



1.	اسم المادة	فسيولوجيا الرياضة
2.	رقم المادة	3802234
3.	الساعات المعتمدة (نظرية، عملية)	3
	الساعات الفعلية (نظرية، عملية)	3
4.	المتطلبات السابقة/المتطلبات المتزامنة	-
5.	اسم البرنامج	البكالوريوس علوم الحركة والتدريب الرياضي
6.	رقم البرنامج	3802
7.	اسم الجامعة	علوم الرياضة
8.	الكلية	علوم الحركة والتدريب الرياضي
9.	القسم	
10.	مستوى المادة	الثاني 2024/2023
11.	العام الجامعي/ الفصل الدراسي	البكالوريوس
12.	الدرجة العلمية للبرنامج	بكالوريوس
13.	الأقسام الأخرى المشتركة في تدريس المادة	العربية
14.	لغة التدريس	العربية
15.	أسلوب التدريس	<input type="checkbox"/> مدمج
16.	المنصة الإلكترونية	<input type="checkbox"/> Moodle
17.	تاريخ مراجعة مخطط المادة الدراسية	2024/2023

18. منسق المادة

الرجاء إدراج ما يلي: رقم المكتب، رقم الهاتف، طريقة التواصل، مواعيد التواصل، البريد الإلكتروني
أ.د. ابراهيم الدبايبة

19. مدرسو المادة

الرجاء إدراج ما يلي: رقم المكتب، طريقة التواصل، مواعيد التواصل، رقم الهاتف، البريد الإلكتروني.
مكتب نائب العميد: 28012

20. وصف المادة

تتضمن المادة معلومات ومعارف تتعلق بمدى استجابة أجهزة الجسم المختلفة وتكيفها للجهد البدني والتدريب الرياضي تحت ظروف وبيئات مختلفة وتوضيح الفرق بين الاستجابة والتكيف الفسيولوجي للاداء الرياضي والتغيرات الفسيولوجية الكيميائية المصاحبة للجهد البدني، وتوضيح الحدود الفسيولوجية للاداء الرياضي وما يحكمها، وكذلك التعرف على أجهزة الجسم من حيث تركيبها ووظيفتها في الجسم ثم تأثير الجهد البدني (التدريب) على كل منها والتغيرات التي تطرأ عليها كنتيجة للجهد البدني.

21. أهداف تدريس المادة ونتائج تعلمها

أ- الأهداف:

1. تعريف الطلبة بمفهوم علم وظائف الأعضاء
2. تمكين الطالب من معرفة بأجهزة الجسم المختلفة والجهاز العصبي - العضلي - والجهد البدني - الجهاز الرئوي التنفسي - الجهد البدني - والجهاز العصبي .
3. اعطاء الطلبة فرصة لفهم المتغيرات الفسيولوجية المرتبطة بالتطور في الأداء البدني وحدوده .
4. يتقهم الطلبة طرق وإجراءات القياسات العملية في مادة فسيولوجيا الجهد البدني .

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

نتائج تعلم البرنامج		نتائج تعلم المادة				
9	8	5	4	2		
-		-		-	يلم بالمعلومات الأساسية عن استجابة وتكيف أجهزة الجسم المختلفة للجهد البدني في الأحوال الاعتيادية .	
-		-	-		يقدر على ربط المعلومات التي يحصل عليها الطالب في مجال علم وظائف الأعضاء داخل	

القاعة الدراسية بالمحيط المباشر				
-	-	-	-	يستخدم بعض الأدوات المخبرية من خلال إجراء التجارب العلمية الميدانية مع التركيز على الجوانب التطبيقية
-	-	-	-	ينقد العمليات الأيضية ونظم إنتاج الطاقة في جسم الإنسان وتكيفها مع التدريب
-	-	-	-	يفسر المفاهيم والنظريات والمعارف الخاصة بالتكيفات والاستجابات الفسيولوجية
-	-	-	-	يقيس ويقيم بعض الاستجابات والتكيفات الفسيولوجية المرتبطة بالتدريب والإدارة الرياضية للفئات العمرية المختلفة
-	-	-	-	يطبق بعض المفاهيم الفسيولوجية في كتابة البرامج التدريبية لبعض الرياضات
-	-	-	-	يستخدم بعض الأسس العلمية ومهارات التفكير العليا في تقييم نتائج بعض الأبحاث المرتبطة في فسيولوجية الرياضة
-	-	-	-	ينظم بكفاءة بعض الاختبارات الفسيولوجية الرياضية ويقيم نتائجها
-	-	-	-	يطبق المعارف والمعلومات الخاصة بالصحة والوقاية من الأمراض والإصابات خلال التدريب الرياضي
-	-	-	-	يميز ويحلل التداخلات العلمية بين أنظمة إنتاج الطاقة لتطبيق أفضلها حسب الرياضة المعنية
-	-	-	-	يوظف بعض وسائل التكنولوجيا والتطبيقات في القياسات الفسيولوجية
-	-	-	-	يوظف وسائل التكنولوجيا للوصول إلى قواعد البيانات والمعلومات في فسيولوجيا التدريب الرياضي

