



جامعة مؤتة

نموذج توصيف خطة دراسية



أولاً: معلومات المادة :

اسم المادة: كرة قدم متقدم.	• رقم المادة: 1301318
• الكلية: علوم الرياضة	• عدد الساعات المعتمدة: 3
• القسم: التربية الرياضية	• المتطلب السابق (إن وجد):
• الفصل الدراسي: الثاني	• وقت المحاضرة: 11-12.30
• العام الجامعي: 2024/2023	• اسم المدرّس: د. بلال الضمور
• الساعات المكتبية: د. بلال عوض الضمور 2-3.30 أحد ، ثاء، خميس. 2-3.30 أثنين، أربعاء	

ثانياً: الوصف العام للمادة :

يتناول هذا المساق تدريبات متقدمة بالنواحي الفنية للمهارات الهجومية والدفاعية وكيفية تطبيقها وكيفية بناء الخطط الهجومية والدفاعية كما يتناول تعليم الطالب على كيفية وضع الخطط التدريبية والتحليل الخططي قبل وأثناء سير المباريات اعتماداً على المواقف التدريبية المختلفة .

ثالثاً: أهداف المادة الدراسية :

1. أن يتعرف الطالب إلى طرق الإعداد البدني للاعب كرة القدم
2. أن يتعرف الطالب إلى الإعداد المهاري للاعب كرة القدم
3. أن يتعرف الطالب إلى الإعداد الخططي والعقلي في كرة القدم
4. أن يتعرف الطالب إلى طرق الانتقاء لناشيء كرة القدم
5. أن يتعرف الطالب إلى تحليل الخطط والتدريبات الخاصة بلاعب كرة القدم

رابعاً: مخرجات التعلم المتوقعة

1. يكون الطالب قادر على كتابة وتطبيق تمارين خاصة بالإعداد البدني في كرة القدم
2. يكون الطالب قادر على كتابة وتطبيق تمارين خاصة بالإعداد المهاري في كرة القدم
3. يكون الطالب قادر على كتابة وتطبيق تمارين خاصة بالإعداد الخططي في كرة القدم

4. يكون الطالب قادر على كتابة خطة شهرية وموسمية خاصة بالإعداد المهاري والبدني والخطي والنفسي في كرة القدم

خامسا : الخطة التفصيلية للمادة

المصادر والمراجع المطلوبة	الموضوعات المتوقعة تغطيتها	الأسبوع
	محاور المساق والأهداف المراد تحقيقها من المساق	الأسبوع الأول 2024/2/29-2/25
الاتحاد الأردني لكرة القدم. (2018). لائحة البطولات للاتحاد الأردني لكرة القدم 2018 - 2019 . منشورات الاتحاد الأردني لكرة القدم عمان، الأردن. البيك، علي؛ وابو زيد، عماد الدين؛ وخليل، محمد احمد عبده. (2008). سلسلة الاتجاهات الحديثة في التدريب الرياضي ج2 . منشأة المعارف، الاسكندرية، مصر. الجبالي، عويس. (2000). التدريب الرياضي النظرية والتطبيق . مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.	الأعداد البدني وعناصر اللياقة البدنية عناصر اللياقة البدنية الحركية	الأسبوع الثاني 3/3- 2024/3/7
	تطبيقات في إعداد عناصر اللياقة البدنية وتطويرها لدى لاعبي كرة القدم تطبيقات في تطوير عناصر اللياقة البدنية للناشئين في كرة القدم	الأسبوع الثالث 2024/3/14-3/10
حماد، مفتي إبراهيم. (1996). التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة . ط1، دار الفكر العربي، مصر. الربضي، كمال جميل. (2001). التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين . ط1، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.	فيديوهات خاصة بتطوير عناصر اللياقة البدنية التمييز بين عناصر اللياقة البدنية من خلال المفاهيم الخاصة.	الأسبوع الرابع 3/17- 2024/3/21
العيساوي، ماهر احمد عاصي. (2018). اختبارات اللياقة البدنية . قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية، العراق. الهزاع، هزاع بن محمد. (2009). فسيولوجيا الجهد البدني الأسس النظرية والإجراءات العملية للقياسات الفسيولوجية (الجزء الأول) . ط1، النشر العلمي والمطابع في جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.	الامتحان الأول	الأسبوع الخامس 3/24- 2024/3/28
	الأعداد المهاري وطرق تطوير المهارات الحركية الخاصة بكرة القدم لدى الناشئين تطوير المهارات المركبة في كرة القدم.	الأسبوع السادس 3/31- 2024/4/4
	بناء نماذج تدريب مهاري في كرة القدم طرق الانتقاء لناشئي كرة القدم	الأسبوع السابع 4/7- 2024/4/11

