



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية السلام الجامعة

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

وصف البرنامج الاكاديمي والمقرر الدراسي لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

للعام الدراسي

2025 - 2026

نموذج وصف البرنامج الأكاديمي

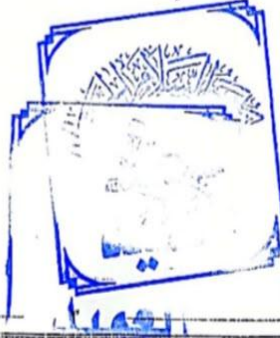
اسم الجامعة: جامعة ইসলাম جامعہ
الكلية/المعهد: كلية العلوم
القسم العلمي: قسم الرياضيات
اسم البرنامج الأكاديمي أو المهني: بكالوريوس في الهندسة الكهربائية
اسم الشهادة النهائية: بكالوريوس في الهندسة الكهربائية
النظام الدراسي: المسوي
تاريخ إعداد الوصف: ٢٠٢٥/٩/١٠
تاريخ ملء الملف:

التوقيع:
اسم معاوني العلمي:
التاريخ: ٢٠٢٥/٩/١٠

التوقيع:
اسم رئيس القسم: أ. ر. خديجة
التاريخ: ٢٠٢٥/٩/١٠

دقق الملف من قبل
شعبة ضمان الجودة والأداء الجامعي
اسم مدير شعبة ضمان الجودة والأداء الجامعي:

التاريخ: ٢٠٢٥/٩/١٠
التوقيع:



الساعات المعتمدة		اسم المنهاج	الوحدات الدراسية	المرحلة الدراسية
عملي	نظري			
4	-	العاب القوى	4	الأولى
4	-	رفع الأثقال (بنين)	2	الأولى
4	-	اللياقة البدنية ()	2	الأولى
2	-	الجودو (بنين)	2	الأولى
	-	الريشة الطائرة (طالبات)		
4	-	العاب القوى	2	الأولى
4	-	رفع الأثقال (بنين)	2	الأولى
	-	اللياقة البدنية ()		الأولى
-	2	التشريح	4	الأولى
-	2	تاريخ التربية	2	الأولى
-	2	الحاسوب	2	الأولى
-	2	اللغة العربية	2	الأولى
-	2	اللغة الإنكليزية	2	الأولى
-	2	التربية الكشفية	2	الأولى
	2	حقوق الانسان والحريات العامة	2	الأولى

المقرر الدراسي لمادة اللياقة البدنية لل – للعام الدراسي (2025 – 2026)					
الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
الأول	2	الاحماء العام	اللياقة البدنية	عملي	اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
الثاني	2	الاحماء العام		عملي	
الثالث	2	الاحماء العام		عملي	
الرابع	2	الاحماء الخاص		عملي	
الخامس	2	عناصر اللياقة البدنية		نظري	
السادس	2	عناصر اللياقة الحركية		عملي	
السابع	2	القدرات البدنية		عملي	
الثامن	2	القدرات الحركية		عملي	
التاسع	2	عناصر اللياقة البدنية		عملي	
العاشر	2	المطاولة		عملي	
الحادي عشر	2	أنواعها		عملي	
الثاني عشر	2	اشكالها		عملي	
الثالث عشر	2	طرق تطويرها		عملي	
الرابع عشر	2	السرعة		عملي	
الخامس عشر	2	أنواعها		عملي	
السادس عشر	2	امتحان الفصل الأول	-	-	

السابع عشر	2	طرق تطويرها	عملي	
الثامن عشر	2	القوة العضلية	عملي	
التاسع عشر	2	انوعها	عملي	
العشرون	2	اشكالها	عملي	
الحادي والعشرون	2	العوامل المؤثرة في انتاج القوة	عملي	
الثاني والعشرون	2	طرق تنمية القوة العضلية (الاساليب)	عملي	
الثالث والعشرون	2	مجالات الشدة التدريبية للقوة	عملي	
الرابع والعشرون	2	طرق التحكم بالوزن	عملي	
الخامس والعشرون	2	طرق تخفيف الوزن	عملي	
السادس والعشرون	2	استخدام حمامات الساونا في تخفيف الوزن	عملي	
السابع والعشرون	2	قياس اللياقة البدنية (الاختبارات)	عملي	
الثامن والعشرون	2	اختبار سارجنة وروجرز	عملي	
التاسع والعشرون	2	اختبار لارسون للقوة العضلية	عملي	
الثلاثون	2	امتحان الفصل الثاني	-	-

المقرر الدراسي لمادة الحاسوب للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	تعريف الحاسوب وأنواع البيانات	الحاسوب	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	المكونات المادية للحاسوب			
3.	2	المكونات المادية للحاسوب			
4.	2	كيف تمثل البيانات داخل الحاسوب			
5.	2	كيفية استخدام نظام الوندوز			
6.	2	كيفية استخدام نظام الوندوز			
7.	2	كيفية استخدام نظام الوندوز			
8.	2	كيفية استخدام برنامج الـ paint			
9.	2	ما هي البرامج الخدمية في الحاسوب			
10.	2	كيفية تنصيب نظام الوندوز			
11.	2	كيفية تنصيب نظام الوندوز			
12.	2	ما هي البرامج الخدمية في الحاسوب			
13.	2	كيفية استخدام برنامج الـ excel			
14.	2	كيفية استخدام برنامج الـ excel			

			إعادة لما تم تعلمه من مواد وبرامج واستخداماتها	2	.15
			امتحان الفصل الأول	2	.16
			كيفية استخدام برنامج الـ word	2	.17
			كيفية استخدام برنامج الـ word	2	.18
			كيفية استخدام برنامج الـ word	2	.19
			كيفية استخدام برنامج الـ word	2	.20
			كيفية استخدام برنامج الـ word	2	.21
			كيفية استخدام برنامج power point	2	.22
			كيفية استخدام برنامج power point	2	.23
			ماهية الانترنت وكيفية استخدامه	2	.24
			كيفية المحادثة والتصفح وإنشاء البريد الإلكتروني	2	.25
			كيفية المحادثة والتصفح وإنشاء البريد الإلكتروني	2	.26
			امتحان الفصل الثاني (عملي)	2	.27
			امتحان الفصل الثاني (نظري)	2	.28
			امتحان نهائي عملي	2	.29
			امتحان نهائي نظري	2	.30

المقرر الدراسي لمادة الديمقراطية - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	المفهوم	الحرية والديمقراطية	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	المميزات			
3.	2	الخصائص			
4.	2	المبادئ			
5.	2	أنواع وإشكال الحريات			
6.	2	أنواع وإشكال الديمقراطية			
7.	2	الحريات الفكرية			
8.	2	الحريات الأساسية			
9.	2	بعض التجارب الديمقراطية			
10.	2	الدستور			
11.	2	سيادة القانون			
12.	2	السلطة التشريعية			
13.	2	مهام السلطة التنفيذية			
14.	2	استقلال القضاء			
15.	2	الانتخابات			

			امتحان الفصل الأول	2	.16
			مفهوم حقوق الإنسان	2	.17
			المميزات والخصائص	2	.18
			التطور التاريخي للحقوق	2	.19
			الاعتراف الدولي بالحقوق	2	.20
			الاعتراف الإقليمي بالحقوق	2	.21
			أشكال الحقوق	2	.22
			ديمقراطية حقوق الإنسان	2	.23
			حقوق الإنسان وسيادة القانون	2	.24
			دور الأمم المتحدة	2	.25
			دور المنظمات الإقليمية	2	.26
			الاتفاقات الخاصة بالحقوق	2	.27
			الضمانات الدستورية	2	.28
			الضمانات القضائية والضمانات السياسية	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	كيفية نشوء الحركة الكشفية	التربية الكشفية	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة فضلاً عن التطبيق العملي	الامتحانات وتقييم مشاركة الطلبة في المهرجانات والمخيمات فضلاً عن الأعمال الريادية المقدمة من قبلهم
2.	2	الحركة الكشفية في العراق			
3.	2	ما هي الحركة الكشفية وأهدافها			
4.	2	مبدأ الحركة الكشفية			
5.	2	مراحل الحركة الكشفية			
6.	2	المثل في الحركة الكشفية			
7.	2	القواعد الأساسية للإعلام			
8.	2	امتحان نظري			
9.	2	ضبط والنظام والتفتيش في المخيمات الكشفية			
10.	2	الفرق الكشفية تكوينها اجتماعاتها			
11.	2	الفنون الكشفية – إشارات الأيدي			
12.	2	أنواع المخيمات الكشفية			
13.	2	الشروط الواجب توفرها			
14.	2	العمل قبل الإقامة وخلالها وبعده			
15.	2	الامتحان النظري والعملي			
16.	2	الحيال – وأنواعها			
17.	2	العقدة الكشفية			

			كيفية عمل سياج	2	.18
			النيران - كيفية	2	.19
			حفل السمر - إعداد فقراته	2	.20
			امتحان نظري	2	.21
			الراسة	2	.22
			الرحلة الخلوية	2	.23
			إقامة مخيم تمهيدي ليوم واحد	2	.24
			البيئة وعلاقتها بالحركة الكشفية	2	.25
			الإسعافات الأولية	2	.26
			كيفية كتابة تقرير عن المخيم	2	.27
			إقامة مخيم كشفي لمدة 3 أيام للطلاب والطالبات	2	.28
			إقامة مخيم كشفي لمدة 3 أيام للطلاب والطالبات	2	.29
			امتحان نظري	2	.30

المقرر الدراسي لمادة الحرية والديمقراطية - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	المفهوم	الحرية والديمقراطية	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	المميزات			
3.	2	الخصائص			
4.	2	المبادئ			
5.	2	أنواع وإشكال الحريات			
6.	2	أنواع وإشكال الديمقراطية			
7.	2	الحريات الفكرية			
8.	2	الحريات الأساسية			
9.	2	بعض التجارب الديمقراطية			
10.	2	الدستور			
11.	2	سيادة القانون			
12.	2	السلطة التشريعية			
13.	2	مهام السلطة التنفيذية			
14.	2	استقلال القضاء			
15.	2	الانتخابات			
16.	2	امتحان الفصل الأول			
17.	2	مفهوم حقوق الإنسان			

			المميزات والخصائص	2	.18
			التطور التاريخي لحقوق	2	.19
			الاعتراف الدولي بالحقوق	2	.20
			الاعتراف الإقليمي بالحقوق	2	.21
			أشكال الحقوق	2	.22
			ديمقراطية حقوق الإنسان	2	.23
			حقوق الإنسان وسيادة القانون	2	.24
			دور الأمم المتحدة	2	.25
			دور المنظمات الإقليمية	2	.26
			الاتفاقات الخاصة بالحقوق	2	.27
			الضمانات الدستورية	2	.28
			الضمانات القضائية والضمانات السياسية	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة اللغة العربية - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	مقدمة عن اللغة العربية	اللغة العربية	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	مقدمة عن اللغة العربية			
3.	2	الكلام وما يتألف منه الاسم والفعل والحرف			
4.	2	الكلام وما يتألف منه الاسم والفعل والحرف			
5.	2	الجمل وانواعها الاسمية والفعلية			
6.	2	الجمل وانواعها الاسمية والفعلية			
7.	2	المبتدا والخبر - كان واخواتها - ان واخواتها			
8.	2	المبتدا والخبر - كان واخواتها - ان واخواتها			
9.	2	المجاز ،تعريفه تطبيقات عنه-شواهد قرآنية وشعرية والفرق بينه والاسلوب العلمي			
10.	2	المجاز ،تعريفه تطبيقات عنه-شواهد قرآنية وشعرية والفرق بينه والاسلوب العلمي			
11.	2	الجاحظ وابن خلدون نبذه عن حياته ومؤلفاته			
12.	2	الجاحظ وابن خلدون نبذه عن حياته ومؤلفاته			
13.	2	حفظ وتفسير عشر ايات من سورة الكهف او سورة يوسف			

			حفظ وتفسير عشر آيات من سورة الكهف أو سورة يوسف	2	.14
			العدد انواع الهمزة - علامات الترقيم - المفاعيل -المفعول به- المفعول فيه -المفعول المطلق	2	.15
			امتحان الفصل الأول	2	.16
			العدد انواع الهمزة - علامات الترقيم - المفاعيل -المفعول به- المفعول فيه -المفعول المطلق	2	.17
			الالف اللينة - الالف المقصورة -الالف الممدودة - التاء القصيرة -التاء الطويلة	2	.18
			الالف اللينة - الالف المقصورة -الالف الممدودة - التاء القصيرة -التاء الطويلة	2	.19
			الشعر القديم - مطالع - المعلقات - حفظ وتحليل عشرة من معلق واحدة	2	.20
			الشعر القديم - مطالع - المعلقات - حفظ وتحليل عشرة من معلق واحدة	2	.21
			الشعر الحديث - نص للسياب أو احمد شوقي	2	.22
			الشعر الحديث - نص للسياب أو احمد شوقي	2	.23
			الحال والتميز	2	.24
			الحال والتميز	2	.25
			انواع النثر - القصة - الرواية - المقالة - التصريف به - الفرق بينهم وبين الاسلوب العلمي	2	.26
			انواع النثر - القصة - الرواية - المقالة - التصريف به - الفرق بينهم وبين الاسلوب العلمي	2	.27

