



وزارة التعليم
جامعة الملك سعود
عمادة الدراسات العليا
كلية علوم الرياضة والنشاط البدني
قسم الميكانيكا الحيوية والسلوك الحركي

ماجستير العلوم في التدريب الرياضي (خيار المقررات والرسالة)

١٤٣٧/١٤٣٨هـ

٢٠١٦/٢٠١٧م



● مقدمة

تم اعتماد قسم الميكانيكا الحيوية والسلوك الحركي بناء على قرار مجلس التعليم العالي في جلسته الخامسة عشرة بتاريخ ١٥/٧/٢٩هـ، ضمن أقسام كلية علوم الرياضة والنشاط البدني بجامعة الملك سعود. ويهدف برنامج ماجستير العلوم في التدريب الرياضي إلى تلبية احتياجات الكثير من المؤسسات الحكومية والأهلية بالمملكة العربية السعودية وهي (الهيئة العامة للرياضة - الأندية الرياضية - القطاعات العسكرية - المراكز الرياضية الخاصة - وزارة التعليم) بالإضافة إلى تحقيق تطلعات الخريجين من الجامعات السعودية الراغبين في استكمال دراستهم العليا، حيث يساعد برنامج ماجستير العلوم في التدريب الرياضي المعدل في تطوير المستوى المعرفي والمهني مما يعزز ربط النظرية بالتطبيق لدى المدرب الرياضي والتطرق إلى المشاكل التدريبية ودراساتها وتقديم الحلول العلمية وفق المستجدات في مجال التدريب الرياضي.

كما يهدف برنامج ماجستير العلوم في التدريب الرياضي إلى مواكبة التطور في منظومة التدريب الرياضي والتي ظهرت في المحافل الدولية من خلال إعداد كوادر متخصصة تواكب هذه المستجدات وتعمل على الارتقاء بالمستوى الرياضي للشباب في جميع أنحاء المملكة من خلال دراسة برامج التحليل الحركي الكيفي والكمي والتدريب على برامج التحليل البيوميكانيكي وتطبيقاتها في مجال التدريب الرياضي وإعداد بحوث في مجال التحكم والتعلم الحركي وعلم النفس الرياضي والإصابات الرياضية وتقنين الأحمال البدنية، كما تهدف إلى الاهتمام بالتدريب الرياضي للأطفال وكبار السن ووضع البرامج التدريبية الرياضية المناسبة لهم ، كما يهدف البرنامج إلى إعداد وتأهيل المدربين للعمل في القطاعات العسكرية المختلفة.

● اسم الدرجة العلمية

➤ ماجستير العلوم في التدريب الرياضي.

● لغة التدريس

➤ اللغة العربية.

● أهمية ومسوغات استحداث البرنامج

- عدم وجود برامج ماجستير متخصصة في مجال التدريب الرياضي على مستوى المملكة العربية السعودية.
- إعداد كوادر بحثية وفق المستجدات الحديثة في مجال التدريب الرياضي.
- مواكبة التطور العلمي السريع في القضايا المعاصرة في مجال التدريب الرياضي.

● رؤية البرنامج

التميز العلمي والبحثي وخدمة المجتمع في مجال التدريب الرياضي.

● رسالة البرنامج

تطوير مستوى العاملين في مجال علوم التدريب الرياضي في القطاعات والمؤسسات الرياضية ومواكبة المستجدات العلمية والقدرة على المنافسة في بيئة تعليمية تتصف بالجودة.

• أهداف البرنامج

- تزويد الطلاب بالمعارف والمعلومات والمهارات الخاصة بمجال التدريب الرياضي.
- إثراء البحث العلمي في مجال التدريب الرياضي.
- رفع المستوى العلمي والأكاديمي للعاملين في ميدان التدريب الرياضي.
- إعداد كوادر مهنية وأكاديمية قادرة على استخدام أساليب البحث العلمي وتطبيقاته في مجال التدريب الرياضي.

• مخرجات البرنامج

أ- المعرفة والفهم:

- الإلمام بالمعارف والمعلومات الحديثة في علوم التدريب الرياضي.
- الإلمام بالتقنيات الحديثة في مجال علوم التدريب الرياضي.