22. محتوى المادة الدراسية والجدول الزمني لها

ملحق رقم (1)

مركز الاعتماد و ضمان الجودة ASSOCIATION FOR ASSURANCE QUALITY	المصادر/المراجع	*أساليب التقييم	متزامن/غير متزامن	مخطط مادة دراسية المنصة	التدريس (وجاهي، مدمج، إلكتروني كامل)	نتائج التعلم المستهدفة للمادة	الموضوع	الحاضرة	الاسبوع
			متزامن		وجاهي	1.2,3,5,6	مقدمة في فسيولوجيا الجهد البدني	1.1	1
		المناقشة اثناء المحاضرة	متزامن		وجاهي	1.2,3,5,6	مقدمة في فسيولوجيا الجهد البدني	1.1	1
		واجب على منصة model	غير متزامن	model	عن بعد	1.2	تكيف الجسم للتدريب وحالة الثبات الفسيولوجية	2.1	1
		تقديم عرض Power point	متزامن		وجاهي	1.2	استجابة الجهاز الدوري للتمرين	2.1	2
		فيديو على المنصة	غير متزامن	model	عن بعد	1.2	تكيف الجهاز الدوري التنفي للتدريب	2.2	2
		المناقشة أثناء المحاضرات	متزامن		وجاهي	1.2,6,11	تكيف الجهاز الدوري للتدريب عند الرياضيين ذوي المستويات العليا	3.1	3
		واجب على منصة model	غير متزامن	model	عن بعد	1.2	نظام الجهاز التنفسي (الاستجابات)	3.2	3
		تقديم تقرير للمادة	متزامن		وجاهي	1.2,3	الضغط الجزئي للغازات اثناء التمرين	4.1	4
		تقديم فيديو عن المادة	غير متزامن	model	عن بعد	1.2	تكيف الجهاز التنفسي للتدريب	4.2	4
		تقديم عرض Power point	متزامن		وجاهي	1.2,3	العوامل المؤثرة في الاستهلاك الأقصى للاكسجين	5.1	5
		تقديم تقرير على المنصة	غير متزامن	model	عن بعد	1.2	مقدمة عن الجهاز العضلي	5.2	5
		المناقشة في المحاضرة	متزامن		وجاهي	1.2	استجابات الجهاز العضلي	6.1	6

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



	اختبارات قصيرة مفاجئة	غير متزامن	model	عن بعد	1.2	تكيفات الجهاز العضلي	6.2		
7	واجب على منصة model	متزامن		وجاهي	1.2	تكيفات الجهاز العضلي	7.1		
	تقديم تقرير للمادة	غير متزامن	model	عن بعد	1.2	ارتباط الجهاز العضلي بالجهاز العصبي	7.2		
8	امتحان كتابي	متزامن		وجاهي	2	امتحان منتصف الفصل	8.1		
	مراجع الالكترونية على المنصة	غير متزامن	model	عن بعد	1.2,3	الألياف العضلية وتكيفاتها	8.2		
9	المناقشة اثناء المحاضرة	متزامن		وجاهي	1.2	مقدمة في الجهاز العصبي	9.1		
	واجب على منصة model	غير متزامن	model	عن بعد	1.2	الجهاز العصبي الذاتي في التدريب الرياضي	9.2		
10	تقديم عرض Power point	متزامن		وجاهي	1.2	التكامل الحسي الحركي	10.1		
	فيديو للمادة على المنصة	غير متزامن	model	عن بعد	1.2	تكيفات الجهاز العصبي	10.2		
11	المناقشة أثناء المحاضرات	متزامن		وجاهي	1.2,12	مقدمة في أنظمة إنتاج الطاقة	11.1		
	واجب على منصة model	غير متزامن	model	عن بعد	1.2,4,6,12	التدريب وانظمة إنتاج الطاقة	11.2		