			انواع النثر - القصة - الرواية - المقالة - التصريف به - الفرق بينهم وبين الاسلوب العلمي	2	.28
			انواع النثر - القصة - الرواية - المقالة - التصريف به - الفرق بينهم وبين الاسلوب العلمي	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة تاريخ التربية الرياضية - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	أهمية درس التربية الرياضية	تأريخ التربية	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	التربية البدنية في المجتمع البدائي			
3.	2	التربية البدنية في حضارة العراق			
4.	2	التربية البدنية في الصين والمصر			
5.	2	التربية البدنية عند الاغريق			
6.	2	التربية البدنية عند العصر الهومييري			
7.	2	التربية البدنية في سبارطة			
8.	2	التربية الاثينية والتربية البدنية			
9.	2	التربية في العصر الاثيني الاول			
10.	2	التربية في العصر الاثيني الثاني			
11.	2	الألعاب القومية الهيلينية			
12.	2	مهرجان ارولمبيا			
13.	2	اهم النتائج في الالعاب الاولمبية			
14.	2	الليشروط المتبعة في المشاركة			
15.	2	مدرسة البالستر والجمنازيوم			

			امتحان الفصل الاول	2	.16
			التربية البدنية في العصر الروماني القديم	2	.17
			التربية البدنية في العصر الروماني الحديث	2	.18
			التربية البدنية في العصر المسيحي الاول	2	.19
			التربية البدنية في عصر النهضة	2	.20
			النظرية واراؤ الفلسفة	2	.21
			التربية البدنية في الاقطار الاوربية	2	.22
			التربية البدنية في المانيا	2	.23
			التربية البدنية في الدنمارك	2	.24
			التربية البدنية في السويد	2	.25
			التربية البدنية في بريطانيا	2	.26
			الحركة الاولمبية الحديثة	2	.27
			التربية البدنية في العصر الحديث	2	.28
			التربية البدنية في العصر الحديث	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة التشريح - للعام الدراسي (2025 - 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	التعرف على الطلبة وتعريفهم بمدرس وطريقة التدريس والامتحانات وتقسيم الدرجات وعرض شفهي للمقرر الدراسي المخطط انجازه	علم التشريح الرياضي	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة والمجسمات	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	مقدمة عن علم التشريح وأهميته			
3.	2	المستويات والمصطلحات التشريحية			
4.	2	أنواع الأنسجة في الجسم البشري			
5.	2	الغضاريف وأنواعها			
6.	2	أنواع العظام وأشكالها وفوائدها			
7.	2	جهاز هافرسن وعمليات التعظم			
8.	2	الهيكل المحوري-الجمجمة			
9.	2	الهيكل المحوري-العمود الفقري			
10.	2	الهيكل المحوري-العمود الفقري			
11.	2	الهيكل المحوري-العمود الفقري			
12.	2	الهيكل المحوري-القفس الصدري			
13.	2	الهيكل المحوري-القفس الصدري			
14.	2	الهيكل المحوري-القفس الصدري			
15.	2	امتحان الفصل الأول			

			الطرف العلوي - حزام الكتف	2	.16
			الطرف العلوي - عظم العضد ومفصل المرفق	2	.17
			الطرف العلوي - هيكل الساعد ومفصل الرسغ	2	.18
			الطرف العلوي - هيكل اليد	2	.19
			الطرف السفلي - حزام الحوض	2	.20
			الطرف السفلي - عظم الفخذ ومفصل الركبة	2	.21
			الطرف السفلي - هيكل الساق ومفصل الكاحل	2	.22
			الطرف السفلي - هيكل القدم	2	.23
			أقواس القدم الطبيعية	2	.24
			تسطح القدم وأنواعه	2	.25
			الهيكل العضلي-عضلات الرقبة والجزع	2	.26
			الهيكل العضلي-عضلات الطرف العلوي	2	.27
			الهيكل العضلي-عضلات الطرف السفلي	2	.28
			المفاصل وأنواعها	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة كرة القدم / بنين / المرحلة الأولى - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	4	تعريفية / شرح الإحماء	كرة القدم / المرحلة الأولى	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	4	تاريخ اللعبة / الدرجة			
3.	4	مكونات اللعبة والعلاقة بينهما / الدرجة			
4.	4	المادة (1)(2) من قانون اللعبة / المناولة			
5.	4	المادة (3)(4) من قانون اللعبة / المناولة والدرجة والربط بينهما (تمارين)			
6.	4	المادة (5)(6) من قانون اللعبة / تمارين ربط ونطح الكرة بالرأس			
7.	4	امتحان لعب ومهارة			
8.	4	المادة (7) من قانون اللعبة / السيطرة بالكرة			
9.	4	المادة (8) من قانون اللعبة / السيطرة بالكرة			
10.	4	المادة (9)(10) من قانون اللعبة / التهديف			
11.	4	المادة (11) من قانون اللعبة / التهديف			

			المادة (12) من قانون اللعبة / تمارين ربط المهارات السابقة	4	.12
			المادة (12) من قانون اللعبة / واجب طلاب	4	.13
			المادة (13) من قانون اللعبة / واجب طلاب	4	.14
			امتحان الفصل الأول	4	.15
			الصفات البدنية / تمارين ربط المهارات السابقة	4	.16
			المطاولة وأنواعها، مادة (14) / الخداع والمراوغة	4	.17
			القوة وأنواعها، مادة (15) / مهارات حراس المرمى	4	.18
			السرعة وأنواعها، مادة (16) / مهارات حراس المرمى	4	.19
			المرونة والرشاقة / تمارين مختلفة لما سبق	4	.20
			المادة (17) / تحكيم عملي، واجب طلاب	4	.21
			تمارين ربط المهارات، تحكيم عملي، واجب طلاب	4	.22
			تمارين ربط المهارات، تحكيم عملي، واجب طلاب	4	.23
			لعب طلاب وتحكيم	4	.24

			لعب طلاب وتحكيم	4	.25
			تحكيم ولعب	4	.26
			تحكيم ولعب	4	.27
			امتحان الفصل الثاني عملي + نظري	4	.28
			امتحان نهاية السنة نظري	4	.29
			امتحان نهاية السنة عملي	4	.30

الساعات المعتمدة		اسم المنهاج	الوحدات	المرحلة الدراسية
عملي	نظري			
4	-	السباحة	2	الثانية
2	-	الملاكمة (بنين) الجمناستك الإيقاعي ()	2	الثانية
2	-			
2	-	العاب القوى	4	الثانية
2	-	جمناستك اجهزة	2	الثانية
2	-	كرة اليد	2	الثانية
2	-	كرة السلة	2	الثانية
2	-	الكرة الطائرة	2	الثانية
-	2	جرائم حزب البعث	2	الثانية
-	2	الحاسوب	2	الثانية
-	2	الإحصاء	4	الثانية
-	2	الاختبار والقياس	4	الثانية
-	2	علم التدريب	4	الثانية
-	2	البايوميكانيك	4	الثانية
-	2	اللغة الانكليزية	4	الثانية

المقرر الدراسي لمادة الإحصاء - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	الإحصاء وأهميته بالتربية الرياضية طرق جمع البيانات (المجتمع - العينة)	الإحصاء	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية
2.	2	طرق جمع البيانات (القياس والاختبارات - الاستبيان -)			
3.	2	تصنيف البيانات شروط (أنواع)			
4.	2	أنواع الجداول (المرتبة- المركبة- المزدوجة - التكرارية)			
5.	2	الجداول التكرارية ذو الفئات ، مركز الفئة			
6.	2	التكرار المجتمع الصاعد - النازل			
7.	2	الأشكال البيانية للبيانات الغير مبوبة (الأعمدة -الدائرة)			
8.	2	الأشكال البيانية للبيانات المبوبة (المدرج)			
9.	2	المنحنى التكراري ،منحنى التكرار			
10.	2	مقاييس النزعة المركزية في البيانات الغير المبوبة (الوسط الحسابي - الوسيط - المنوال)			

			مقاييس النزعة المركزية في البيانات المبوبة (الوسط الحسابي - الوسيط - المنوال)	2	.11
			مقاييس النزعة المركزية في البيانات المبوبة (الوسط الحسابي - الوسيط - المنوال)	2	.12
			مقاييس التشتت في البيانات غير المبوبة (المدى - الانحراف - المتوسط)	2	.13
			مقاييس التشتت في البيانات غير المبوبة (التباين - الانحراف المعياري عن طريق التباين)	2	.14
			امتحان الفصل الأول	2	.15
			مقاييس التشتت في البيانات الغير المبوبة (الانحراف المعياري عن طريق المعادلة)	2	.16
			مقاييس التشتت في البيانات المبوبة (الانحراف المعياري عن طريق المعادلة)	2	.17
			معامل الاختلاف - معامل الالتواء	2	.18
			الدرجة المعيارية (الذاتية - الثابتة)	2	.19
			الارتباط البسيط (بيرسون)	2	.20
			ارتباط الرتب (سبير مان)	2	.21
			اختبار (T) كدلالة الفروق بين عينة ومجتمع	2	.22

			اختبار (T) كدالة الفروق بين عينتين مرتبطتين (غير مستقلة)	2	.23
			اختبار (T) كدالة الفروق بين عينتين مستقلتين متساوية	2	.24
			اختبار (T) كدالة الفروق بين عينتين مستقلتين غير متساوية	2	.25
			كاي سكوير لعينة واحدة (حسن المطابقة)	2	.26
			مدخل لتحليل التباين الأحادي (F)	2	.27
			مدخل لاختبار أقل فرق معنوي G. S. D	2	.28
			مراجعة عامة	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقر الدراسي لمادة الاختبارات - للعام الدراسي (2025 - 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	نبذة تاريخية عن الاختبار والقياس	الإحصاء	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	القياس			
3.	2	القياسات الجسمية			
4.	2	الاختبار			
5.	2	نماذج لاختبارات بدنية			
6.	2	التقويم			
7.	2	واجبات الاختبارات في مجال رياض الأطفال			
8.	2	واجبات الاختبارات في مجال المدرسة			
9.	2	واجبات الاختبارات في مجال الجامعة			
10.	2	واجبات الاختبارات في مجال المستويات العليا			
11.	2	واجبات الاختبارات في مجال المعوقين			
12.	2	مراحل ادارة وتنظيم الاختبارات (مرحلة ما قبل التطبيق)			
13.	2	مراحل ادارة وتنظيم الاختبارات مرحلة التطبيق / ما بعد التطبيق			

			خطوات وضع (تصميم) بطارية الاختبار	2	.14
			امتحان الفصل الأول	2	.15
			نماذج لبطارية اختبار بدنية - مهارية	2	.16
			الاعتبارات الواجب مراعاتها عند تصميم بطارية الاختبار	2	.17
			الاسس العلمية للاختبار (الصدمة)	2	.18
			الاسس العلمية للاختبار (الثبات)	2	.19
			الاسس العلمية للاختبار (الموضوعية)	2	.20
			كيفية تحقيق الاسس العلمية احصائيا	2	.21
			المعايير والمستويات	2	.22
			امتحان الفصل الثاني	2	.23
			التصنيف في التربية الرياضية	2	.24
			الانتقاء في التربية الرياضية	2	.25
			نماذج لاختبارات مهارية (الألعاب فردية)	2	.26
			نماذج لاختبارات مهارية (الألعاب جماعية)	2	.27
			نماذج لاختبارات وظيفية (فسلجة)	2	.28
			نماذج لاختبارات نفسية ومعرفية	2	.29
			مراجعة عامة	2	.30

المقرر الدراسي لمادة البايوميكانيك - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	التعريف بعلم البايوميكانيك	البايوميكانيك	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	العمل العضلي			
3.	2	الخصائص المميزة للعضلات			
4.	2	العتلات والروافع			
5.	2	الكيناتيک المستقيم			
6.	2	المقذوفات			
7.	2	الكينماتك الزاوي			
8.	2	السرعة والسرعة الزاوية			
9.	2	التعجيل الزاوي			
10.	2	الكينيتك المستقيم			
11.	2	امتحان الفصل الأول			
12.	2	قوانين نيوتن			
13.	2	قوانين الحركة			
14.	2	التعجيل			

			امتحان الفصل الأول	2	.15
			الفعل ورد الفعل	2	.16
			الوزن \ الكتلة	2	.17
			الدفع وكمية الحركة	2	.18
			الاحتكاك	2	.19
			الشغل \ القدرة \ الطاقة	2	.20
			التصادم	2	.21
			الضغط	2	.22
			الاتزان \ مركز الثقل	2	.23
			عزم القصور الذاتي	2	.24
			الزخم الزاوي	2	.25
			الطاقة الحركية الزاوية	2	.26
			التحليل البايوميكانيكي	2	.27
			التحليل البايوميكانيكي	2	.28
			التحليل البايوميكانيكي	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة الحاسوب - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	تعريف الحاسوب وأنواع البيانات	الحاسوب	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	المكونات المادية للحاسوب			
3.	2	المكونات المادية للحاسوب			
4.	2	كيف تمثل البيانات داخل الحاسوب			
5.	2	كيفية استخدام نظام الوندوز			
6.	2	كيفية استخدام نظام الوندوز			
7.	2	كيفية استخدام نظام الوندوز			
8.	2	كيفية استخدام برنامج الـ paint			
9.	2	ما هي البرامج الخدمية في الحاسوب			
10.	2	كيفية تنصيب نظام الوندوز			
11.	2	كيفية تنصيب نظام الوندوز			
12.	2	ما هي البرامج الخدمية في الحاسوب			