ب- المهارات الذهنية:

- تحديد الصعوبات والمعوقات في مجال علوم التدريب الرياضي وتحليلها وترتيبها وفق الأولويات.
- اتخاذ القرارات المهنية في ضوء المعلومات المتاحة.
- ربط النظرية بالتطبيق في مجال علوم التدريب الرياضي.
- إجراء المقارنات المختلفة بين الموضوعات في مجال التدريب الرياضي.
- تطبيق المنهج العلمي لحل المشكلات المهنية.

ج- المهارات المهنية والعملية:

- كتابة التقارير المهنية.
- تطبيق النظريات والأسس العلمية في المجال التطبيقي للتدريب الرياضي ليخدم المجتمع الوطني والعالمي.
- تطبيق المهارات المهنية في مجال التخصص.
- استخدام الوسائل والتقنيات الحديثة في تطوير العملية التدريبية.
- تخطيط وتنفيذ وتقييم البرامج التدريبية.

د- المهارات العامة:

- التواصل الفعال بأنواعه المختلفة.
- استخدام التكنولوجيا المعلوماتية بما يخدم تطوير الممارسة المهنية.
- التعلم الذاتي والمستمر.
- العمل في فريق وإدارة الوقت.
- استخدام المصادر المختلفة للحصول على المعلومات.
- القدرة على التقييم الذاتي وتحديد الاحتياجات التعليمية الشخصية.

● المستفيدون من البرنامج

❖ الأفراد:

- جميع خريجي كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة على مستوى المملكة العربية السعودية.
- المدربون في الأندية الرياضية.
- العاملون في مجال الاتحادات الرياضية.
- العاملون بالأنشطة الرياضية الجامعية.

❖ جميع المنسوبين في المؤسسات التالية:

- الجامعات السعودية وفي مقدمتها جامعة الملك سعود.
- الكليات العسكرية والأمنية.
- الهيئة العامة للرياضة.
- الأندية الرياضية.
- مراكز اللياقة والتدريب الرياضي.
- الأندية الصحية.
- وزارة التعليم (المدربين الرياضيين)

● فرص التوظيف المتاحة:

- القطاعات العسكرية.
- الأندية الرياضية.
- الهيئة العامة للرياضة.
- الاتحادات الرياضية.
- الشركات والمصانع.
- الأنشطة الرياضية بالجامعات السعودية.

● شروط القبول

❖ إضافة إلى الشروط المحددة في اللائحة الموحدة للدراسات العليا في الجامعات السعودية، والقواعد

والإجراءات التنظيمية والتنفيذية للدراسات العليا بجامعة الملك سعود فإن القسم يشترط ما يلي:

١. أن يكون المتقدم حاصلاً على درجة البكالوريوس من أحد كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة أو التخصصات ذات العلاقة من جامعة سعودية أو من جامعة أخرى معترف بها.
٢. أن يجتاز المقابلة الشخصية.

● متطلبات الحصول على الدرجة

➤ خيار المقررات والرسالة

- أن يجتاز الطالب (٣٠) وحدة دراسية من مقررات الماجستير.
- إتمام رسالة الماجستير بنجاح.

● مسارات البرنامج: (لا يوجد)

● الهيكل العام للبرنامج

● خيار المقررات والرسالة

- عدد الوحدات المطلوبة (٣٠) وحدة دراسية إضافة إلى (٦) وحدات للرسالة على النحو التالي:

عدد الوحدات المطلوبة	عدد المقررات	نوع المقررات
(٩) وحدات دراسية	٣	مقررات إجبارية عامة
(١٨) وحدة دراسية	٧	مقررات إجبارية تخصصية
(٣) وحدات دراسية	١	مقررات اختيارية
(٦) وحدات دراسية	١	الرسالة
(٣٠) وحدة دراسية + (٦) للرسالة	١٢	المجموع

