

الخطة الدراسية لمرحلة الدرجة الجامعية المتوسطة
في تخصص التربية البدنية والصحية
(رمز التخصص: L61101)

(تم الموافقة على تعديل هذه الخطة بموجب قرار لجنة الخطة الدراسية رقم
2025/2024/11/11 بتاريخ 2025/8/20، وتطبق اعتباراً من بداية العام الجامعي 2026/2025).

تتكون الخطة الدراسية للدرجة الجامعية المتوسطة في تخصص (التربية البدنية والصحية) من
(72) ساعة معتمدة موزعة على النحو الآتي:-

الرقم	المتطلبات	عدد الساعات المعتمدة
أولاً	متطلبات الثقافة العامة	6
ثانياً	متطلبات مهارات التشغيل	12-9
ثالثاً	متطلبات العلوم الأساسية للمؤهل	9-6
رابعاً	متطلبات المسار	45-39
خامساً	الممارسة المهنية	6
المجموع		72

بيانات المسار/ التخصص:

1.	اسم التخصص (باللغة العربية)	التربية البدنية والصحية
2.	اسم التخصص (باللغة الإنجليزية)	Physical and Health Education
3.	مستوى البرنامج في الاطار الوطني الاردني للمؤهلات	المستوى 6: الدرجة الجامعية المتوسطة ☐ المستوى 5: الشهادة الجامعية المتوسطة ☐ المستوى 4: الدبلوم الفني أو التدريبي ☐ أخرى (تذكر):
4.	الدرجة العلمية للبرنامج	دبلوم متوسط ☐ أخرى (تذكر):
5.	الكلية او الكليات الموطن بها البرنامج	كليات جامعة البلقاء التطبيقية والكليات الخاصة التابعة لها
6.	القسم الاكاديمي التابع له البرنامج	
7.	الأقسام الأخرى المشتركة في تدريس البرنامج	
8.	تاريخ بداية البرنامج (قرار الترخيص)	
9.	مدة الدراسة في التخصص	72 ساعة معتمدة (سنتان دراسيتان)
10.	لغة التدريس	اللغة العربية + اللغة الانجليزية
11.	شروط القبول في البرنامج	تحدد شروط القبول في ضوء لائحة الدراسة للمرحلة الجامعية المتوسطة والتعليمات الخاصة بها في جامعة البلقاء التطبيقية، بالإضافة الى ما يصدر من مجلس التعليم العالي من قرارات بهذا الخصوص .
12.	نوع البرنامج	أكاديمي ☐ تطبيقي ☐ تقني ☒ ثنائي ☐

هدف البرنامج

يهدف البرنامج إلى إعداد مدربي لياقة بدنية وفقاً لمتطلبات وواصفات المستوى السادس في الإطار الوطني الأردني للمؤهلات للعمل في الأندية الرياضية وأندية اللياقة البدنية.

الأهداف العامة التي يحققها البرنامج :

1. التدريب في مجال اللياقة البدنية
2. إدارة المنشآت الرياضية والأنشطة الرياضية
3. إسعاف الإصابات الرياضية
4. تدريس التربية الرياضية

ثانياً: مصفوفة مخرجات التعلم للتخصص PLOs

مخرج التعلم	المعرفة	المهارات	الكفايات
علوم التدريب الرياضي	أن يظهر القدرة على: • ذكر النظريات والمعارف في مبادئ وفسولوجيا التدريب الرياضي • تسمية أساسيات ومبادئ علم التشريح • وصف أساسيات علم نفس التدريب الرياضي • شرح ما تعلمه في التربية الصحية والإصابات الرياضية • تسمية التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي • تبين متطلبات التغذية الرياضية والصحية	أن يطبق ما يلي: • المهارات التي تعلمها في مبادئ وفسولوجيا التدريب الرياضي والتشريح الوظيفي • توظيف مبادئ علم نفس التدريب الرياضي • توظيف ما تعلمه في التربية الصحية والإصابات الرياضية • مقارنة بين التكنولوجيا الحديثة في التدريب الرياضي • تحليل عناصر التغذية الرياضية والصحية	أن يعمل على: • تصميم برامج في التدريب الرياضي • مواكبة وتشخيص المعارف المتقدمة في مجال علم نفس التدريب الرياضي والتربية الصحية والغذائية والإصابات والتكنولوجيا الحديثة
2. علوم الإدارة الرياضية	أن يظهر القدرة على: • شرح مبادئ الإدارة الرياضية والتسويق الرياضي	أن يطبق ما يلي:	أن يعمل على: • توظيف المهارات المكتسبة في مجال الإدارة الرياضية