			كيفية استخدام برنامج ال excel	2	.13
			كيفية استخدام برنامج ال excel	2	.14
			إعادة لما تم تعلمه من مواد وبرامج واستخداماتها	2	.15
			امتحان الفصل الأول	2	.16
			كيفية استخدام برنامج ال word	2	.17
			كيفية استخدام برنامج ال word	2	.18
			كيفية استخدام برنامج ال word	2	.19
			كيفية استخدام برنامج ال word	2	.20
			كيفية استخدام برنامج ال word	2	.21
			كيفية استخدام برنامج power point	2	.22
			كيفية استخدام برنامج power point	2	.23
			ماهية الانترنت وكيفية استخدامه	2	.24
			كيفية المحادثة والتصفح وإنشاء البريد الالكتروني	2	.25
			كيفية المحادثة والتصفح وإنشاء البريد الالكتروني	2	.26
			امتحان الفصل الثاني (عملي)	2	.27
			امتحان الفصل الثاني (نظري)	2	.28
			امتحان نهائي عملي	2	.29
			امتحان نهائي نظري	2	.30

المقرر الدراسي لمادة الملاكمة - للعام الدراسي (2025 - 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	نظرة تاريخية للملاكمة اعداد بدني عام - تمرينات خاصة	الملاكمة	الطريقة الجزئية والكلية	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	مكونات الملاكمة ومتطلباتها تعليم وضع القبضة - وقفة الاستعداد			
3.	2	العضوية والاهلية / اهلية الملاكمين والنواحي الطبية نظام التسجيل مراجعة وقفة الاستعداد - تعليم الخطوات			
4.	2	القرارات / الاعتراضات / الاخطاء اللكمة المستقيمة اليسارية من الثبات ومن الحركة			
5.	2	الضربات تحت الحزام / التنبيه والاندازات والعدم الاهلية / الكبو الاساليب الدفاعية - الحذف - الصد - الميلان			
6.	2	الحكام و القضاة / ادارة الحكام والقضاة / الميفاتي ومشغل الجرس المذيع الرسمي / المدربون والمساعدون الاساليب الدفاعية للمستقيمة اليسارية - ثبات حركة			
7.	2	الحلبة/ معدات الحلبة / واقي الاسنان / واقي المثانة			

			اللكمة اليمينية من الثبات ومن الحركة ربطها مع حركة الساقين		
			الاعداد النفسي في الملاكمة البعيد الامد القصير الامد / حمى البداية / عدم المبالاة / حالة الاستعداد	2	.8
			الاساليب الدفاعية بالحذف والصد والدفع والميل والزوغان باللكمة اليمينية لليمين	2	.9
			امتحان نظري	2	.10
			تصنيف الملاكمين اهلية الملاكمية / الفحص الطبي عملية الوزن ابديل اللاعبين في عملية الوزن العام واجبات القاضي / اساليب منح النقاط	2	.11
			القرعة الرسمية / زمن الجولات وعددها / الاعتراضات واجبات الحكم / ادارة النزالات	2	.12
			منافسات الاتحاد الدولي للملاكمة للهواة المفتوحة المعتمدة. قاعة المنافسة ومتطلبات الاداريين منطقة اللعبة	2	.13
			تطبيق تسجيل النقاط ودارة النزالات	2	.14
			امتحان عملي ونظري	2	.15
			نظرة تاريخية للملاكمة اعداد بدني عام - تمرينات خاصة	2	.16
			المشرف العام و نواب المشرف العام الخطف اليسار من الثبات والحركة	2	.17
			الاداريون الفنيون الدوليين و مقيم اداء القضاة والحكام / اللجنة الطبية / مدير المنافسة	2	.18
			الخطف اليسار من الحركة	2	.19
			القواعد الخاصة بالحكام والقضاة/ ادارة حكام وقضاة الاتحاد الدولي للملاكمة للهواة	2	.20
			دفاعات الخطف اليسار	2	.21

			القفازات/ واقبات الراس/ رباط اليد (البانديج). ملابس المنافسة والواقبات	2	.22
			الخطف اليمين من الحركة	2	.23
			طويل/ ضد لاعب اعسر/ ضد لاعب سريع/ ضد لاعب راقص/ ضد لاعب مقاتل	2	.24
			دفاعات الخطف اليسار	2	.25
			تطبيق لعب على الاجهزة / كيس / وسادات حائط / دروع اليد	2	.26
			امتحان نظري	2	.27
			مصطلحات الفئات الوزنية ومدى الاوزان / تصريح عدم الحمل	2	.28
			تطبيقات ادارة البطولات الوزن والقرعة وتوزيع الحكام والقضاة	2	.29
			الامتحان النهائي	2	.30

المقرر الدراسي لمادة علم التدريب - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	تقديم المادة ومفرداتها والكتاب المنهجي ومتطلبات الدرس	علم التدريب الرياضي	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية
2.	2	التدريب الرياضي - مفهومه - تعريفه - وظائفه			
3.	2	أهداف التدريب الرياضي			
4.	2	مميزات التدريب الرياضي			
5.	2	حمل التدريب - تعريفه - أنواعه			
6.	2	الحمل الخارجي			
7.	2	الحمل الخارجي - الشدة - الراحة			
8.	2	امتحان - مناقشة			
9.	2	قواعد التدريب الرياضي - قاعة الإعداد البدني والانتظام			
10.	2	قاعة الاستمرارية - قاعة التنويع والتغيير			
11.	2	قاعدة الوضوح - التدرج			
12.	2	التكرار والإعادة - التدريب المستقل والجماعي			
13.	2	مراحل التدريب الرياضي			

			تخطيط الدوائر التدريبية	2	.14
			مراحل الخطة السنوية امرحلة الإعداد _مرحلة الإعداد العام	2	.15
			امتحان الفصل الأول	2	.16
			مرحلة الخطة السنوية امرحلة الإعداد_مرحلة الإعداد الخاص	2	.17
			مراحل الخطة السنوية	2	.18
			الصفات البدنية	2	.19
			مراحل الخطة السنوية	2	.20
			الصفات البدنية	2	.21
			طرق تطوير المرونة	2	.22
			السرعة وأنواعها	2	.23
			طرق تطوير السرعة	2	.24
			المطاولة وأنواعها	2	.25
			امتحان	2	.26
			رياضة الأرقام القياسية	2	.27
			السلوك النفسي للرياضي	2	.28
			الاختبار في التدريب الرياضي - اختبار الرياضيين في الأندية والمنتخبات	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة الجمناستك الفني - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	4 ساعات	التعرف على لعبة الجمناستك وأجهزته والاختلافات بين جمناستك الرجال والنساء	الجمناستك الفني للرجال / المرحلة الثانية	المحاضرة	عملي ونظري
2	4 ساعات	التعرف على انواع البطولات والمبادئ الفنية للمهارات المنهجية		المحاضرة	عملي ونظري
3	4 ساعات	تعلم مهارة الدرجة الامامية		الأمري	عملي ونظري
4	4 ساعات	تعلم مهارة الدرجة الخلفية		الامري	عملي ونظري
5	4 ساعات	تعلم مهارة الدرجة الأمامية فتحاً		الأمري	عملي ونظري
6	4 ساعات	تعلم مهارة الوقوف على الرأس		التبادلي	عملي ونظري
7	4 ساعات	تعلم مهارة الوقوف على اليدين		التبادلي	عملي ونظري
8	4 ساعات	تعلم مهارة الميزان الأمامي		الاكتشاف	عملي ونظري
9	4 ساعات	تعلم مهارة العجلة البشرية		متنوعة	عملي ونظري
10	4 ساعات	تعلم الركضة التقريبية		الاكتشاف	عملي ونظري
11	4 ساعات	تعلم النهوض على القفاز		متنوعة	عملي ونظري
12	4 ساعات	تعلم مهارة القفز فتحاً		متنوعة	عملي ونظري
13	4 ساعات	تعلم مهارة القفز ضمّاً		متنوعة	عملي ونظري
14	4 ساعات	تعلم مهارة المرجحة البدولية والهبوط من المرجحة الخلفية		متنوعة	عملي ونظري
15	4 ساعات	تعلم مهارة التعلق وأنواعه		متنوعة	عملي ونظري
16	4 ساعات	امتحان الفصل الأول		متنوعة	عملي ونظري
17	4 ساعات	تعلم الارتكاز والاحساس بالجهاز		متنوعة	عملي ونظري
18	4 ساعات	تعلم مهارة البداية (الصعود على الجهاز)		متنوعة	عملي ونظري
19	4 ساعات	تعلم مهارة النهاية (الهبوط من الجهاز)		متنوعة	عملي ونظري
20	4 ساعات	تعلم مهارة المرجحة الجانبية		متنوعة	عملي ونظري
21	4 ساعات	تعلم مهارة المرجحة المقصية		متنوعة	عملي ونظري
22	4 ساعات	الاحساس بالجهاز وتعلم الارتكاز عليه		متنوعة	عملي ونظري
23	4 ساعات	تعلم مهارة المرجحة من الارتكاز على اليدين		متنوعة	عملي ونظري

24	4 ساعات	تعلم مهارة الوقوف على الاكتاف للدرجة فتحاً		متنوعة	عملي ونظري
25	4 ساعات	تعلم مهارة الهبوط للجانب مع نصف لفة		متنوعة	عملي ونظري
26	4 ساعات	تعلم التعلق على جهاز العقلة والاحساس به		متنوعة	عملي ونظري
27	4 ساعات	تعلم مهارة المرجحة على جهاز العقلة		متنوعة	عملي ونظري
28	4 ساعات	تعلم مهارة الطلوع الخلفي		متنوعة	عملي ونظري
29	4 ساعات	تعلم مهارة الدائرة الخلفية الصغرى		متنوعة	عملي ونظري
30		امتحان الفصل الثاني			

المقرر الدراسي لمادة السباحة - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.		تاريخ السباحة وكيفية تطورها	السباحة	الطريقة الجزئية	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية
2.		أهمية وفوائد السباحة		الطريقة الجزئية	
3.		(مواصفات حوض السباحة الاولمبي التصميم والقياسات)		الطريقة المختلطة	
4.		انواع السباقات في السباحة		الطريقة الكلية	
5.		العوامل المؤثرة في عملية تعليم السباحة		الطريقة الجزئية	
6.		الخطوات والمراحل الاساسية لتعليم السباحة للمبتدئين		الطريقة الجزئية	
7.		المرحلة التعليمية الأولى		الطريقة المختلطة	
8.		كيفية التكيف مع المحيط الجديد وزيادة الثقة بالنفس عند المتعلمين		الطريقة الكلية	
9.		كيفية تنظيم التنفس بين الشهيق والزفير		الطريقة الجزئية	
10.		قوانين وانواع الطفو والانسياب		الطريقة الجزئية	
11.		شرح الاداء الحركي للسباحة الحرة		الطريقة المختلطة	
12.		شرح الاداء الحركي للسباحة الظهر		الطريقة الكلية	
13.		شرح الاداء الحركي للسباحة الصدر		الطريقة الجزئية	
14.		شرح الاداء الحركي للسباحة الفراشة		الطريقة الجزئية	

15.	البدء (start) في السباحة الحرة وسباحة الظهر	الطريقة المختلطة	
	امتحان الفصل الأول	-	
17.	البدء (start) في سباحة الصدر	الطريقة الجزئية	
18.	البدء (start) في سباحة الفراشة	الطريقة الجزئية	
19.	الدوران (turns) في السباحة الحرة	الطريقة المختلطة	
20.	الدوران (turns) في سباحة الظهر	الطريقة الكلية	
21.	الدوران (turns) في سباحة الصدر	الطريقة الجزئية	
22.	الدوران (turns) في سباحة الفراشة	الطريقة الجزئية	
23.	قانون رياضة السباحة	الطريقة المختلطة	
24.	النواحي القانونية في السباحة الحرة	الطريقة الكلية	
25.	النواحي القانونية في سباحة الظهر	الطريقة الجزئية	
26.	النواحي القانونية في سباحة الصدر	الطريقة الجزئية	
27.	النواحي القانونية في سباحة الفراشة	الطريقة المختلطة	
28.	الطاقم التحكيمي (عدد الحكام ، واجباتهم ،اماكن وجودهم اثناء السباقات)	الطريقة الكلية	
29.	الغرق / اسبابه / حالاته / مراحل الغرق	الطريقة الجزئية	
30.	امتحان الفصل الثاني	-	

المقرر الدراسي لمادة ألعاب القوى - للعام الدراسي (2025 - 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	4	التعرف على الطلاب وتعرفه بمفردات منهاج ألعاب القوى اليه الامتحانات تعليم فعالية ركض 110 متر حواجز (لمدة خمس أسابيع) تمارينات التمطية والمرونة والتعرف على الحواجز واجتياز العصي	ألعاب القوى / المرحلة الثانية	شرح المحاضرات العملية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والحديثة والأدوات المساعدة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية امتحان التحكيم
2	4	تمارين الجري لاجتياز حواجز أبلاستيكية منخفضة ثم الاجتياز بإيقاع منتظم تمارين اجتياز الرجل القائدة والرجل الناهضة من جانب الحاجز المنخفض الارتفاع			
3	4	وضع ادوات مساعدة بجانب الحجز مع تكرار نفس الدرس السابق اجتياز الحجز المنخفض من الوسط مع تعلم على كيفية حركة الذراعين والرأس			
4	4	الزيادة التدريجية للمسافة بين الحواجز للوصول الى القانونية لتعلم ايقاع الثلاث خطوات البدء من الجلوس والركض الى الحاجز الاول ثم الثالث ثم الخامس			
5	4	درس نظري للتعرف على المراحل الفنية لركض الحواجز وكيفية تعليمها ونصوصها القانونية الامتحان النظري والعملية لفعالية 110 متر حواجز للطلاب و100 متر حواجز للطالبات			
6	4	تعلم فعالية رمي القرص (لمدة خمس أسابيع) تعلم مسك القرص واداء تمارينات الحساس والحركة به تعلم كيفية اخراج القرص من اليد والرمي المواجهة			
7	4	تعلم كيفية المرجحة بالقرص من وضع الثبات تعلم كيفية الدوران بكامل مرحلة بدون قرص ومن ثم مع القرص			
8	4	ربط الدوران مع المرجحة بالقرص مع الزيادة التدريجية في سرعة الدوران تعلم الرمي من الثبات ومن الوضع الجانبي			