● الخطة الدراسية للبرنامج

➤ المستوى الأول

م	رقم المقرر ورمزه	مسمى المقرر	عدد الوحدات الدراسية
١	٥٠٠ مسك	طرق البحث في علوم الرياضة والنشاط البدني	٣ (٠ + ٣)
٢	٥٠١ تتب	الفلسفة والاتجاهات الحديثة في علوم الرياضة والنشاط البدني	٣ (٠ + ٣)
٣	٥٠٥ مسك	الميكانيكا الحيوية في النشاط الرياضي	٣ (٠ + ٣)
المجموع			(٩) وحدات دراسية

➤ المستوى الثاني

م	رقم المقرر ورمزه	مسمى المقرر	عدد الوحدات الدراسية
١	٥١١ مسك	الإحصاء في علوم الرياضة والنشاط البدني	٣ (٠ + ٣)
٢	٥١٢ مسك	دراسات متقدمة في التدريب الرياضي	٣ (٢ + ٢)
٣	٥١٣ مسك	التعلم الحركي والأداء	٣ (٠ + ٣)
المجموع			(٩) وحدات دراسية

➤ المستوى الثالث

م	رقم المقرر ورمزه	مسمى المقرر	عدد الوحدات الدراسية
١	٥٢١ مسك	دراسات متقدمة في إصابات الأنشطة الرياضية	٣ (٠ + ٣)
٢	٥٩٦ مسك	إعداد خطة بحث	وحدة دراسية
٣	٥٠٣ مسك	علم النفس الرياضي	٣ (٠ + ٣)
٤	-----	مقرر اختياري (١)	٣ (٠ + ٣)
المجموع			(١٠) وحدات دراسية

➤ قائمة المقررات الاختيارية: (يختار الطالب مقرر واحد من المقررات الاختيارية التالية في المستوى الثالث)

م	رقم المقرر ورمزه	مسمى المقرر	عدد الوحدات الدراسية
١	٥٢٤ مسك	التحليل الحركي للأنشطة البدنية	٣ (٢ + ٢)
٢	٥٣٦ فجب	حلقة بحث في التغذية والأداء البدني	٣ (٠ + ٣)
٣	٥٢٨ مسك	التطور الحركي (متقدم)	٣ (٠ + ٣)
٤	٥٥٦ فجب	اختبار الجهد البدني ووصفته	٣ (٠ + ٣)
٥	٥٣٠ مسك	الرياضة والمجتمع	٣ (٠ + ٣)
الإجمالي			١٥ وحدة دراسية

➤ المستوى الرابع

م	رقم المقرر ورمزه	مسمى المقرر	عدد الوحدات الدراسية
١	٥٣١ مسك	حلقة بحث في تخطيط الأحمال البدنية	٢ (٠ + ٢)
٢	٦٠٠ مسك	الرسالة	٦ وحدات دراسية
الإجمالي			(٣٠) وحدة دراسية + (٦) للرسالة

• وصف مقررات البرنامج :

