفي تحليل ودراسة القضايا المرتبطة بالتدريس.
5. ينظم ويخطط ويحكم بكفاءة الفعاليات الرياضية المختلفة.
6. يوظف وسائل التكنولوجيا المختلفة للوصول إلى قواعد البيانات والمعلومات العالمية في التربية البدنية لتطوير معارفه ومهاراته.
7. يحلل بدقة التداخلات العلمية بين علوم الفسيولوجيا وعلم الحركة والتدريب الرياضي والتعلم الحركي للمراحل العمرية المختلفة.
8. يحلل ويفسر ويقيم المعارف والمعلومات ذات الصلة بمجال التربية البدنية المدرسية المرتبطة بالحالات الخاصة.
9. يظهر فهما عميقا بالمفاهيم والنظريات والمعارف الخاصة بعلم النفس والاجتماع الرياضي.
10. يبدي التزاما بالعمل واحترام المؤسسة ويعمل بروح الفريق ويسعى لإحداث تغييرات إيجابية تسهم في تطوير وتحديث استراتيجيات وأساليب العمل وتنفيذ أهداف المؤسسات ذات العلاقة بالعمل الرياضي.
11. يحدد أسباب وأعراض الاصابات الرياضية وطرق الوقاية منها ويطبق بكفاءة مبادئ الاسعافات الاولية.
12. يبدي التزاما بالمسؤولية المهنية وتنمية ذاته وتطوير قدراته ومهاراته ويوظفها في ممارسته المهنية ويوظف مهارات التواصل بشكل فعال مع الافراد والمؤسسات ذات العلاقة بالتخصص.