			ربط الاداء الحركي الكامل لرمي القرص تكرار نفس الدرس السابق مع سرعة في الدوران والرمي	4	9
			درس نظري على المراحل الفنية لفعالية رمي القرص وكيفية تعليمها وتحكيمها لامتحان العملي والنظري لفعالية رمي القرص	4	10
			تعليم فعالية القفز بالعصا (الزانة) (لمدة ست أسابيع) التعرف على عصا الفعالية وكيفية مسكها والجري بها تعلم الجري وكيفية غرز العصا في الصندوق	4	11
			تعلم غرز العصا في جفرة الوثب واداء تمرين ركوب العصا تعلم غرز العصا والنهوض بها مع كيفية التعلق	4	12
			تعلم التعلق بالعصا وكيفية طويها والدوران بها والصعود العكسي تكرار نفس الدرس السابق مع الهبوط على البساط	4	13
			الذهاب الى القاعة الجمناستك لتعلم الصعود العكس على الحبال والوقوف على جهاز الحلق تلم الصعود للأعلى على العصا والقفز بمساعدة الزميل	4	14
			اجتياز عارضة منخفضة من سبع خطوات اقتراب اداء القفز بالعصا من اقتراب كامل مع مساعدة الزميل في العصا	4	15
			درس نظري للتعلم على المراحل الفنية للقفز بالعصا وكيفية تعليمها والية تحكيمها الامتحان النظري و العملي لفعالية القفز بالعصا	4	16
			- تعليم فعالية الوثبة الثلاثية (لمدة اربع أسابيع) تعلم ماهية الحجلة وكيفية ادائها ثم ربطها بالخطوة على الحشيش. اداء حجلة والخطوة من اقتراب خمس خطوات على التارتان.	4	17
			تلم الاقتراب من 13-15 خطوة مع ضبط ايقاع الرجل الناهضة. نفس التمرين السابق مع وضع اشارات على الارض لزيادة طول الحجلة والخطوة.	4	18
			تعلم الوثبة وادائها الحركي في الهواء والهبوط مع استخدام القفاز. ربط الاداء الحركي الكامل للوثبة الثلاثية.	4	19
			درس نظري للتعرف على المراحل الفنية للوثبة الثلاثية وكيفية تعليمها والية تحكيمها. امتحان نظري وعملي في فعالية الوثبة الثلاثية.	4	20
			تعليم فعالية رمي المطرقة (لمدة اربع أسابيع)	4	21

			تعلم مسك قبضة المطرقة وتدويرها التي تكون اقل وزننا"		
			تعلم وقفة الاستعداد والتدوير باستخدام عصي		
			تعلم الوقفة الاستعداد وتدوير المطرقة	4	22
			تعلم كيفية الدوران لدورة واحدة ودورتين بدون مطرقة ومن ثم بالمطرقة		
			تعلم كيفية تدوير المطرقة والدوران لدورتين مع مطرقة	4	23
			تعلم رمي بالمطرقة من والوضع الجانبي مع التأكيد على زاوية ومكان رمي المطرقة		
			ربط الداء الحركي الكامل لرمي المطرقة	4	24
			تكرار نفس الدرس السابق مع سرعة في الدوران والرمي		
			درس نظري للتعرف على المراحل الفنية لفعالية رمي المطرقة وكيفية تعليمها والية تحكيم الامتحان النظري والعملية لفعالية رمي المطرقة	4	25
			تعليم فعالية التتابع 4*400متر (لمدة أسبوعان ونصف)		
			التعرف على ماهية التتابع ومكان الصندوق والجري داخل المستقيم مع عمل ثنائي لاداء التتابع	4	26
			تلم استلام وتسليم العصاء داخل الصندوق مع ضبط العلامات مع الزميل		
			الجري من 40-50 متر بسرعة عالية واجراء تبادل العصا داخل الصندوق	4	27
			تطبيق التتابع القانوني بعد تقسيم الطلاب الى مجاميع متكافئة ومن ثم شرح انواع استلام وتسليم العصا وحالاتها التحكيمية		
			امتحان عملي للتتابع 4*100 متر	4	28
			تعليم فعالية ركض الموانع (لمدة أسبوعان ونصف)		
			التعرف على الموانع وطرق اجتيازها ثم تطبيقها		
			التدريب على اجتياز الموانع مع المانع المائي	4	29
			التدريب على ركض الموانع المنخفضة من خلال دوره واحدة ثم ثلاث دورات		
			التدريب على ركض الموانع القانونية من خلال ثلاث دورات ثم خمس ، مع شرح مراحل الموانع الية تعليمها وتحكيمها	4	30

المقرر الدراسي لمادة الكرة الطائرة - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	4	مميزات لعبة الكرة الطائرة / شرح المهارات الأساسية شرح وعرض خطوات تنفيذ مهارة التمير من الأعلى	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الاختبارات النظرية والعملية
2	4	- نشوء لعبة الكرة الطائرة وتاريخها في العراق تدريبات لمهارة التمير من الأعلى	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الاختبارات النظرية والعملية
3	4	- شرح وعرض خطوات تنفيذ مهارة التمير من الأسفل	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الاختبارات النظرية والعملية
4	4	تدريبات لمهارة التمير من الأسفل	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الاختبارات النظرية والعملية
5	4	تدريبات ربط بين مهارتي التمير من الأعلى والأسفل	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الاختبارات النظرية والعملية
6	4	تدريبات ربط بين مهارتي التمير من الأعلى والأسفل	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الاختبارات النظرية والعملية
7	4	شرح وعرض خطوات تنفيذ مهارة الإرسال من الأسفل	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الاختبارات النظرية والعملية
8	4	تدريبات لمهارة الإرسال من الأسفل وربطها مع مهارتي التمير من الأسفل والأعلى	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الاختبارات النظرية والعملية
9	4	شرح وعرض خطوات تنفيذ مهارة الإرسال من الأعلى(التس)	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الاختبارات النظرية والعملية

الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات لمهارة الإرسال من الأعلى وربطها مع مهارتي التمرير من الأسفل والأعلى	4	10
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات للمهارات الأساسية(الإرسال_التمرير)	4	11
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	شرح طريقة لعب الكرة الطائرة	4	12
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات للمهارات الأساسية(الإرسال_التمرير) شرح طريقة لعب الكرة الطائرة	4	13
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	الامتحان النظري	4	14
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	الامتحان العملي	4	15
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	أعادة سريعة لمفردات الفصل الأول الفرق بين المهارات الفنية والأساسية	4	16
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	شرح وعرض خطوات تنفيذ مهارة الضرب الساحق	4	17
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات على مهارة الضرب الساحق	4	18
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	شرح وعرض خطوات تنفيذ مهارة حائط الصد	4	19
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات على مهارة حائط الصد	4	20

الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	شرح وعرض خطوات تنفيذ مهارة الدفاع عن الملعب	4	21
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات على مهارة الدفاع عن الملعب	4	22
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات مركبة بين المهارات الأساسية والفنية	4	23
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات مركبة بين المهارات الأساسية والفنية	4	24
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي + لعب	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات مهارية مع لعب فريقين بصورة مبسطة	4	25
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي + لعب	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات مهارية مع لعب فريقين بصورة مبسطة	4	26
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي + لعب	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات مهارية مع لعب فريقين بصورة مبسطة	4	27
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي + لعب	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	تدريبات مهارية مع لعب فريقين بصورة مبسطة	4	28
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	الامتحان النظري	4	29
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثانية	الامتحان العملي	4	30

المقرر الدراسي لمادة كرة اليد - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	2	الفصل الأول: شرح تاريخ اللعبة في العالم والدول العربية شرح بعض المهارات الحركية الهجومية بكرة اليد	كرة اليد / المرحلة الثانية	الكلية – التجزئة – المتغيرة – المتوزع – المكثف - الذهني .	تقويم يومي
2	2	شرح مادة 1 و 2 من القانون شرح وتطبيق موضوع إيقاف الكرة والتقاطها من الأرض			
3	2	شرح وتطبيق لمهارات المناولة السوطية من فوق الراس برجل الارتكاز			
4	2	شرح وتطبيق لمهارة المناولة السوطية من مستوى الرأس والحوض والركبة			
5	2	شرح وتطبيق مناولة الدفع للجانب			
6	2	شرح المادة 3 ومادة 4 و 5 من القانون			
7	2	شرح ومناقشة المواد السابقة من القانون شرح وتطبيق المناولات الرسغية ومن خلف الرأس، وخلف الظهر			
8	2	شرح وعمل أسئلة وأجوبة حول المادة 3 و 4 من القانون الدولي. شرح وتطبيق المناولات السوطية من فوق الرأس بالقفز			
9	2	شرح التصويبة السوطية من مستوى الحوض والركبة			
10	2	شرح مهارات التصويب من القفز أماما شرح تطبيق التمرينات المركبة للمهارات الأساسية			
11	2	شرح مهارة التصويب من القفز عاليا			

			شرح تطبيق التمرينات المركبة		
			شرح ومناقشة جميع المواد النظرية شرح وإعادة لجميع المهارات السابقة.	2	12
			شرح مفردات الامتحان النظري	2	13
			امتحانات الفصل الأول النظرية.	2	14
			امتحانات الفصل الأول العملية.	2	15
			الفصل الثاني: شرح وتطبيق مهارة التصويب من السقوط الأمامي شرح وتطبيق مهارة التصويب من السقوط الجانبى	2	16
			شرح وتطبيق مهارة التصويب الخلفي شرح وتطبيق مهارة التصويب من الزاوية. شرح وتطبيق مهارة التصويب من الزاوية عكس ذراع الرامية.	2	17
			شرح وتطبيق مهارة التصويب الخاص. شرح وتطبيق مهارة التصويبة القوسية (اللوب).	2	18
			شرح مادة 6 من القانون. شرح مهارات الخداع بكرة اليد بدون كرة	2	19
			شرح وتطبيق تمارين مركبة لمهارات الخداع البسيط.	2	20
			شرح وتطبيق تمارين مركبة لمهارة الخداع المركب.	2	21
			شرح وتطبيق تمارين مركبة لمهارة الخداع المزدوج.	2	22
			شرح وتطبيق مهارات حارس المرمى الصد بالصدر والصد بالرجل	2	23
			تدريبات وإعادة شرح وتطبيق مهارات حركة الدفاع لحارس المرمى وتطبيق كافة المهارات الأساسية الخاصة به.	2	24
			امتحانات الفصل الثاني النظرية.	2	25

			امتحانات الفصل الثاني العملية.	2	26
			شرح مادة (7) من القانون مراجعة وتطبيق مهارة المناولة والاستلام بأنواعها.	2	27
			شرح مادة (8) المهمة جدا من مواد القانون	2	28
			نهاية الفصل الثاني الامتحانات النهائية النظرية	2	29
			الامتحانات النهائية العملية	2	30

الساعات المعتمدة		اسم المنهاج	الوحدات	المرحلة الدراسية
عملي	نظري			
2	-	المبارزة	2	الثالثة
4	-	العاب المضرب	4	الثالثة
2	-	المصارعة (بنين)		الثالثة
	-	الجمناستك الإيقاعي ()		
2	-	جمناستك اجهزة	2	الثالثة
2	-	كرة القدم (بنين)	2	الثالثة
2	-	خماسي كرة القدم ()	2	الثالثة
2	-	كرة اليد	2	الثالثة
2	-	الكرة الطائرة	2	الثالثة
-	2	الفسلجة الرياضية	4	الثالثة
-	2	التعلم الحركي	4	الثالثة
-	2	طرائق التدريس	4	الثالثة
-	2	الاصابات البدنية وتأهيلها	4	الثالثة
-	2	البحث العلمي	4	الثالثة

المقرر الدراسي لمادة الكرة الطائرة - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
	2	الفصل الأول للقواعد الرسمية (التجهيزات والأدوات) تدريبات على المهارات الأساسية والفنية	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
2	2	الفصل الثالث (شكل اللعب) _ الإشارات الرسمية للحكام تدريبات على المهارات	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
3	2	الفصل الخامس (التوقيعات وفترات الراحة والتأخيرات) تدريبات على المهارات	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
4	2	الفصل الرابع (حركات اللعب) تدريبات على المهارات	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
5	2	الفصل الثامن (هيئة التحكيم والإجراءات) تدريبات على المهارات	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
6	2	الإشارات الرسمية للحكام ومراقبي الخطوط للعب فريقين	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
7	2	تقسيم الطلاب إلى مجاميع للتحكيم واللعب فريقين	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+	الاختبارات النظرية والعملية