٣ (٠+٣)	طرق البحث في علوم الرياضة والنشاط البدني	(٥٠٠ مسك)
التعرف على طرق البحث العلمي وخصائصه واستخداماته وخطواته ومناهجه ، وأنواع البحوث الكمية والكيفية ، وبحوث التقييم، ومراحل تصميم البحث، والفرضيات ، طرق اختيار العينات ، وبناء أدوات جمع البيانات في علوم الرياضة والنشاط البدني.		
٣ (٠+٣)	الفلسفة والاتجاهات الحديثة في علوم الرياضة والنشاط البدني	(٥٠١ تتب)
الامام بمعنى و مفهوم و اهمية علوم الرياضة والنشاط البدني و ماهية الاتجاهات الحديثة فيها و نظريات اللعب بالإضافة إلى دراسة الأصول الفلسفية لعلوم الرياضة والنشاط البدني ومفهومها و وظيفتها و علاقة التربية العامة بالتربية البدنية مع التركيز على القيم و الأهداف التربوية والجوانب التطبيقية المختلفة في مجالات علوم الرياضة والنشاط البدني.		
٣ (٠+٣)	علم النفس الرياضي	٥٠٣ مسك
التعرف على الاتجاهات المعاصرة في علم النفس الرياضي والإطلاع على نتائج البحوث النفسية والفسيولوجية المرتبطة بالأداء البدني ويتضمن المقرر دراسة الشخصية الرياضية ، والانتباه والتركيز ، والتصور الذهني ، والقلق والاستثارة ، وأساليب التدخل المعرفي ، ورجع الاستجابة البيولوجي ، كما يتطرق المقرر إلى أساليب القياس المستخدمة في علم النفس الرياضي.		
٣ (٠+٣)	الميكانيكا الحيوية في النشاط الرياضي	٥٠٥ مسك
تعريف الطالب بالمبادئ المتقدمة لكينماتيكية وكينماتيكية الحركة ، ويشمل ذلك دراسة الأسس النظرية و التطبيقية لتحليل الميكانيكي للحركات والمهارات الرياضية والأنشطة اليومية الاعتيادية وديناميكية الموائع.		
٣ (٠+٣)	الاحصاء في علوم الرياضة والنشاط البدني	٥١١ مسك
دراسة أهم العمليات والإجراءات الاحصائية المتقدمة المتعلقة بتوصيف البيانات والتعريف بأهم الاساليب الاحصائية البارامترية واللابارامترية ، والتدريب على تطبيقها في الدراسات والبحوث بما في ذلك استخدام الحزم الاحصائية (SPSS) ، ويتضمن المقرر مستويات القياس والمتغيرات وأنواعها والاختبار الاحصائي للفرضيات ومفهوم الدلالة الاحصائية وخطأ النوع الأول والثاني وقوة الاختبار الاحصائي وتطبيقات بعض الاختبارات الاحصائية وطرق اختيار العينة وتحديد مجتمع البحث.		
٣ (٢+٢)	دراسات متقدمة في التدريب الرياضي	٥١٢ مسك
تعريف الدارسين بالمفاهيم العلمية لعملية إعداد الرياضيين والفرق الرياضية إعدادا بدني ومهاري وخططي متكامل ، واستعراض الدراسات والبحوث في مجال التدريب الرياضي ونقدها ، وأساليب تخطيط البرامج التدريبية والمقارنة بين طرق التدريب المختلفة.		
٣ (٠+٣)	التعلم الحركي والاداء	٥١٣ مسك
التعرف على الموضوعات والاتجاهات المعاصرة في التعلم والتحكم الحركي والأداء، وتشمل التعرف على نتائج البحوث المرتبطة باكتساب المهارات الحركية، ونظريات التعلم والتحكم الحركي، والعوامل المؤثرة على تعلم المهارات، والفروق الفردية، ومراحل وانتقال أثر التعلم، وتصميم وجدولة الممارسة والتدريب، والاساليب المتبعة لقياس الأداء الحركي وأساليب تقدم التغذية الراجعة.		