	فيديوهات خاصة بتطوير وتدريب مهارات كرة القدم	الأسبوع الثامن 4/14- 2024/4/18
	تدريبات من قبل الطلبة لتطوير مهارات كرة القدم	الأسبوع التاسع 4/21- 2024/4/25
	الاختبار الثاني في الإعداد المهاري	الأسبوع العاشر 4/28- 2024/5/2
	الإعداد الخططي للاعبين كرة القدم فيديوهات خاصة بتطوير الجانب العقلي والخططي في كرة القدم	الأسبوع الحادي عشر 5/5- 2024/5/9
	تحليل خطط كرة قدم وكيفية التعامل مع المنافس	الأسبوع الثاني عشر 5/12- 2024/5/16
	تحليل خطط كرة القدم بناءً على الحالات الثابتة	الأسبوع الثالث عشر 5/19- 2024/5/23
	تدريبات من قبل الطلبة وتطبيقات خاصة في الإعداد الخططي	الأسبوع الرابع عشر 5/26- 2024/5/30
	الاختبار النهائي	

سادسا: طرق واستراتيجيات التدريس

الطرائق والاستراتيجيات والوسائل	No
الطريقة الكلية	1
الطريقة الجزئية والكلية والطريقة الكلية والجزئية	2
الوسائل التعليمية داتا شوه	3
تقارير واوراق العمل	4
وسائل مساعدة في التعلم العملي	5

سابعا: استراتيجيات التقويم ومواعيدها

رقم التقويم	الاسبوع المستحق والتاريخ	طبيعة مهمة التقويم (مثلا: اختبار أول، اختبار قصير، أو مشاركة، عرض تقديمي، تقارير)	نسبة الدرجة إلى درجة التقويم النهائي
1	الأسبوع الخامس 2024/3/28-3/24	اختبار أول نظري 20%	الاسبوع السادس
2	الأسبوع العاشر 2024/5/2-4/28	اختبار ثاني نظري 20%	الاسبوع العاشر
3	على امتداد الفصل	مشاركة 10%	طول الفصل

الاسبوع السادس عشر	اختبار نهائي نظري 50%	الاسبوع الرابع عشر 5/26- 2024/5/30	4
(%100)	المجموع الكلي		

ثامنا: مصادر التعلم الأساسية والثانوية:

الكتب والمراجع الثانوية :

- 1- Davies, Phil. (2005). **Total Soccer Fitness**. RIO Network LLC. All rights reserved worldwide.
- 2- Stratton, Gareth, Reilly, Thomas, Williams, A. Mark & Richardson, Dave. (2004). **YOUTH SOCCER From Science to Performance**.
- 3- Wood, Robert. (2010). Complete Guide to Fitness Testing. **Topendsports.com**.

تاسعا: إرشادات عامة

سياسة الحضور والغياب، التغيب عن الامتحانات، المشاركة الصفية، التقارير والأوراق البحثية	No
حضور لا يقل عن 85%	1
يسمح غياب 15%	2
كل من يتغيب عن أي امتحان بدون عذر رسمي توضع علامة صفر	3
الالتزام بموعد تسليم التقارير	4