	تعلم التحكم عملي+ لعب مباراة				
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	تقسيم الطلاب إلى مجاميع للتحكم وللعب فريقين	2	8
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	تقسيم الطلاب إلى مجاميع للتحكم وللعب فريقين	2	9
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	تقسيم الطلاب إلى مجاميع للتحكم وللعب فريقين	2	10
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	تقسيم الطلاب إلى مجاميع للتحكم وللعب فريقين	2	11
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	تقسيم الطلاب إلى مجاميع للتحكم وللعب فريقين	2	12
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	الامتحان النظري	2	13
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	الامتحان العملي	2	14
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	الامتحان العملي	2	15

16	2	أعادة سريعة لمفردات الفصل الأول تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
17	2	الفصل الثاني (واجبات ومسؤوليات مدرب ورئيس الفريق) تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
18	2	الفصل السادس (اللاعب الحر وخصائصه) تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
19	2	الفصل السابع (سلوك المشاركين) تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
20	2	استمارة التسجيل تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في لشرح استمارة التسجيل+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
21	2	تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم مع تطبيق لكافة الفقرات القواعد الرسمية للكرة الطائرة باستخدام استمارة التسجيل	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في لشرح استمارة التسجيل+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
22	2	تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم مع تطبيق لكافة الفقرات القواعد الرسمية للكرة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	محاضرات نظرية في لشرح استمارة التسجيل+ تعلم	الاختبارات النظرية والعملية

	التحكيم عملي+ لعب مباراة		الطائرة باستخدام استمارة التسجيل		
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في لشرح استمارة التسجيل+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم مع تطبيق لكافة الفقرات القواعد الرسمية للكرة الطائرة باستخدام استمارة التسجيل	2	23
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في لشرح استمارة التسجيل+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم مع تطبيق لكافة الفقرات القواعد الرسمية للكرة الطائرة باستخدام استمارة التسجيل	2	24
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	قواعد الكرة الطائرة الشاطئية تطبيقات ولعب	2	25
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	قواعد الكرة الطائرة الشاطئية تطبيقات ولعب	2	26
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية في قانون اللعبة+ تعلم التحكيم عملي+ لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	قواعد الكرة الطائرة الشاطئية تطبيقات ولعب	2	27
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	الامتحان النظري	2	28
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	الامتحان العملي	2	29
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الثالثة	الامتحان العملي	2	30

المقرر الدراسي لمادة الفلسفة الرياضية - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	مفهوم وأهمية وأساسيات علم الفسيولوجية والمصطلحات الأساسية	الفلسفة الرياضية	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومية الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	الجهاز العصبي			
3.	2	وظائف الجهاز العصبي عند ممارسة الرياضة			
4.	2	الهرمونات			
5.	2	المنشطات			
6.	2	الجهاز العضلي			
7.	2	تغذية الرياضي			
8.	2	الدهون وبروتينات			
9.	2	الأملاح المعدنية			
10.	2	مراجعة المواد من الأسبوع الأول			
11.	2	الإنزيمات			
12.	2	الجهاز العضلي			
13.	2	نظريات وعلاقة النشاط الرياضي بعمل الإنزيم			
14.	2	امتحان الفصل الأول			
15.	2	أنظمة الطاقة / النظام اللااوكسجيني			

			أنظمة الطاقة/ النظام الأكسجيني	2	.16
			القلب ١ حجم القلب ١ عضلة القلب	2	.17
			الجهاز التنفسي	2	.18
			العوامل المؤثرة على عمليات التنفس ١ مؤشرات الجهاز التنفسي للأشخاص الأصحاء	2	.19
			العوامل المؤثرة على عمليات التنفس ١ مؤشرات الجهاز التنفسي للأشخاص الأصحاء	2	.20
			التركيب والتكوين الجسدي	2	.21
			تقدير وزن الجسم	2	.22
			الاستشفاء الرياضي	2	.23
			الرياضة والبيئة المحيطة	2	.24
			الرياضة والبيئة المحيطة	2	.25
			الحرارة والإصابات الرياضية	2	.26
			الحرارة والإصابات الرياضية	2	.27
			مراجعة المواد الدراسية كاملة مع الإجابة على كافة تساؤلات الطلبة	2	.28
			مراجعة المواد الدراسية كاملة مع الإجابة على كافة تساؤلات الطلبة	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة الإصابات الرياضية - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	الطب الرياضي تعريفه وأهدافه	الطب الرياضي	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	تنظيمات الطب الرياضي			
3.	2	أسس الإعفاء من دروس التربية الرياضية			
4.	2	الإصابات الرياضية			
5.	2	الأنواع الرئيسية للإصابات			
6.	2	التوزيع الموسمي للإصابات			
7.	2	إصابات الجلد			
8.	2	الإصابات العضلية			
9.	2	إصابات العظام			
10.	2	إصابات المفاصل			
11.	2	إصابات الرأس والرقبة			
12.	2	إصابات حزام الكتف			
13.	2	إصابات المرفق			
14.	2	إصابات الظهر			
15.	2	امتحان الفصل الأول			
16.	2	إصابات الورك والحوض			

			إصابات الفخذ	2	.17
			إصابات مفصل الركبة	2	.18
			إصابات عظام الساق	2	.19
			إصابات عظام الكاحل	2	.20
			المرأة والرياضة	2	.21
			المكملات الغذائية	2	.22
			المنشطات	2	.23
			الحالات المهددة لحياة الرياضي	2	.24
			التدليك	2	.25
			التدليك	2	.26
			التغذية السليمة للرياضيين	2	.27
			الأدوية والأنشطة الرياضية	2	.28
			الأربطة الضمادات والجبائر	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة التعلم الحركي - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	مفاهيم عامة -علاقة التعلم بالعلوم الأخرى	التعلم الحركي	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	التعلم الحركي - التدريب الرياضي			
3.	2	القدرات البدنية -أنواعها وقياسها			
4.	2	القدرات الحركية			
5.	2	مقارنة بين القدرات البدنية والحركية			
6.	2	تصنيف المهارات حسب نوع الحركة			
7.	2	المهارات المغلقة والمفتوحة			
8.	2	امتحان			
9.	2	الاختبارات والقياس في التعلم الحركي			
10.	2	العمليات العقلية -الجزء الأول			
11.	2	العمليات العقلية الجزء الثاني			
12.	2	العوامل المؤثرة على سرعة اتخاذ القرار			
13.	2	كيف تحدث الحركة فسلجياً			
14.	2	مصادر المعلومات الحسية			
15.	2	امتحان الفصل الأول			

			نظريات التعلم الحركي – الدائرة المغلقة	2	.16
			نظريات التعلم الحركي – الدائرة المفتوحة	2	.17
			نظرية السيبرنيك	2	.18
			طرق تعلم المهارات الحركية –التمرين العشوائي والمتسلسل	2	.19
			التمرين المكثف والموزع – الثابت والمتغير	2	.20
			التمرين المتغير والثابت – التجريب العقلي	2	.21
			التغذية الراجعة	2	.22
			استراتيجية التغذية الراجعة في التعلم	2	.23
			نقل اثر التعلم – أنواع النقل –عوامل المؤتمر على انتقال التعلم	2	.24
			الإيقاع الحيوي – نظريات الإيقاع الحيوي	2	.25
			التطور الحركي – مفاهيم عامه	2	.26
			نظريات التطور الحركي	2	.27
			الفروق الفردية	2	.28
			العمليات العقلية عند الأطفال – مقارنه	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة البحث العلمي - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	معنى البحث نبذة تاريخية عنه	البحث العلمي	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	العنوان مواصفات الباحث الجيد			
3.	2	مقدمة كيفية كتابتها ومواصفاتها			
4.	2	مشكلة البحث ومحتوياتها			
5.	2	متغيرات البحث - أهداف البحث			
6.	2	الفرض مفهومه وشروطه			
7.	2	مجالات البحث			
8.	2	تحديد المصطلحات والغرض من وضعها			
9.	2	الدراسات النظرية			
10.	2	الدراسات المشابهة			
11.	2	المناهج التاريخية تعريفه وأهميته			
12.	2	المنهج الوصفي			
13.	2	المنهج التجريبي			

			أدوات البحث - الاستبيان	2	.14
			امتحان الفصل الأول	2	.15
			المقابلة \ تعريفها وأهدافها	2	.16
			الملاحظة تعريفها وأنواعها	2	.17
			الاختبارات تعريفها وأنواعها	2	.18
			العينات تعريفها وأهميتها	2	.19
			العينات تعريفها وأهميتها	2	.20
			المصادر أنواعها وكتابتها	2	.21
			المصادر أنواعها وكتابتها	2	.22
			الاقتباس أنواعه	2	.23
			التجربة الاستطلاعية الغرض منها	2	.24
			التجربة الرئيسية عوامل نجاحها تحليلها ومناقشتها	2	.25
			التجربة الرئيسية عوامل نجاحها تحليلها ومناقشتها	2	.26
			الاستنتاجات والتوصيات وكيفية وصفها	2	.27
			الخطة البحثية	2	.28
			تقديم واجب الخطة البحثية ومناقشته	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة طرائق التدريس - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	4	مفاهيم عامة	طرائق التدريس	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	4	طرائق التدريس العامة محاضرة عملي			
3.	4	الطريقة وأهدافها وصفاتها محاضرة عملي			
4.	4	التدرج في تعليم المهارات الحركية محاضرة عملي			
5.	4	مواصفات مهمة لمدرس التربية الرياضية محاضرة عملي			
6.	4	التمارين البدنية - تعريفها - وأغراضها. محاضرة عملي			
7.	4	التمارين البدنية ومقارنتها بالحركات اليومية . محاضرة عملي .			

			امتحان	4	.8
			أنواع التمارين البدنية محاضرة عملي .	4	.9
			الأوضاع الابتدائية الأساسية محاضرة عملي. محاضرة عملي .	4	.10
			الأوضاع المشتقة . محاضرة عملي .	4	.11
			إعادة للأوضاع الابتدائية والمشتقة. محاضرة عملي	4	.12
			الاصطلاحات في التمارين البدنية + كيفية كتابة التمرين البدني محاضرة عملي .	4	.13
			الإيعاز - تعريفه - شروطه - أقسامه مع شروط كل قسم محاضرة عملي .	4	.14
			امتحان الفصل الأول النظري امتحان الفصل الثاني العملي	4	.15
			تدريس تمرين بدني جديد محاضرة	4	.16
			التشكيلات الرياضية محاضرة عملي .	4	.17
			كيفية إعداد الخطط التدريسية (الخطة التدريسية) محاضرة عملي	4	.18
			الصفارة وطريقة استخدامها في الدرس محاضرة عملي	2	.19

			التغذية الراجعة - تعريفها - أهميتها - أنواعها - مصادرها محاضرة عملي .	4	.20
			الطرق الخاصة في تدريس التربية الرياضية . محاضرة عملي	4	.21
			الأساليب التدريسية الحديثة المباشرة وغير المباشرة . محاضرة عملي	4	.22
			تكملة موضوع الأساليب.	4	.23
			التدريسية الحديثة المباشرة وغير المباشرة محاضرة عملي	4	.24
			الوحدات التعليمية - تعريفها - مميزات وعيوبها وأنواعها محاضرة عملي .	4	.25
			الصفارة فائدتها وطرق استخدامها . محاضرة عملي .	4	.26
			الفروق الفردية والجماعية	4	.27
			المواهب الرياضية محاضرة عملي	4	.28
			التقويم والقياس في التربية الرياضية	4	.29
			امتحان الفصل الثاني	4	.30

المقرر الدراسي لمادة كرة اليد - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	2	مراجعة شرح مواد القانون (5 - 6) للتذكير شرح تطبيقات المهارات الأساسية المنافسة السوطية من مستوى الراس ومنافسة الدفع للجانب والتصويب من القفز للأعلى	كرة اليد / المرحلة الثالثة	الكلية – التجزئة – المتغيرة – المتوزع – المكثف - الذهني .	تقويم يومي
2	2	مراجعة شرح ومناقشة مواد القانون (7) شرح وتطبيق مهارة التصويب من القفز للأمام مع تطبيقات الدفاع الفردي			
3	2	مراجعة شرح ومناقشة مواد القانون مادة 8 لأهميتها شرح تطبيقات الهجوم السريع الفردي			
4	2	اعادة شرح ومناقشة مادة 8 لأهميتها شرح تطبيقات مراحل الهجوم السريع الجماعي			
5	2	شرح تطبيقات مرحلة بناء الهجوم			
6	2	شرح ومناقشة المادة (9 – 10) تطبيقات مرحلة هجوم المراكز (بناء الهجوم)			
7	2	تطبيقات تركيز فيها تمارين لمرحلة بناء الهجوم اعادة وفق ايقاع حركي أسرع للأداء.			
8	2	امتحان اولي النظري			

			امتحان أولي العملي	2	9
			شرح المواد (11- 12) من القانون شرح تطبيقات مهارات الدفاع الفردي.	2	10
			شرح مادة 13 - 14 شرح وتطبيق دفاع المنطقة 6:0	2	11
			شرح مهارات الدفاع الجماعي وتطبيق اللعب فريقيين مع تحكيم	2	12
			المادة النظرية		
			طرح تساؤلات قانونية تخص المواد السابقة (7 - 8) تطبيقات وشرح دفاع المنطقة 5:1	2	13
			امتحان نظري الفصل الأول	2	14
			امتحان عملي الفصل الأول	2	15
			الفصل الثاني شرح قانون مادة (15) إعادة : لعب فريقيين مع تطبيق المواد	2	16
			شرح ومناقشة الدفاع الفرقي شرح تطبيقات مرحلة بناء الهجوم مرة ثانية تطبيقات عملية لتمارين منافسة	2	17
			شرح ومناقشة: مادة (16) شرح تطبيقات الدفاع رجل لرجل/داخل المنطقة	2	18
			شرح وتطبيق مرحلة انتهاء الهجمة	2	19

