



اعتماد  
NCAAA  
T4  
2020

## توصيف المقرر الدراسي

اسم المقرر:	القوام والتمرينات العلاجية
رمز المقرر:	3194102-2
البرنامج:	بكالوريوس في علوم الرياضة و النشاط البدني
القسم العلمي:	قسم علوم الرياضة
الكلية:	كلية التربية
المؤسسة:	جامعة الطائف

## المحتويات

- أ. التعريف بالمقرر الدراسي: ..... 3
- ب. هدف المقرر ومخرجاته التعليمية: ..... 3
1. الوصف العام للمقرر: ..... 3
2. الهدف الرئيس للمقرر ..... 3
3. مخرجات التعلم للمقرر: ..... 3
- ج. موضوعات المقرر ..... 4
- د. التدريس والتقييم: ..... 4
1. ربط مخرجات التعلم للمقرر مع كل من استراتيجيات التدريس وطرق التقييم ..... 4
2. أنشطة تقييم الطلبة ..... 4
- هـ - أنشطة الإرشاد الأكاديمي والدعم الطلابي: ..... 5
- و - مصادر التعلم والمرافق: ..... 5
1. قائمة مصادر التعلم: ..... 5
2. المرافق والتجهيزات المطلوبة: ..... 5
- ز. تقويم جودة المقرر: ..... 5
- ح. اعتماد التوصيف ..... 5



## أ. التعريف بالمقرر الدراسي:

1. الساعات المعتمدة: 2
2. نوع المقرر
أ. <input type="checkbox"/> متطلب جامعة <input type="checkbox"/> متطلب كلية <input type="checkbox"/> متطلب قسم *
ب. <input type="checkbox"/> إجباري * <input type="checkbox"/> اختياري <input type="checkbox"/> أخرى <input type="checkbox"/>
3. السنة / المستوى الذي يقدم فيه المقرر: السنة الرابعة / المستوى الحادي عشر
4. المتطلبات السابقة لهذا المقرر (إن وجدت) لا يوجد
5. المتطلبات المترامنة مع هذا المقرر (إن وجدت) لا يوجد

## 6. نمط الدراسة (اختر كل ما ينطبق)

م	نمط الدراسة	عدد الساعات التدريسية	النسبة
1	المحاضرات التقليدية	1	25%
2	التعليم المدمج	3	75%
3	التعليم الإلكتروني	لا ينطبق	لا ينطبق
4	التعليم عن بعد	لا ينطبق	لا ينطبق
5	أخرى	لا ينطبق	لا ينطبق

## 7. ساعات الاتصال (على مستوى الفصل الدراسي)

م	النشاط	ساعات التعلم
1	محاضرات	10
2	معمل أو إستوديو	30
3	دروس إضافية	لا ينطبق
4	أخرى (تذكر)	لا ينطبق
	الإجمالي	40

## ب. هدف المقرر ومخرجاته التعليمية:

1. الوصف العام للمقرر: يشمل المقرر مقومات القوام السليم، تصنيفات الانحرافات القوامية المختلفة وتمارينها العلاجية.
2. الهدف الرئيس للمقرر يهدف المقرر الى تعريف الطلبة بأسباب الانحرافات القوامية وكيفية علاجها.

## 3. مخرجات التعلم للمقرر:

رمز مخرج التعلم المرتبط للبرنامج	مخرجات التعلم للمقرر
	1 المعرفة والفهم
2ع	1.1 أن يتمكن الطلبة من تحديد مقومات القوام الجيد.
2ع	1.2 أن يتعرف الطلبة على أسباب الانحرافات القوامية وتصنيفاتها.
4ع	1.3 أن يطلع الطلبة على بعض الإختبارات لكشف الانحرافات القوامية.
4ع	1... أن يربط الطلبة بين التمرينات العلاجية واضطرابات القوام
	2 المهارات
2م	2.1 أن يصنف الطلبة الاضطرابات القوامية .
3م	2.2 أن يصف الطلبة التمارين العلاجية الملائمة حسب نوعية الاضطرابات وحدثها.
	3 القيم
2ق	3.1 أن يطور الطلبة أدائهم من خلال توظيف التقنيات الحديثة لعرض بعض الانحرافات القوامية
3ق	3.2 أن يفود الطلبة فرق عمل بمرونة وفعالية لتقديم برامج تدريبية تتماشى مع الانحرافات القوامية