٣ (٠+٣)	دراسات متقدمة في اصابات الأنشطة الرياضية	٥٢١ مسك
تزويد الطالب بالمعلومات والمهارات المرتبطة بالإصابات الرياضية والإسعافات الأولية، وكيفية استخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة والعلاقة بين الإصابات الرياضية والعلوم الأخرى، بالإضافة إلى فهم الطالب لكيفية تحديد المشكلات في مجال الإصابات الرياضية وكيفية التعامل معها وحلها وكذلك فهم الأسس العلمية وكيفية تحديد برامج التأهيل البدني خلال مرحلة التأهيل الحركي. وطرق وأساليب الوقاية من الإصابات وعوامل الأمن والسلامة في المجال الرياضي.		
وحدة دراسية	إعداد خطة بحث	٥٩٦ مسك
دراسة موضوع متقدم في إحدى مجالات علوم التدريب الرياضي و يتضمن هذا المقرر قيام الطالب بإعداد خطة بحث في موضوع يختاره الطالب من بين اهتماماته.		
٣ (٢+٢)	التحليل الحركي للأنشطة البدنية	٥٢٤ مسك
يهدف هذا المقرر إلى ربط ما تم دراسته من جوانب نظرية بالجوانب التطبيقية وذلك من خلال التدريب على إجراءات جمع البيانات و تحليلها بعمل تجارب ومشاريع صغيرة باستخدام مختلف الأجهزة و التقنيات المتاحة مثل التصوير ثلاثي الأبعاد، ومنصة القوة، وتوزيع الضغط تحت القدم، وقياس النشاط العضلي ومن كتابة التقارير البحثية لكل تجربة.		
٣ (٠+٣)	حلقة بحث في التغذية والاداء البدني	٥٣٦ فجب
يهدف هذا المقرر الى اكساب الطالب المعارف المتقدمة في التغذية والأداء البدني من خلال التطرق لموضوعات في التغذية للرياضيين مثل وجبات ما قبل وأثناء وبعد المنافسة أو التدريب ،وعلاقة المغذيات الكبيرة والصغيرة بالنشاط البدني ،والمنشطات والعوامل المساعدة لتوليد طاقة الأداء وعلاقتها بالرياضة.		
٣ (٠+٣)	التطور الحركي (متقدم)	٥٢٨ مسك
يهدف هذا المقرر إلى تعريف الطالب بتأثير العوامل الوراثية والبيئية على عمليتي النمو والنضج ومردودات ذلك على تعلم المهارات الحركية .ويشمل المقرر دراسة تأثير العوامل الاجتماعية والحضارية على التطور الحركي ، ومواصفات السلوك الحركي المبكر وخصائص السلوك الحركي خلال المراحل السنوية المختلفة ، ومراحل التطور الإدراكي الحركي والتغيرات المورفولوجية المصاحبة للجهد البدني خلال مراحل الحياة المختلفة.		
٣ (٠+٣)	اختبار الجهد البدني ووصفته	٥٥٦ فجب
يهدف هذا المقرر إلى إكساب الدارس المهارات الضرورية لإجراء الاختبار التدريجي للجهد البدني والاحتياطات الواجب اتباعها في هذا الصدد مع التطرق إلى مميزات أنظمة الاختبارات المتعددة وعيوبها، وكيفية إعطاء وصفة للجهد البدني لأغراض الصحة واللياقة البدنية لشرائح متعددة من المجتمع مع التعرف على الوسائل الضرورية لمراقبة شدة التدريب البدني.		
٣ (٠+٣)	الرياضة والمجتمع	٥٣٠ مسك
يهدف هذا المقرر إلى دراسة متقدمة للعلاقة بين الرياضة والمجتمع ، وتشمل مجالات النظريات الاجتماعية للرياضة والتاريخ الاجتماعي للرياضة، والرياضة والتنشئة الاجتماعية ، والرياضة والطبقات الاجتماعية، والعنف في الرياضة ، والرياضة الوطنية.		

٢ (٠+٢)	حلقة بحث في تخطيط الأحمال البدنية	٥٣١ مسك
<p>يهدف هذا المقرر إلى تعريف الطالب الأسس العلمية والمبادئ الأساسية الخاصة بتخطيط الاحمال البدنية وأنواع العمل العضلي للتدريبات البدنية وخطوات تصميم البرامج وطرق التدريب المتبعة لتقنين الأحمال البدنية وتحديد الأهداف والأغراض المراد تحقيقها ، والأسس العلمية لتقويم الأحمال البدنية.</p>		

(٦) وحدات دراسية	الرسالة	٦٠٠ مسك
<p>على طالب الدراسات العليا بعد إنهاء جميع متطلبات القبول واجتيازه خمسين في المائة على الأقل من المقررات الدراسية وبمعدل تراكمي لا يقل عن جيد جدا التقدم بمشروع الرسالة إلى القسم ، وفي حالة التوصية بالموافقة عليه يقترح مجلس القسم اسم المشرف على الرسالة والمشرف المساعد إن وجد أو أسماء أعضاء لجنة الإشراف مع تحديد رئيسها ، ويرفع بذلك إلى مجلس الكلية ومجلس عمادة الدراسات العليا للموافقة عليه بناء على موافقة مجلس الكلية، ويعتبر المقرر (٥٩٦ مسك) متطلب سابق لتسجيل الرسالة.</p>		