			(الاختراق)		
			شرح وتطبيق أحداث التفوق العددي. مرحلة بناء الهجوم شرح وتطبيق الحجز	2	20
			شرح مواد القانون مادة 17 وتطبيق طريقة الهجوم 5:1 ضد 6:0 شرح كافة مراحل الهجوم	2	21
			شرح وتطبيق طريقة هجوم (5- 1) ضد دفاع المنطقة (6 - 0)	2	22
			شرح وتطبيق طريقة الهجوم (2 - 4) ضد التشكيل الدفاعي منطقة. 6 - 0	2	23
			شرح مواد القانون مادة 18 وتطبيق مراحل الهجوم من خلال اللعب	2	24
			امتحان العملي الفصل الثاني	2	25
			امتحان النظري الفصل الثاني	2	26
			شرح وتطبيق بناء الهجوم من خلال اللعب	2	27
			شرح وتطبيق كافة مراحل الهجوم من خلال اللعب شرح آلية التحكيم	2	28
			الامتحان النظري النهائي	2	29
			الامتحان العملي النهائي	2	30

المقرر الدراسي لمادة الجمناستك - للعام الدراسي (2025 - 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	اعداد عام + اعادة لمهارات المرحلة الثانية	الجمناستك/ للمرحلة الثالثة	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	اعداد عام + اعادة لمهارات المرحلة الثانية			
3.	2	القفزة العربية + مرجحات دخول وخروج الساقين			
4.	2	القفزة العربية + مرجحات دخول وخروج الساقين			
5.	2	نظرة عامة عن القانون			
6.	2	قفزة اليدين الامامية + دورة كتف امامية			
7.	2	قفزة اليدين الامامية + دورة كتف امامية			
8.	2	واجبات وحقوق (اللاعبين والمدرّب والقاضي)			
9.	2	واجبات وحقوق (اللاعبين والمدرّب والقاضي)			
10.	2	قفزة اليدين الامامية + دورة كتف امامية			
11.	2	الهبوط (بنصف دوران مع الانتقال على سطح + الهبوط فتحة من المرجحة الامامية)			
12.	2	اداء سلاسل			
13.	2	اداء سلاسل			

			كب + وقوف على الاكتاف من المرجحة	2	.14
			امتحان الفصل الاول	2	.15
			القفزة العربية + كب	2	.16
			مواصفات المجاميع الحركية (الارضية والمقابل والحلق)	2	.17
			القفزة العربية + الهبوط المكور بنصف لفة	2	.18
			الهبوط المكور بنصف لفة + الهبوط (اندرسونك مع نصف لفة)	2	.19
			الهبوط المكور بنصف لفة + الهبوط (اندرسونك مع نصف لفة)	2	.20
			مواصفات المجاميع الحركية (منصة القفز والمتوازي والعقلة)	2	.21
			قفزة ايدين الامامية + كب العضدين	2	.22
			قفزة ايدين الامامية + كب العضدين	2	.23
			اداء سلاسل	2	.24
			اداء سلاسل	2	.25
			اداء سلاسل	2	.26
			اعادة لجميع المهارات	2	.27
			اعادة لجميع المهارات	2	.28
			امتحان نظري	2	.29
			امتحان عملي	2	.30

المقرر الدراسي لمادة العاب المضرب - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	4	تعريف لعبة الاسكواش ، تاريخها ، الادوات .	العب المضرب	نظري وعلمي	اختبار نظري وعلمي
2.	4	مسكة المضرب ، وقفة الاستعداد ، حركة القدمين.			
3.	4	التوافق والسيطرة على الكرة .			
4.	4	الضربة الارضية الامامية المستقيمة.			
5.	4	أعادة الضربة الارضية الامامية المستقيمة.			
6.	4	الضربة الارضية الامامية المستقيمة مع حركة القدمين .			
7.	4	الضربة الارضية الخلفية المستقيمة			
8.	4	اعادة الضربة الارضية الخلفية المستقيمة .			
9.	4	الضربة الارضية الخلفية المستقيمة مع حركة القدمين .			
10.	4	ضربة الارسال من الجانب الايمن.			
11.	4	ضربة الارسال من الجانب الايسر.			
12.	4	امتحان الفصل الاول النظري .			
13.	4	امتحان الفصل الأول العملي.			
14.	4	التدريب على أداء الضربة الجانبية.			

			التدريب على أداء المهارات كافة.	4	.15
			امتحان الفصل الاول	4	.16
			اللعب وأداء المهارات .	4	.17
			شرح قواعد التحكيم	4	.18
			اللعب وأداء المهارات .	4	.19
			شرح قواعد التحكيم	4	.20
			اللعب وأداء المهارات .	4	.21
			شرح قواعد التحكيم	4	.22
			شرح قواعد التحكيم	4	.23
			اعادة شرح قواعد التحكيم	4	.24
			تكملة شرح القانون واستمارة التسجيل	4	.25
			الامتحان النظري للفصل الثاني.	4	.26
			الامتحان العملي للفصل الثاني.	4	.27
			الامتحان العملي النهائي.	4	.28
			تكملة الامتحان العملي النهائي.	4	.29
			الامتحان النظري النهائي.	4	.30

المقرر الدراسي لمادة المصارزة - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة الفصل الدراسي الأول (15 أسبوع)	اسم الوحدة أو الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	2	التعريف برياضة المصارزة + نبذة تاريخية + أسس وطبيعة المصارزة بسلح الشيش	المصارزة		الامتحانات اليومية +تقييم مشاركة الطلبة اليومي +الامتحانات الفصلية+الامتح انات النهائية
2	2	التجهيزات الخاصة بالمصارزة + أسلحة المصارزة الثلاث مواصفاتها ومكوناتها			
3	2	سلح الشيش (مسك السلح + أداء التحية + وضع الأساس والاستعداد + التقدم والتقهقر)الرجوع للخلف) الاعتيادي		الجزئية	
4	2	إعادة التقدم والتقهقر)الرجوع للخلف) الاعتيادي + النوعين الآخرين العكسي والوثب + مد الذراع المسلحة لوضع الهجوم + حركة الطعن .		المختلطة	
5	2	العودة لوضع الاستعداد بنوعيتها + أوضاع الدفاع الأساسية (6-4-7-8) + مسافة التبارز + التلاحم وغياب النصل + تغيرات اللاعب المهاجم الثلاث من وضعي التلاحم وغياب النصل (الأفقي ،العمودي ،القطري) .		المختلطة	
6	2	أنواع الدفاع الأربع (الأفقي ،العمودي ،القطري ،الدائري) +الهجوم البسيط المباشر وغير المباشر+الهجوم المركب العددي والدائري .		الجزئية	

	المختلطة		إعادة لأنواع الهجوم البسيط والمركب + حركات الرد والرد المضاد	2	7
			الساعة الأولى إعادة جميع المهارات بدا"بوضع الاستعداد وانتهاء"بالرد المضاد .الساعة الثانية امتحان نظري بالمواد المنجزة أعلاه .	2	8
	الكلية		الهجوم الكاذب وأغراضه + الحركات التمهيديّة للهجوم (الهجمات والمسكات النصليّة يتم عرضهما وتطبيق الهجمات النصليّة فقط) .	2	9
	الكلية		الهجوم المضاد (هجمة الإيقاف + الهجمة الزمنية المضادة + الغطس)	2	10
			امتحان عملي في مواد المحاضرات (3-4-5-6-7-9)	2	11
	الجزئية		متنوعات الهجوم (تكملة الهجوم + تكرار الهجوم + استعادة الهجوم)	2	12
			عرض أفلام عن رياضة المبارزة خاصة بتوضيح (صالات اللعب ، التجهيزات ، الملاعب ، المهارات الأساسية ، بعض المقاطع من المنافسات)	2	13
	المختلطة		تعليم كيفية ربط المهارات بجمل حركية مركبة وإعادة جميع المهارات من خلال ذلك .	2	14
			امتحان اختياري عملي ونظري لتحسين درجات الطلبة	2	15
الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة الفصل الدراسي الثاني(15 اسبوع)	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	2	مشاهدة منافسات فردية وفرقيه دولية في القسم الأول + إعادة تطبيق مسافة التبارز والتلاحم والهجوم والدفاع بأنواعهما .	المبارزة	المختلطة	الامتحانات اليومية +تقييم مشاركة الطلبة

اليومي +الامتحانات الفصلية+الامتح انات النهائية					
	الكلية		عمل مقارنة بين الأسلحة الثلاث من حيث وضع الاستعداد والمهارات الأساسية والنواحي القانونية + الملعب مواصفاته وقياساته القانونية والأجهزة الكهربائية الخاصة وطريقة عملها .	2	2
	الجزئية		جدول الجزاءات والعقوبات للمجاميع الأربع () البطاقات () .	2	3
	الكلية		أنواع التحكيم ، واجبات الحكم ومهامه لإدارة المباريات + فكرة عن المسابقات وأسس إقامتها (لجنة فحص الأجهزة والأدوات)	2	4
	الجزئية		التسجيل في استمارة المنافسات الفردية وطريقة حساب النتائج .	2	5
			إعادة التسجيل في استمارة المنافسات الفردية وطريقة حساب النتائج وحل بعض النماذج والأسئلة الخاصة بها	2	6
	الكلية		اللعب بنظام المجموعات والتطبيق العملي لاستخدام التسجيل في استمارة المنافسات الفردية	2	7
			امتحان نظري في مادتي نظام المسابقات الفردي + الأخطاء والجزاءات .	2	8
	الكلية		استمارة التسجيل للمسابقات الفرقية	2	9
			إعادة استمارة التسجيل للمسابقات الفرقية وحل بعض النماذج والأسئلة الخاصة بها	2	10
	المختلطة		التحكيم العادي والكهربائي وإشارات التحكيم () تطبيق عملي على شكل مجموعات لا تقل كل مجموعة عن (7) لاعبين .	2	11

			مراجعة	2	12
			مراجعة والإجابة على جميع أسئلة الطلبة	2	13
			امتحان عملي (مهارات ، لعب ، تحكيم)	2	14
			امتحان نظري شامل .	2	15

المنهاج الدراسي/ خماسي كرة القدم / - للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	4	نبذة تاريخية عن الخماسي +شرح مادة (1) من القانون + تمارين أحساس بالكرة	خماسي كرة القدم / المرحلة الثالثة	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	4	شرح مادة (2) + مهارات خماسي الكرة			
3.	4	شرح تكنيك الإخماد + مهارة الإخماد			
4.	4	شرح تكنيك المناولة والدرجة + مهارة المناولة+ مهارة الدرجة			
5.	4	مشاهدة مباريات خماسي (video)			
6.	4	شرح أهمية الإخماد والمناولة تمارين إخماد – مناولة مع الزميل			
7.	4	شرح مادة (3)و(4) + تمارين مهارة (إخماد+مناولة+درجة)			
8.	4	شرح مادة (5)و(6) + ألعاب صغيرة + إحماء ما قبل المباراة + مباراة مصغرة			
9.	4	امتحان نظري بالقانون (1-6) + امتحان عملي (إخماد+مناولة+درجة)			
10.	4	شرح مادة (7)و(8) + تمارين مناولة ودرجة مع تبديل المراكز			

			شرح مادة (9) +تمارين إخماد بالكرة بأجزاء الجسم شرح مادة (10) +مهارة التهديف	4	.11
			شرح الاستمارة الخاصة بمباريات خماسي الكرة شرح مادة (11)و(12) +أشارات الحكام وواجباتهم	4	.12
			تدريب مهارات التهديف +تمارين تهديف متنوعة	4	.13
			شرح الكرات الثابتة وأهميتها +تدريب على الكرات الثابتة	4	.14
			امتحان الفصل الاول نظري قانون (12-1) + استمارة + امتحان عملي للمهارات	4	.15
			شرح مادة (13)+تدريب مهارتي المناولة والدرجة	4	.16
			شرح مادة (14) +تدريب التهديف المباشر	4	.17
			شرح مادة (15) +تدريب حراس المرمى	4	.18
			شرح مادة (16) +تهديف ركلات الجزء	4	.19
			شرح مادة (17)و(18) +التحكيم في خماسي الكرة	4	.20
			أسئلة عن القانون + مباراة (لعب فريقين)	4	.21
			شرح أهمية الدفاع + تدريب على الوقفة الدفاعية	4	.22
			امتحان نظري الاستمارة + امتحان عملي (تحكيم)	4	.23
			تدريب المهارات المختلفة عن طريق استخدام الشواخص والأهداف المصغرة	4	.24
			شرح أهمية الربط بين المهارات + التدريب على ربط المهارات فيما بينها	4	.25

			مناقشة أسئلة وأجوبة عن طريق مشاهدة مباريات المنتخب العراقي بخماسي الكرة	4	.26
			أهمية الكرات الثابتة + تطبيق حالات لعب (كرات ثابتة)	4	.27
			أهمية حارس المرمى + تدريب حارس المرمى وواجبات حارس مرمى	4	.28
			مراجعة لجميع مواد القانون والاستمارة	4	.29
			امتحان الفصل الثاني	4	.30