## ج. موضوعات المقرر

م	قائمة الموضوعات	ساعات الاتصال
1	مفهوم القوام والعلاقة بين البناء الثابت والبناء المتحرك	4
2	القوام السليم في الأوضاع المختلفة	4
3	مفهوم الانحراف القوامي ودرجاته	4
4	انحراف سقوط الرأس أمامًا وتمارينها العلاجية	4
5	انحراف استدارة الكتفين وتمارينها العلاجية	4
6	انحراف زيادة تحدب الظهر	4
7	انحراف زيادة التقعر القطني وتمارينها العلاجية	4
8	انحراف تقوس الساقين واصطكاك الركبتين وتمارينها العلاجية	4
9	بعض اختبارات الكشف عن الانحرافات القوامية	4
10	العوامل التي تساعد على سلامة القوام	4
	المجموع	40

## د. التدريس والتقييم:

### 1. ربط مخرجات التعلم للمقرر مع كل من استراتيجيات التدريس وطرق التقييم

الرمز	مخرجات التعلم	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
1.0	المعرفة والفهم		
1.1	ان يتمكن الطلبة من تحديد مقومات القوام الجيد.		
1.2	ان يتعرف الطلبة على أسباب الانحرافات القوامية وتصنيفاتها.	-استراتيجية الإلقاء (المحاضرات). -استراتيجية خرائط العقل. -استراتيجية العصف الذهني -استراتيجية خرائط المفاهيم	مباشر: الاختبارات القصيرة (Quizzes) / الاختبارات النصفية / النهائية غير مباشر: استطلاع آراء الطلبة المنتظمين.
1.3	ان يطالع الطلبة على بعض الإختبارات لكشف الانحرافات القوامية.		
1.4	ان يربط الطلبة بين التمرينات العلاجية واضطرابات القوام		
2.0	المهارات		
2.1	ان يصنف الطلبة الاضطرابات القوامية .	1-استراتيجية حل المشكلات. 2-استراتيجية التعلم القائم على المشكلة. 3-استراتيجية الحوار والمناقشة. 4-استراتيجية التعليم الذاتي.	مباشر: المهام والواجبات التكليفية / المناقشات الصفية غير مباشر: استطلاع آراء الطلبة المنتظمين.
2.2	ان يصف الطلبة التمارين العلاجية الملائمة حسب نوعية الاضطرابات وحدتها.		
2.3	ان يصنف الطلبة الاضطرابات القوامية .		
3.0	القيم		
3.1	أن يطور الطلبة أدائهم من خلال توظيف التقنيات الحديثة لعرض بعض الانحرافات القوامية	1- استراتيجية التعلم القائم على المشروعات. 2- استراتيجية التعلم التعاوني. 3- استراتيجية التعليم الذاتي. 4- استراتيجية التعليم بالاكشاف.	مباشر: عروض الطلبة/مشروعات بحثية/ مقاييس التقدير الوصفي-روبكس/ الاختبارات الشفوية غير مباشر: استطلاع آراء الطلبة المنتظمين.
3.2	أن يفقد الطلبة فرق عمل بمرونة وفعالية لتقديم برامج تدريبية تتماشى مع الانحرافات القوامية		

### 2. أنشطة تقييم الطلبة

م	أنشطة التقييم	توقيت التقييم (بالأسبوع)	النسبة من إجمالي درجة التقييم
1	أنشطة الطلاب ومشاركات بحثية	طوال الفصل الدراسي	10%
2	اختبار نصفي نظري	الأسبوع 7	20%
4	اختبار نهائي	الأسبوع 10	60%
5	تطبيقات عملية ومعملية	طوال الفصل الدراسي	10%