والتسويق الرياضي وإدارة الاتحادات والأندية والمنشآت الرياضية	- عملية تحليل مبادئ في الإدارة الرياضية والتسويق الرياضي - تصميم خطط في إدارة الاتحادات والأندية والمنشآت الرياضية - تصميم مشاريع إدارية رياضية بسيطة	تعداد خطوات إدارة الاحادات والأندية الرياضية والمنشآت الرياضية	
أن يعمل على: - تطوير القدرات البدنية - تصميم تدريبات في اللياقة البدنية والصحية - تشخيص الإصابات وإسعافها	أن يطبق ما يلي: - ما تعلمه من عناصر اللياقة البدنية في الإعداد البدني - ما تعلمه في تدريبات اللياقة البدنية والصحية الهوائية واللاهوائية - تمييز طرق الإسعافات الأولية - فحص القوام والعلاج الطبيعي والترويجي - تصميم برنامج في تدريبات الأجهزة والأنقال - تصميم بحث علمي أو مشروع بسيط في المجال الرياضي	أن يظهر القدرة على: - تعداد عناصر الإعداد البدني - تبيان طرق التدريبات في اللياقة البدنية والصحية الهوائية واللاهوائية - شرح طرق الإسعافات الأولية - وصف القوام الجيد والعلاج الطبيعي والترويجي - تسمية المقاييس والاختبارات الصحية - تصنيف التدريبات الخاصة بالأجهزة والأنقال - تعداد طرق التدليك - تمييز أساليب البحث والقياس العلمي في المجال الرياضي	3. التربية البدنية/ الصحية

المجالات المعرفية لمتطلبات الثقافة العامة :

المساقات التعليمية	الساعات الاسبوعية		الساعات المعتمدة	المجال المعرفي
	عملي / تطبيقي	نظري		
تربية وطنية	1 ندوة	1	2	1. الثقافة العامة
علوم عسكرية	-	1	1	
الثقافة الإسلامية	-	3	3	
	1	5	6	المجموع (ساعة معتمدة)

المجالات المعرفية لمتطلبات مهارات التشغيل :

المساقات التعليمية	الساعات الاسبوعية		الساعات المعتمدة	المجال المعرفي
	عملي / تطبيقي	نظري		
اللغة الإنجليزية التطبيقية	1 تطبيقات عملية	2	3	2. مهارات التشغيل
تطبيقات الذكاء الاصطناعي	1 تطبيقات عملية	2	3	
الريادة والابتكار	1 مشروع	1	2	
مهارات الحياة والعمل	1 ندوة	1	2	
مهارات رقمية	2 مختبر حاسوب	0	2	
	6	6	12	المجموع (ساعة معتمدة)

المجالات المعرفية لمتطلبات العلوم الأساسية للمؤهل :

المساقات التعليمية	الساعات الاسبوعية		الساعات المعتمدة	المجال المعرفي
	عملي / تطبيقي	نظري		
النشاط البدني ونمط الحياة والصحة	1 ندوة	1	2	3. العلوم الأساسية للمؤهل
إدارة المشاريع والمؤسسات الرياضية	1 مشروع	2	3	
الرياضة الريادية	1 تطبيقات عملية	1	2	
الرياضة لذوي الاحتياجات الخاصة	1 تطبيقات عملية	1	2	
	4	5	9	المجموع (ساعة معتمدة)

المجالات المعرفية للمسار:

المساقات التعليمية	الساعات الاسبوعية		الساعات المعتمدة	المجال المعرفي
	عملي / تطبيقي	نظري		
فسيولوجيا التدريب الرياضي	1	2	3	4. علوم التدريب الرياضي
مبادئ التشريح الوظيفي	1	2	3	
التغذية والصحة للرياضة	1 مشروع	2	3	
علم النفس الرياضي	1 ندوة	2	3	
مبادئ التدريب الرياضي	1 تقارير	2	3	
	5	10	15	المجموع (ساعة معتمدة)
تدريبات الأوزان والأجهزة	2 تطبيقات عملية	1	3	5. علوم الإدارة الرياضية
الاختبارات والمقاييس في المجال الصحي والرياضي	2 تطبيقات عملية	1	3	
برامج اللياقة البدنية الخاصة بالصحة والإنجاز	2 تطبيقات عملية	1	3	
تكنولوجيا التدريب الرياضي والذكاء الاصطناعي	1 تطبيقات عملية	2	3	
الألعاب الفردية والجماعية	2 تطبيقات عملية	1	3	
	9	6	15	المجموع (ساعة معتمدة)
الإعداد البدني	2 تطبيقات عملية	1	3	6. التربية البدنية/ الصحية
الإصابات الرياضية والإسعافات الأولية	2 تطبيقات عملية	1	3	
تطبيقات عملية في المجال الصحي والرياضي	3 تطبيقات عملية	0	3	
	7	2	9	المجموع (ساعة معتمدة)
الممارسة المهنية 1	10	0	3	7. الممارسة المهنية
الممارسة المهنية 2	10	0	3	
	6	0	6	المجموع (ساعة معتمدة)