بنية البرنامج		المرحلة الدراسية	الوحدات	اسم المنهاج	الساعات المعتمدة	
المرحلة الدراسية	الوحدات	اسم المنهاج	الساعات المعتمدة	نظري	عملي	
الرابعة	4	العاب القوى	4	-	4	
الرابعة	2	كرة القدم (بنين) / الاسكواش _	2	-	2	
الرابعة	2	كرة السلة	2	-	2	
الرابعة	2	كرة القدم (بنين)	2	-	2	
الرابعة	2	كرة اليد	2	-	2	
الرابعة	2	الكرة الطائرة	2	-	2	
الرابعة	4	علم النفس الرياضي	4	2	-	
الرابعة	4	التحليل الحركي	4	2	-	
الرابعة	4	علم التدريب	4	2	-	
الرابعة	4	الإدارة والتنظيم	4	2	-	
الرابعة	4	رياضة المعوقين	4	2	-	
الرابعة				2	-	

المقرر الدراسي لمادة الإدارة والتنظيم – للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	2	أعادة سريعة لمفردات القواعد الرسمية تدريبات على المهارات الأساسية والفنية	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	تدريب على المهارات الأساسية عملي	الاختبارات النظرية والعملية
2	2	أنواع لعبة الكرة الطائرة تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
3	2	شرح خطة الهجوم 0_6 (مركز 3 اللاعب المعد) تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
4	2	شرح خطة الهجوم 2_4 اللاعب المعد في مركز 3 تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
5	2		الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
6	2	شرح خطة الهجوم 2_4 اللاعب المعد في مركز 2 تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
7	2		الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
8	2	شرح أنظمة استقبال الإرسال (خماسي _ رباعي _ ثلاثي) تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية

الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تطبيق عملي + لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	شرح خطة الدفاع 6 متقدم تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	2	9
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تطبيق عملي + لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	تطبيق الخطط الهجومية والدفاعية مع اللعب والتحكيم	2	10
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تطبيق عملي + لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	تطبيق الخطط الهجومية والدفاعية مع اللعب والتحكيم	2	11
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تطبيق عملي + لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	تطبيق الخطط الهجومية والدفاعية مع اللعب والتحكيم	2	12
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	الامتحان النظري	2	13
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	الامتحان العملي	2	14
الاختبارات النظرية والعملية	-----	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	الامتحان العملي	2	15
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تطبيق عملي + لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	أعادة سريعة لمفردات الفصل الأولى تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	2	16
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تطبيق عملي + لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	شرح خطة الهجوم (5_1)	2	17
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تطبيق عملي + لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	2	18
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تطبيق عملي + لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	شرح خطة الهجوم ((6_2)	2	19
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تطبيق عملي + لعب مباراة	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	2	20

21	2	شرح خطة الدفاع (6_متأخر) (اللاعب السائب)	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
22	2	تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
23	2	شرح خطط تغطية المهاجم(2_3) (2_3)	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
24	2	تقسيم الطلاب إلى فريقين مع التحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
25	2	تطبيق الخطط الهجومية والدفاعية مع اللاعب والتحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
26	2	تطبيق الخطط الهجومية والدفاعية مع اللاعب والتحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
27	2	تطبيق الخطط الهجومية والدفاعية مع اللاعب والتحكيم	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	محاضرات نظرية +تطبيق عملي+ لعب مباراة	الاختبارات النظرية والعملية
28	2	الامتحان النظري	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابعة	-----	الاختبارات النظرية والعملية
29	2	الامتحان العملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابع	-----	الاختبارات النظرية والعملية
30	2	الامتحان العملي	الكرة الطائرة/ المرحلة الرابع	-----	الاختبارات النظرية والعملية

المقرر الدراسي لمادة الإدارة والتنظيم – للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	محاضرة تربوية – اطلاع الطلبة على مفردات المادة واطلاعهم على كيفية توزيع درجتي الفصلين	الإدارة والتنظيم	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والمعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية التطبيق الميداني
2.	2	الإدارة والتنظيم في التربية الرياضية وأهداف التربية الرياضية			
3.	2	طبيعة الإدارة والتنظيم			
4.	2	مفهوم الإدارة والتنظيم وعناصرها الأساسية			
5.	2	التخطيط – مزايا التخطيط – أنواع التخطيط – خصائص الخطة الجيدة			
6.	2	التنظيم – مبادئ التنظيم			
7.	2	إصدار الأوامر (اتخاذ القرار) – خطوات عملية واتخاذ القرار			
8.	2	التنسيق – طبيعة التنسيق وتعريفه – قواعد التنسيق – خصائص التنسيق الفعال			
9.	2	امتحان			
10.	2	الرقابة – ميدان الرقابة – أغراض الرقابة – مستلزمات النظام الرقابي السليم			
11.	2	إعداد الإداريين			
12.	2	القيادة الإدارية – مفهوم القيادة			
13.	2	أنماط القيادة			
14.	2	الإعمال الإدارية المطلوبة			

			امتحان الفصل الأول	2	.15
			المنهاج المدرسي العام	2	.16
			الإشراف والتربية الرياضية	2	.17
			الغرض من الإشراف وصفات ومؤهلات الإشراف الرياضي	2	.18
			تنظيم وإدارة الدورات والمباريات الرياضية	2	.19
			تطبيق عملي في المدارس	2	.20
			تطبيق عملي في المدارس	2	.21
			سحبة التسقيط الفردي	2	.22
			سحبة التسقيط الفردي	2	.23
			سحبة التسقيط الزوجي	2	.24
			سحبة التسقيط الزوجي	2	.25
			طريقة الدوري	2	.26
			طريقة الدوري	2	.27
			امتحان الفصل الثاني	2	.28
			محاضرة حوارية مفتوحة	2	.29
			محاضرة حوارية مفتوحة	2	.30

المقرر الدراسي لمادة التحليل الحركي – للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	مفهوم التحليل الحركي	التحليل الحركي	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية
2.	2	التحليل الحركي للمهارات الرياضية			
3.	2	تجزئة المهارات الرياضية الى عناصرها الأساسية – استخدام المعرفة البايوميكانيكية في تحليل الحركي			
4.	2	نماذج تطبيقية لتحليل بعض المهارات الرياضية بأسلوب الملاحظة			
5.	2	نماذج تطبيقية لتحليل بعض المهارات الرياضية بأسلوب الملاحظة			
6.	2	التحليل الكمي للمهارات الرياضية			
7.	2	التحليل الكمي للمهارات الرياضية			
8.	2	التحليل الكمي للمهارات الرياضية			
9.	2	أنواع الكاميرات الفيديوية المستخدمة			
10.	2	المبادئ الأساسية للتصوير الفيديوي لغرض التحليل الحركي			
11.	2	الإضاءة – مقياس الرسم – تحديد نقاط مفاصل الجسم والأدوات			
12.	2	برامجيات الحاسوب المستخدمة في التحليل الحركي			

			برامجيات الحاسوب المستخدمة في التحليل الحركي	2	.13
			المتغيرات الكينماتيكية التي يمكن استخدامها من التحليل الحركي	2	.14
			امتحان الفصل الأول	2	.15
			قياس المسافات الأفقية - قياس الارتفاعات العمودية - قياس الزمن	2	.16
			قياس السرعة - قياس التعجيل - قياس المسار الحركي	2	.17
			التحلل بواسطة برنامج Dartfish	2	.18
			التحلل بواسطة برنامج Kinovea	2	.19
			نماذج تطبيقية لتحليل بعض المهارات الرياضية	2	.20
			نماذج تطبيقية لتحليل بعض المهارات الرياضية	2	.21
			أخطاء القياس في المتغيرات الكينماتيكية المستخدمة باستخدام تقنية التصوير الفيديوي وبرامجيات الحاسوب	2	.22
			التحليل الحركي للمتغيرات الكينماتيكية	2	.23
			التحليل الحركي للمتغيرات الكينماتيكية	2	.24
			جهاز التخطيط الكهربائي للعضلات	2	.25
			جهاز التخطيط الكهربائي للعضلات	2	.26
			تقديم الواجبات ومناقشتها	2	.27
			تقديم الواجبات ومناقشتها	2	.28
			مراجعة لمفردات المادة	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة التدريب الرياضي – للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	الاحتمالات التي تساعد للوصول الى المستويات العليا والانسجام الرياضي	التدريب الرياضي	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية
2.	2	مكونات اللياقة البدنية	التدريب الرياضي		
3.	2	الحمل التدريبي وطرق استخراج مكوناته	التدريب الرياضي		
4.	2	القوة العضلية : تعريفها أنواعها العوامل المؤثرة فيها .	التدريب الرياضي		
5.	2	تدريب القوة العضلية – تدريب القوة للجنسين	التدريب الرياضي		
6.	2	امتحانات فصلية	التدريب الرياضي		
7.	2	المطاولة : تعريفها أنواعها أهميتها العوامل المؤثرة فيها	التدريب الرياضي		
8.	2	طرق تدريب المطاولة	التدريب الرياضي		
9.	2	طرق التدريب المستمر	التدريب الرياضي		
10.	2	طرق التدريب الفكري بنوعيه	التدريب الرياضي		
11.	2	طريقة التدريب التكراري	التدريب الرياضي		
12.	2	امتحانات الفصل الاول	التدريب الرياضي		
13.	2	طريقة التدريب الدائري	التدريب الرياضي		
14.	2	طريقة التدريب المستمر بالأسلوب الدائري	التدريب الرياضي		

15.	2	السرعة : مفهومها أنواعها ومكوناتها	التدريب الرياضي		
16.	2	طرائق تدريب السرعة	التدريب الرياضي		
17.	2	مشكلة اجتياز حاجز السرعة – العوامل المؤثرة فيها	التدريب الرياضي		
18.	2	طرق تدريب المرونة	التدريب الرياضي		
19.	2	امتحانات شهرية	التدريب الرياضي		
20.	2	الرشاقة تعريفها ، أنواعها	التدريب الرياضي		
21.	2	طرق تدريب الرشاقة والتوازن	التدريب الرياضي		
22.	2	تخطيط التدريب الرياضي	التدريب الرياضي		
23.	2	الدائرة التدريبية (الصغيرة)	التدريب الرياضي		
24.	2	الدائرة التدريبية (المتوسطة)	التدريب الرياضي		
25.	2	الدائرة التدريبية (الكبيرة)	التدريب الرياضي		
26.	2	الخطية السنوية ومراحلها	التدريب الرياضي		
27.	2	نماذج البرامج التدريبية المختارة	التدريب الرياضي		
28.	2	امتحان شهري	التدريب الرياضي		
29.	2	مراجعة عامة	التدريب الرياضي		
30.	2	الامتحان النهائي	التدريب الرياضي		

المقرر الدراسي لمادة رياضة المعاقين – للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	مشاريع رياضة المعاقين	رياضة المعوقين	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة + جلب نماذج حية للمعاقين خلال المحاضرات وتوجيه الطلبة لحضور البطولات الرياضية الخاصة بالمعاقين + حث الطلبة للمشاركة في الدورات التحكيمية الخاصة برياضة المعاقين.	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	مشاريع رياضة المعاقين			
3.	2	أنواع الإعاقة			
4.	2	الإعاقة البدنية			
5.	2	الإعاقة الحسية			
6.	2	الإعاقة المكفوفين			
7.	2	الإعاقة الحسية للصم والبكم			
8.	2	الإعاقة الحركية			
9.	2	الإعاقة الحركية (الشلل)			
10.	2	الإعاقة الحركية (الشلل)			
11.	2	الإعاقة العقلية			
12.	2	أسباب الإعاقة العقلية			
13.	2	إعاقة التوحد			

			امتحان الشهر الأول	2	.14
			التأهيل للمعاقين	2	.15
				2	.16
			أهداف التأهيل والرسائل المساعدة للتأهيل	2	.17
			امتحان الشهر الثاني	2	.18
			الرياضة لذوي الإعاقة	2	.19
			التربية الرياضية التنافسية الرياضة المعدلة	2	.20
			الألعاب الرياضية المعدلة	2	.21
			الألعاب الرياضية المعدلة	2	.22
			التصنيف الرياضي	2	.23
			أنواع التصنيف الرياضي	2	.24
			امتحان الشهر الأول من الفصل الثاني	2	.25
			اختبارات لذوي الإعاقة	2	.26
			اختبارات لذوي الإعاقة	2	.27
			الاختبارات البدنية	2	.28
			امتحان الشهر الثاني من الفصل الأول	2	.29
			امتحان النهائي	2	.30

المقرر الدراسي علم النفس الرياضي – للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	علم النفس وعلم النفس الرياضي	علم النفس الرياضي	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2.	2	مجالات علم النفس الرياضي مهام علم النفس الرياضي			
3.	2	التعلم والتعلم الحركي			
4.	2	التذكير والنسيان			
5.	2	تقسيم أركان التمرين / التمرين الفكري الخصوصية			
6.	2	الشخصية مكوناتها نظرياتها			
7.	2	مقاييس الشخصية تنمية السمات الشخصية			
8.	2	الحوافز والدوافع أغراض			
9.	2	امتحان			
10.	2	تشكيل الدوافع أنواع وتنصيف الدوافع			
11.	2	طرق استخدام الحاجات			
12.	2	الاتجاه النفسي الاتجاه مكونات نظريات			
13.	2	تكوين وتغيير الاتجاهات			
14.	2	القابلية -الموضوعية-الاستعداد			
15.	2	امتحان الفصل الأول			
16.	2	العمليات الذهنية			