أنشطة التقييم (اختبار تحريري، شفهي، عرض تقديمي، مشروع جماعي، ورقة عمل الخ)

## هـ - أنشطة الإرشاد الأكاديمي والدعم الطلابي:

- يحدد لكل طالبة/ طالب مرشد أكاديمي يتولى مهام المتابعة الأكاديمية وتقديم الإرشاد الأكاديمي لضمان تفعيل عملية الإرشاد
- ترتيبات إتاحة أعضاء هيئة التدريس والهيئة التعليمية للاستشارات والإرشاد الأكاديمي الخاص لكل طالب (مع ذكر مقدار الوقت الذي يتوقع أن يتواجد خلاله أعضاء هيئة التدريس لهذا الغرض في كل أسبوع).
- يتم وضع نموذج لجدول عضو هيئة التدريس على باب المكتب يوضح فيه الساعات المكتبية لجميع المواد التي يتولى تدريسها.
- رفع تقرير دوري عن أداء الطلبة لوحدة الدعم والإرشاد الأكاديمي (قبيل نهاية الفصل الدراسي). يشمل التقرير الأداء الأكاديمي للطلاب أو الطالبة (أحسن أم أسوأ من السابق) والإجراءات التي تمت لمعالجة الأداء الأسوأ، ورفع تقرير عن المشاكل التي تحتاج إلي تدخل الوحدة أو إدارة الكلية.
- التواصل عبر البريد الإلكتروني. / التواصل مع الطلبة أثناء الساعات المكتبية.
- تفعيل الإرشاد الإلكتروني و الساعات المكتبية الإلكترونية عن طريق البلاك بورد

## و - مصادر التعلم والمرافق:

### 1. قائمة مصادر التعلم:

محمد صبحي حسنين، وآخرون، القوام السليم للجميع، دار الفكر العربي، 1995م	المرجع الرئيس للمقرر
محمد السيد سطا، تشوهات القوام والتدليك الرياضي، الهيئة المعرفية للكتاب، 1984م.	المراجع المساندة
المكتبة الرقمية السعودية	المصادر الإلكترونية
لا يوجد	أخرى

### 2. المرافق والتجهيزات المطلوبة:

متطلبات المقرر	العناصر
القاعات الدراسية	المرافق (القاعات الدراسية، المختبرات، قاعات العرض، قاعات المحاكاة ... إلخ)
جهاز عرض / كمبيوتر	التجهيزات التقنية (جهاز عرض البيانات، السبورة الذكية، البرمجيات)
لا يوجد	تجهيزات أخرى (تبعاً لطبيعة التخصص)

### ز. تقييم جودة المقرر:

طرق التقييم	المقيمون	مجالات التقييم
غير مباشر (الاستبيان / المقابلة)	الطلبة / أعضاء هيئة التدريس	مصادر التعلم
مباشر (الاختبارات)	الطلاب / هيئة التدريس	فاعلة طرق تقييم الطلاب
غير مباشر (الاستبيان / التقرير)	الطلبة/ المراجع المستقل	فاعلية التدريس والتقييم
غير مباشر (الاستبانة)	الطلاب / هيئة التدريس	مدى تحصيل مخرجات التعلم للمقرر
الاستبيان / المقابلة	الموظفين/ هيئة التدريس	قيادات البرنامج

مجالات التقييم (مثل: فاعلية التدريس، فاعلة طرق تقييم الطلاب، مدى تحصيل مخرجات التعلم للمقرر، مصادر التعلم ... إلخ)  
المقيمون (الطلبة، أعضاء هيئة التدريس، قيادات البرنامج، المراجع النظير، أخرى (يتم تحديدها)  
طرق التقييم (مباشر وغير مباشر)

### ح. اعتماد التوصيف

مجلس قسم	جهة الاعتماد
الرابعة	رقم الجلسة
1443	تاريخ الجلسة