



وحدة ضمان الجودة والتطوير المستمر



الهيئة القومية لضمان جودة التعليم والاعتماد

نموذج رقم (١٣)

جامعة : مدينة السادات

كلية : التربية الرياضية

قسم : المنازلات والرياضات المائية

توصيف مقرر السباحة للدبلوم العام

(بنين/ بنات) فصل دراسي ممتد للعام الدراسي ٢٠١٦ / ٢٠١٧ م

١ - بيانات المقرر

الفرقة/ المستوى: الدبلوم العام - بنين/بنات	اسم المقرر: السباحة	الرمز الكودي: لا ينطبق
عدد الساعات الأسبوعية	عدد الوحدات الدراسية الأسبوعية	التخصص: عام
نظري ٢ عملي	٢ وحدة × ١ ساعة	

١- إكساب الطلاب بالمعارف والمعلومات الخاصة بماهية السباحة . ٢- إمداد الطلاب بالجوانب المختلفة لمكونات اللياقة البدنية في السباحة . ٣- معرفة الطلاب بأنواع حمامات السباحة والقانون الدولي للسباحة. ٤- معرفة الطلاب بالجوانب المختلفة لتحليل الفني لطرق السباحة.	٢- هدف المقرر
٣- المستهدف من المقرر:	
أ/١ يتعرف الطلاب علي ماهية السباحة ومجالاتها . أ/٢ يتعرف الطلاب علي التحليل الفني لطرق السباحة . أ/٣ يتعرف الطلاب علي القانون الدولي للسباحة .	أ- المعلومات والمفاهيم
ب/١- يميز بين بعض تدريبات لطرق المختلفة للسباحة ب/٢- يدرك الأخطاء الفنية للسباحين وطرق إصلاحها .	ب- المهارات الذهنية
ج/١- تحديد بعض التدريبات التي تنمي مكونات اللياقة البدنية للسباحين . ج/٢- تطبيق بعض التدريبات التي تنمي طرق السباحة المختلفة ج/٣- تصميم وتنفيذ البرامج التدريبية للسباحين.	ج- المهارات المهنية الخاصة بالمقرر
د/١- إدارة الوقت لتحقيق أقصى استفادة . د/٢- استخدام أدوات ووسائل الإتصال الفعال	د- المهارات العامة



وحدة ضمان الجودة والتطوير المستمر



د/٣ - تنمية التعاون والعمل الجماعي. د/٤ - التعلم الذاتي		٤ - محتوى المقرر
عدد الساعات	الموضوع	
٤	<u>الأسبوع ١ ، الأسبوع ٢</u> الجزء النظري علاج الأخطاء الخاصة بالسباحين	
٦	<u>الأسبوع ٣ ، الأسبوع ٤ ، الأسبوع ٥</u> الجزء النظري خطة سنوية ذات قمة واحدة	
٨	<u>الأسبوع ٦ ، الأسبوع ٧ ، الأسبوع ٨ ، الأسبوع ٩</u> الجزء النظري خطة سنوية ذات قمتين	
٨	<u>الأسبوع ١٠ ، الأسبوع ١١ ، الأسبوع ١٢ ، الأسبوع ١٣</u> الجزء النظري مهارات النجوم في السباحة	
٦	<u>الأسبوع ١٤ ، الأسبوع ١٥ ، الأسبوع ١٦</u> الجزء النظري التغذية والصحة بالنسبة للسباحين	
٤	<u>الأسبوع ١٧ ، الأسبوع ١٨</u> الجزء النظري الهرمونات بالنسبة للسباحين	
٨	<u>الأسبوع ١٩ ، الأسبوع ٢٠ ، الأسبوع ٢١ ، الأسبوع ٢٢</u> الجزء النظري المعاقين	
٦	<u>الأسبوع ٢٣ ، الأسبوع ٢٤ ، الأسبوع ٢٥</u> الجزء النظري المعاقين	
٦	<u>الأسبوع ٢٦ ، الأسبوع ٢٧ ، الأسبوع ٢٨</u> الجزء النظري الجديد في قانون السباحة	



وحدة ضمان الجودة والتطوير المستمر



٤	الأسبوع ٢٩ ، الأسبوع ٣٠ الجزء النظري الجديد فى قانون السباحة			
٦٠	إجمالي عدد الساعات			
	العرض الشفهي الأوراق البحثية حلقات نقاشية التعلم الذاتي. التعليم التبادلي	٥- أساليب التعليم والتعلم		
	لا يوجد	٦- أساليب التعليم والتعلم للطلاب ذوي القدرات المحدودة		
٧- تقويم الطلاب:				
ج- توزيع الدرجات	ب- التوقيت (الأسبوع)	أ- الأساليب المستخدمة		
أعمال السنة	١٠ درجة	الأسبوع : ١٩،٢	أوراق دراسية	أعمال السنة
	١٠ درجة	الأسبوع : ١٣ الأسبوع : ٢٢	تقييم (تحريري- تطبيقي)	
	١٠ درجة	خلال الفصل الدراسي	مناقشة وحوار	
٧٠ درجة	الفصل الدراسي الثاني	الامتحان التحريري النهائي		
٨- قائمة الكتب الدراسية والمراجع:				
	المبادئ العلمية للسباحة	أ- مذكرات		
	تعليم السباحة	ب- كتب ملزمة		
	السباحة بين النظرية والتطبيق الأسس المنهجية فى رياضة السباحة تدريب السباحة	ج- كتب مقترحة		
/http://www.fina.org /http://www.esf-eg.org		أ- دوريات علمية أو نشرات. الخ		

رئيس القسم
أ.د/ منى مصطفى علي
التوقيع ()

منسق المادة
أ.د/ منى مصطفى علي
التوقيع ()
تاريخ اعتماد مجلس الكلية ٢٠١٦/٩/٢٠ م