			الذكاء	2	.17
			التلاميذ ذو المستويات الضعيفة	2	.18
			الجماعة ،أنواعها	2	.19
			تماسك وتصدع الجماعة – العوامل الاجتماعية	2	.20
			امتحان	2	.21
			القلق-أنواعه	2	.22
			صدمة نفسية	2	.23
			الشجاعة والجرأة	2	.24
			المشكلات النفسية	2	.25
			المشكلات النفسية	2	.26
			الإعداد النفسي –طويل- قصير	2	.27
			الإعداد النفسي –طويل- قصير	2	.28
			النجاح والفشل	2	.29
			امتحان الفصل الثاني	2	.30

المقرر الدراسي لمادة كرة القدم- للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	2	نبذة تاريخية عن الكرة القدم + مهارة الإخماد	كرة القدم / المرحلة الرابعة	شرح المحاضرات النظرية من قبل تدريسي المادة باستعمال وسائل التدريس والعرض الحديثة	الامتحانات اليومية تقييم مشاركة الطلبة اليومي الامتحانات الفصلية الامتحانات النهائية النشاطات الطلابية
2	2	النقاط الذهبية في كرة القدم +الإخماد من الحركة			الاختبارات النظرية والعملية
3	2	الرموز والإرشادات والمصطلحات +تمارين عامة عن الإخماد			الاختبارات النظرية والعملية
4	2	كيفية كتابة التمارين +الإخماد بأجزاء الجسم المختلفة			الاختبارات النظرية والعملية
5	2	مشاهدة مباريات كرة القدم (video)			الاختبارات النظرية والعملية
6	2	الاختبارات الخاصة بانتقاء اللاعبين +تطبيق نموذج الاختبارات			الاختبارات النظرية والعملية
7	2	امتحان نظري + امتحان عملي			الاختبارات النظرية والعملية
8	2	شرح مهارة المناولة + مهارة المناولة			الاختبارات النظرية والعملية
9	2	أهمية المناولة+ أنواع المناولة			الاختبارات النظرية والعملية
10	2	تمارين مختلفة عن أنواع المناولة			الاختبارات النظرية والعملية
11	2	القدرات البدنية للاعب كرة القدم + تمارين إخماد +مناولة (مركبة)			الاختبارات النظرية والعملية
12	2	الحكام في كرة القدم + تطبيق حالات تحكيمية			الاختبارات النظرية والعملية
13	2	مشاهدة مباريات كرة القدم (video)			الاختبارات النظرية والعملية
14	2	امتحان نظري			الاختبارات النظرية والعملية
15	2	امتحان عملي			الاختبارات النظرية والعملية

الاختبارات النظرية والعملية		الكرات الثابتة+ أداء الكرات الثابتة	2	16
الاختبارات النظرية والعملية		أهمية الكرات الثابتة+ تطبيق تكتيك الكرات الثابتة	2	17
الاختبارات النظرية والعملية		شرح مهارة الدحرجة + مهارة الدحرجة + الدحرجة بتغير الاتجاه	2	18
الاختبارات النظرية والعملية		أهمية الربط بين المهارات تمارين إخماد + دحرجة + مناولة	2	19
الاختبارات النظرية والعملية		مشاهدة مباريات كرة القدم (video)	2	20
الاختبارات النظرية والعملية		لعب 1 ضد 1 + الدحرجة واجتياز المنافس	2	21
الاختبارات النظرية والعملية		دفاع 1 ضد 1 + تعليم الدفاع والوقفة الدفاعية الصحيحة	2	22
الاختبارات النظرية والعملية		شرح أنواع الدفاع + تطبيق أنواع الدفاع	2	23
الاختبارات النظرية والعملية		شرح أنواع الهجوم + تطبيق أنواع الهجوم	2	24
الاختبارات النظرية والعملية		التهديف وأهميته + أنواع التهديف مشاهدة مباريات كرة القدم (video)	2	25
الاختبارات النظرية والعملية		حارس مرمى في كرة القدم + الوقفة الصحيحة لحارس المرمى وتحركاته	2	26
الاختبارات النظرية والعملية		ركلات الجزاء + تنفيذ ركلات الجزاء	2	27
الاختبارات النظرية والعملية		أهمية اللاعب الطائر + تطبيق حالات لعب للاعب الطائر	2	28
الاختبارات النظرية والعملية		امتحان نظري	2	29
الاختبارات النظرية والعملية		امتحان عملي	2	30

المقرر الدراسي لمادة كرة اليد – للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	2	- مراجعة ومناقشة مواد القانون 16+8 شرح لاستمارة التسجيل بعد الانتهاء من موضوع الهجوم والدفاع		الكلية – التجزئة – المتغيرة – المتوزع – المكثف - الذهني .	تقويم يومي
2	2	مراجعة وشرح وتطبيق دفاع المنطقة 6:0 و 5:1 وشرح مراحل الهجوم			الاختبارات النظرية والعملية
3	2	مراجعة وشرح مواد القانون 18+17 شرح إشارات التحكيم وتطبيقات اللعب			الاختبارات النظرية والعملية
4	3	شرح تطبيقات طريقة دفاع 2 :4 شرح تطبيقات التحكيم			الاختبارات النظرية والعملية
5	2	مناقشة مجالات تطبيقات فترات اللعب مناقشة شرح حالات التحكيم			الاختبارات النظرية والعملية
6	2	شرح تطبيقات دفاع رجل لرجل حتى منتصف الملعب			الاختبارات النظرية والعملية

الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان العملي الأول	2	7
الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان النظري الأول	2	8
الاختبارات النظرية والعملية			شرح وتطبيق طريقة اللعب بالتشكيل الدفاعي المركب 4:0:2	2	10
الاختبارات النظرية والعملية			شرح وتطبيق طرائق الدفاع في حالات خاصة	2	11
الاختبارات النظرية والعملية			شرح تطبيقات التشكيلات الهجومية شرح تطبيقات إشارات التحكيم مناقشة مواد القانون والإعادة 16+8	2	12
الاختبارات النظرية والعملية			شرح تطبيقات دفاع رجل لرجل حتى منتصف الملعب وفي كل الملعب	2	13
الاختبارات النظرية والعملية			المادة النظرية	2	14
الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان العملي الثاني	2	15
الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان النظري الثاني	2	16
الاختبارات النظرية والعملية			إعادة شرح وتطبيق استمارة التسجيل شرح وتطبيق إشارات التحكيم	2	17

الاختبارات النظرية والعملية			شرح وإعادة للدفاع ضمن حدود التشكيلات الدفاعية شرح وإعادة لمواد القانون 16+8	2	18
الاختبارات النظرية والعملية			شرح تطبيقات الهجوم ومراحله ضمن حدود التشكيلات الهجومية + لعب فريقيين	2	19
الاختبارات النظرية والعملية			شرح وإعادة لمواد القانون 16+14 شرح تطبيقات التشكيلات الهجومية اثناء اللعب	2	20
الاختبارات النظرية والعملية			شرح وتطبيق الدفاع رجل لرجل لكل الملعب اثناء اللعب	2	22
الاختبارات النظرية والعملية			شرح وتطبيق عملي لاستمارة التسجيل	2	23
الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان العملي الأول	2	24
الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان النظري الأول	2	25
الاختبارات النظرية والعملية			إعادة سريعة لجميع مواد القانون شرح تطبيقات قيادة الفريق	2	26
الاختبارات النظرية والعملية			شرح لاستمارة التسجيل وتطبيقها شرح طرائق دفاع المنطقة	2	27
الاختبارات النظرية والعملية			شرح وتطبيق مفردات الهجوم ومراحله من خلال اللعب	2	28

الاختبارات النظرية والعملية			شرح وتطبيق جميع مهارات الهجوم شرح وتطبيق جميع مهارات الدفاع	2	29
الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان النظري الثاني	2	30
الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان العملي الثاني		
الاختبارات النظرية والعملية			الامتحانات النهائية عملي ونظري		

المقرر الدراسي لمادة الاسكواش – للعام الدراسي (2025 – 2026)

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1.	2	تعريف لعبة الاسكواش ، تاريخها ، الأدوات	الاسكواش	نظري وعملي	اختبار نظري وعملي
2.	2	مسكة المضرب ، وقفة الاستعداد ، حركة القدمين.			الاختبارات النظرية والعملية
3.	2	التوافق والسيطرة على الكرة .			الاختبارات النظرية والعملية
4.	2	مسكة المضرب ، وقفة الاستعداد ، حركة القدمين.			الاختبارات النظرية والعملية
5.	2	التوافق والسيطرة على الكرة .			الاختبارات النظرية والعملية
6.	2	الضربة الارضية الامامية المستقيمة.			الاختبارات النظرية والعملية
7.	2	الضربة الارضية الامامية المستقيمة.			الاختبارات النظرية والعملية
8.	2	الضربة الارضية الامامية المستقيمة مع حركة القدمين .			الاختبارات النظرية والعملية
9.	2	الضربة الارضية الخلفية المستقيمة.			الاختبارات النظرية والعملية
10.	2	الضربة الارضية الخلفية المستقيمة.			الاختبارات النظرية والعملية
11.	2	الضربة الارضية الخلفية المستقيمة مع حركة القدمين .			الاختبارات النظرية والعملية

الاختبارات النظرية والعملية		ضربة الارسال من الجانب الايمن.	2	.12
الاختبارات النظرية والعملية		ضربة الارسال من الجانب الايسر.	2	.13
الاختبارات النظرية والعملية		اعادة لجميع المهارات	2	.14
الاختبارات النظرية والعملية		الامتحان النظري	2	.15
الاختبارات النظرية والعملية		الامتحان العملي	2	.16
الاختبارات النظرية والعملية		التدريب على أداء الضربة الجانبية.	2	.17
الاختبارات النظرية والعملية		شرح قواعد التحكيم.	2	.18
الاختبارات النظرية والعملية		التدريب على أداء المهارات كافة.	2	.19
الاختبارات النظرية والعملية		شرح قواعد التحكيم.	2	.20
الاختبارات النظرية والعملية		استمارة التسجيل.	2	.21
الاختبارات النظرية والعملية		شرح قواعد التحكيم.	2	.22
الاختبارات النظرية والعملية		اعادة لجميع الضربات الارضية الامامية	2	.23
الاختبارات النظرية والعملية		شرح قواعد التحكيم.	2	.24
الاختبارات النظرية والعملية		اعادة لجميع الضربات الارضية الخلفية	2	.25
الاختبارات النظرية والعملية		شرح قواعد التحكيم.	2	.26
الاختبارات النظرية والعملية		استمارة التسجيل.	2	.27
الاختبارات النظرية والعملية		اعادة لجميع ضربات الارسال	2	.28

الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان النظري	2	29.
الاختبارات النظرية والعملية			الامتحان العملي	2	30.
المقرر الدراسي لمادة كرة السلة – للعام الدراسي (2025 – 2026)					
طريقة التقييم	طريقة التعليم	اسم الوحدة او الموضوع	مخرجات التعلم المطلوبة	الساعات	الأسبوع
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	التعريف بالمواد الدراسية + تطوير اللياقة البدنية	2	1
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	القانون مادة (3+1) + تمارين تطويرية بالكرة	2	2
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	القانون مادة (10+4) + الدفاع رجل لرجل	2	3
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	القانون مادة (17+11) + تكملة الدفاع رجل لرجل	2	4
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	القانون مادة (21+18) + تمارين تطبيقية رجل لرجل	2	5
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	القانون مادة (31+22) + تمارين تطبيقية رجل لرجل	2	6
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	القانون مادة (44+32) + دفاع لمنطقة	2	7
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	القانون مادة (50+45) + تكملة دفاع المنطقة	2	8
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	شرح ميكانيكية التحكيم + تمارين تطبيقية	2	9
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	تطبيق ميكانيكية التحكيم + تمارين الدفاع للمنطقة	2	10

الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	لعب رجل لرجل + تحكيم	2	11
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	لعب دفاع المنطقة + تحكيم	2	12
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	إعادة شاملة لمواد القانون وميكانيكية التحكيم (للفصل الأول)	2	13
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الامتحان العملي (تحكيم + لعب)	2	14
الاختبارات النظرية والعملية	-----	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الامتحان النظري	2	15
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	تمارين تطويرية للياقة البدنية والمهارية	2	16
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الدفاع المختلط + لعب + تحكيم	2	17
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	تمارين تطبيقية للدفاع المختلط + لعب + تحكيم	2	18
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الهجوم السريع + لعب + تحكيم	2	19
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	تمارين تطبيقية للهجوم السريع + لعب + تحكيم	2	20
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	استمارة التسجيل	2	21
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الهجوم الفرقي ضد دفاع رجل لرجل + تمارين تطبيقية	2	22
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الهجوم الفرقي ضد المنطقة + تمارين تطبيقية	2	23

الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	لعب +تحكيم +تطبيق لاستمارة التسجيل	2	24
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الإعداد البدني والمهاري +لعب +تحكيم	2	25
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	حالات خاصة + لعب +تحكيم	2	26
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	التحليل بكرة السلة	2	27
الاختبارات النظرية والعملية	محاضرات نظرية + تعلم مهاري عملي	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الامتحان النظري لاستمارة التسجيل	2	28
الاختبارات النظرية والعملية	-----	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الامتحان العملي لعب +تحكيم	2	29
الاختبارات النظرية والعملية	-----	كرة السلة/ المرحلة الرابعة	الامتحان النظري	2	30