



1.	اسم المادة	أسس التمرينات والعروض الرياضية
2.	رقم المادة	3801109
3.	الساعات المعتمدة (نظرية، عملية)	3 ساعات
	الساعات الفعلية (نظرية، عملية)	3 ساعات
4.	المتطلبات السابقة/المتطلبات المتزامنة	-----
5.	اسم البرنامج	بكالوريوس في التربية الرياضية
6.	رقم البرنامج	1
7.	اسم الجامعة	الجامعة الأردنية
8.	الكلية	علوم الرياضة
9.	القسم	التربية البدنية
10.	مستوى المادة	السنة الأولى، الثانية، الثالثة والرابعة
11.	العام الجامعي/ الفصل الدراسي	الفصل الدراسي الاول 2023-2024
12.	الدرجة العلمية للبرنامج	بكالوريوس
13.	الأقسام الأخرى المشتركة في تدريس المادة	قسم علوم الحركة والتدريب الرياضي
14.	لغة التدريس	اللغة العربية
15.	أسلوب التدريس	<input checked="" type="checkbox"/> وجاهي <input 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	5/11/2023

18. منسق المادة

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

19. مدرسو المادة

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

د. فاطمة الخريسات (0778467105) F.alkhriissat@ju.edu.jo

الاستاذ: وليد الأسكر (0795933373) alaskerw@yahoo.com

20. وصف المادة

تتضمن مادة اسس التمرينات البدنية والعروض الرياضية مجموعة من الاوضاع الاساسية والمشتقة وآلية كتابة التمرينات البدنية بالطريقة العلمية واسلوب النداء . كما وتتضمن التمرينات الفردية والزوجية بادوات وبدون ادوات . كما وتتضمن التشكيلات والتمارين وتصميم واشكال العروض والمهرجانات الرياضية بمختلف انواعها ، ويتعرض الى الشروط الواجب توافرها في العرض الرياضي من مدرسين وسيناريوهات وتشكيلات واخيرا التمارين الرياضية المتاحة لذلك .

21. أهداف تدريس المادة ونتائج تعلمها

أ- الأهداف: يتوقع من الطالب أن يكون قادراً على أن يعرف ويميز الأسس العلمية للأوضاع الاساسية والمشتقة في التمرينات البدنية يمارس ويحلل الاسس العلمية الصحيحة لكتابة التمرينات البدنية. يعرف ويطبق الطالب اهداف العروض الرياضية . يطبق ويحلل ويركب كيفية الاداء والنداء على التمرينات البدنية فردي وزوجي وجماعي . يركب الطالب الحركات المتعلقة بأسس التأثير على المشاهد بالحركة والتشكيلات والالوان والموسيقى. ينظم ويؤدي الطالب الايقاعات الحركية مع الايقاعات الموسيقية .

ب- نتائج التعلم: يتوقع من الطالب عند إنهاء المادة أن يكون قادراً على أن:

رقم النتائج	نتائج تعلم											
	البرنامج	النتاج 1	النتاج 2	النتاج 3	النتاج 4	النتاج 5	النتاج 6	النتاج 7	النتاج 8	النتاج 9	النتاج 10	النتاج 11
	نتائج تعلم المادة											
1	يكون ملماً بالتمرينات البدنية والعروض الرياضية	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
2	يطبق ويحلل النواحي العلمية	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

												لكتابة و أداء التمرينات البدنية	
	/	/				/			/	/		يطبق ويجيد الاوضاع الاساسية والمشتقة في التمرينات البدنية والنداء عليها	3
	/	/				/			/	/		يطبق ويميز النواحي التعليمية والتدريبية للتمرينات الزوجية	4
	/	/	/			/			/	/		يركب ويميز الدخول الصحيح والخروج في العروض الرياضية	5
	/	/				/			/		/	يقدر أهمية العمل بشكل جماعي	6

22. محتوى المادة الدراسية والجدول الزمني لها

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



المصادر/المراجع	*أساليب التقييم	متزامن/غير متزامن	المنصة	أساليب التدريس (وجاهي، مدمج، إلكتروني كامل)	نتائج التعلم المستهدفة للمادة	الموضوع	المحاضرة	سوع
26	23	متزامن		وجاهي	6.2.3.4	امتحان منتصف الفصل	8.1	8
26	23	متزامن		وجاهي	2.3.4.6		8.2	
26	23	متزامن		وجاهي	2.3.4.6		8.3	
26	23	متزامن		وجاهي	2.3.4.6	النداء على التمرينات بالعد وبالايقاع	9.1	9
26	23	متزامن		وجاهي	2.3.4.6		9.2	
26	23	متزامن		وجاهي	2.3.4.6		9.3	
26	23	متزامن		وجاهي	4.5.6	تمرينات النظام والتشكيلات	10.1	1
26	23	متزامن		وجاهي	4.5.6		10.2	
26	23	متزامن		وجاهي	4.5.6		10.3	
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6	النداء على التشكيلات وتمرينات النظام	11.1	1
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6		11.2	
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6		11.3	
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6	طرق تعليم التمرينات	12.1	1
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6		12.2	
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6		12.3	
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6		13.1	1
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6	تشكيلات وتكوينات ونماذج للعروض	13.2	
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6		13.3	
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6	تدريب على التشكيلات والعروض الرياضية	14.1	1
26	23	متزامن		وجاهي	3.4.5.6		14.2	

26	23	متزامن		وجاهي	3,4,5,6	14.3
----	----	--------	--	-------	---------	------

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
وجاهي	الثامن	2,3,4	امتحان منتصف الفصل	30	سلم التقدير اللفظي الملاحظة الورقة والقلم استمارة تقييم الاداء المهاري
الوجاهي	الثامن - الخامس عشر	2,3,4	اعمال الفصل	20	الملاحظة الورقة والقلم سلم التقدير اختبار القلم والورقة
الوجاهي	السادس عشر	1,2,3,4,5	الامتحان النهائي	50	سلم التقدير الملاحظة اختبار القلم والورقة

24. متطلبات المادة

على الطالب أن يمتلك جهاز حاسوب موصول بالإنترنت، كاميرا، حساب على المنصة الإلكترونية المستخدمة.

25. السياسات المتبعة بالمادة

أ- سياسة الحضور والغياب

ب- الغياب عن الامتحانات وتسليم الواجبات في الوقت المحدد

ج- إجراءات السلامة والصحة

د- الغش والخروج عن النظام الصفي