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



	تقديم تقرير للمادة	متزامن		وجاهي	1.2.3.5.10.12	لاكتيت الدم والعتبة الفارقة في التدريب الهوائي	12.1	12
	تقديم تقرير الكتروني للمادة	غير متزامن	model	عن بعد	1.2.3.4.5.7.9.13	حساب استهلاك الاكسجين وارتباطه بالتكيفات الهوائية	12.2	
	المناقشة أثناء المحاضرة	متزامن		وجاهي	1.2.5.11	التدريب في الظروف المختلفة (الجو البارد والحر)	13.1	13
	واجب على منصة model	غير متزامن	model	عن بعد	1.2.3.5.7.9.11 16	التدريبات في الظروف المختلفة (المرتفعات والصيام)	13.2	
	تقديم عرض Power point	متزامن		وجاهي	1.2	الاستجابات والتكيفات الفسيولوجية عند المرأة	14.1	14
	مراجعة مادة على المنصة	غير متزامن	model	عن بعد	1.2.8.10	القياسات المهمة في المتغيرات الفسيولوجية الرياضية 1	14.2	
	اختبارات قصيرة ومفاجئة	متزامن		وجاهي	1.2.8.13.14	القياسات المهمة في المتغيرات الفسيولوجية 2	15.1	15
	واجب على منصة model	غير متزامن	model	عن بعد	1.2.6.7.8.11.13. 14	مفهوم الاختبارات اللاهوائية المرتبطة بالانجاز	15.2	
	تقديم عرض Power point			وجاهي	1.2.15.16	مراجعة عامة للمادة	16.1	16
	امتحان كتابي	متزامن		وجاهي		الامتحان النهائي	16.2	

ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



23. أساليب التقييم

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

المنصة	الاسبوع	نتائج التعلّم المستهدفة للمادة	الموضوع	العلامة	أسلوب التقييم
وجاهي	الثامن			30%	اختبار منتصف الفصل (30%)
وجاهي + منصة التعلم	طول الفصل			30%	الواجبات والأنشطة المكتتبية (30%)
وجاهي	الاسبوع السادس عشر			40%	الإمتحان النهائي (40%)

24. متطلبات المادة

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

25. السياسات المتبعة بالمادة

- سياسة الحضور والغياب ونسبة الغياب 15% من المحاضرات الوجيهة
- الغياب عن الامتحانات وتسليم الواجبات في الوقت المحدد
- إجراءات السلامة والصحة
- الغش والخروج عن النظام الصفي
- إعطاء الدرجات
- الخدمات المتوفرة بالجامعة والتي تسهم في دراسة المادة

26. المراجع

- الكتب المطلوبة، والقراءات والمواد السمعية والبصرية المخصصة:
Wilmove.J.and Gostill , D, Physiology of sport and Exercise (2001), Human Kientics ,Champasqn ,ISBN: 979-736055833
- الكتب الموصى بها، وغيرها من المواد التعليمية الورقية والإلكترونية.



ملحق رقم (1)
مخطط مادة دراسية



هزاع الهزاع - تجارب فعلية في وظائف أعضاء الجهد البدني، عبد الفتاح أبو العلا - فسيولوجيا الرياضة، دار الفكر العربي .

27. معلومات إضافية

مراجع الكترونية :

www.physiologyonline.physiology.org

www.physoc.org

www.physiol.ox.ac.uk

مدرس أو منسق المادة: <u>أ.د. إبراهيم الدبايب</u> التوقيع: <u>إبراهيم الدبايب</u> التاريخ: _____
مقرر لجنة الخطة/ القسم: _____ التوقيع _____
رئيس القسم: <u>د. محمد عبد الوهاب</u> التوقيع <u>محمد عبد الوهاب</u>
مقرر لجنة الخطة/ الكلية: <u>أ.د. محمد عبد الوهاب</u> التوقيع <u>محمد عبد الوهاب</u>
العميد: <u>أ.د. محمد عبد الوهاب</u> التوقيع <u>محمد عبد الوهاب</u>