الخطة الدراسية

أولاً: متطلبات الثقافة العامة (6) ساعة معتمدة موزعة على النحو التالي:-

رقم المادة	اسم المادة	الساعات المعتمدة	الساعات الاسبوعية		المتطلب السابق
			نظري	عملي	
L60000114	تربية وطنية	2	1	1 ندوة	لا يوجد
L60000112	علوم عسكرية	1	1	-	لا يوجد
L60000111	الثقافة الإسلامية	3	3	-	لا يوجد
المجموع		6	5	1	--

ثانياً: متطلبات مهارات التشغيل (9-12) ساعة معتمدة، وهي كالآتي:-

رقم المادة	اسم المادة	الساعات المعتمدة	الساعات الاسبوعية		المتطلب السابق
			نظري	عملي	
L60000122	اللغة الإنجليزية التطبيقية	3	2	1	* اللغة الإنجليزية 99
L60000124	تطبيقات الذكاء الاصطناعي	3	2	1	-
L60000121	الريادة والابتكار	2	1	1 ندوة	-
L60000123	مهارات الحياة والعمل	2	1	1 ندوة	-
L60000125	مهارات رقمية	2	0	2 مختبر حاسوب	** مهارات الحاسوب 99
المجموع		12	6	6	

* النجاح في امتحان مستوى اللغة الإنجليزية يعفى الطالب من مادة اللغة الإنجليزية 99.

** النجاح في امتحان مستوى مهارات الحاسوب، يعفى الطالب من مهارات الحاسوب 99

ثالثاً: متطلبات العلوم الأساسية للمؤهل (الرياضة) (6-9) ساعة معتمدة، وهي كالآتي :-

رقم المادة	اسم المادة	الساعات المعتمدة	الساعات الاسبوعية		المتطلب السابق
			نظري	عملي	
L61100131	النشاط البدني ونمط الحياة والصحة	2	1	1 ندوة	
L61100132	إدارة المشاريع والمؤسسات الرياضية	3	2	1 مشروع	
L61100133	الرياضة الريادية	2	1	1 تطبيقات عملية	
L61100135	الرياضة لذوي الاحتياجات الخاصة	2	1	1 تطبيقات عملية	
المجموع		9	5	4	

رابعاً: متطلبات المسار للمؤهل (39-45) ساعة معتمدة، وهي كالآتي :-

رقم المادة	اسم المادة	الساعات المعتمدة	الساعات الاسبوعية		المتطلب السابق
			نظري	عملي	
L61101141	فسيولوجيا التدريب الرياضي	3	2	1	
L61101241	مبادئ التشريع الوظيفي	3	2	1	
L61101242	التغذية والصحة للرياضة	3	2	1 مشروع	
L61101162	الإعداد البدني	3	1	2 تطبيقات عملية	
L61101251	تدريبات الأوزان والأجهزة	3	1	2 تطبيقات عملية	
L61101255	الاختبارات والمقاييس في المجال الصحي والرياضي	3	1	2 تطبيقات عملية	
L61101253	برامج اللياقة البدنية الخاصة بالصحة والإنجاز	3	1	2 تطبيقات ومشاريع	
L61101254	تكنولوجيا التدريب الرياضي والذكاء الاصطناعي	3	2	1 تطبيقات	
L61101262	الإصابات الرياضية والاسعافات الأولية	3	1	2 تطبيقات عملية	
L61101243	علم النفس الرياضي	3	2	1 ندوة	

المتطلب السابق	الساعات الاسبوعية		الساعات المعتمدة	اسم المادة	رقم المادة
	عملي	نظري			
L61101162	2 تطبيقات عملية	1	3	الألعاب الفردية والجماعية	L61101252
	1 تقارير وأبحاث	2	3	مبادئ التدريب الرياضي	L61101142
	3 تطبيقات عملية	0	3	تطبيقات عملية في المجال الصحي والرياضي	L61101264
	21	18	39	المجموع (ساعة معتمدة)	

خامساً: متطلبات الممارسة المهنية وهي (6) ساعات معتمدة موزعة على النحو الآتي :

المتطلب السابق	الساعات الاسبوعية		الساعات المعتمدة	اسم المادة	رقم المادة
	عملي*	نظري			
فصل ثالث	2*5=10	-	3	الممارسة المهنية 1	L61101271
فصل رابع	2*5=10	-	3	الممارسة المهنية 2	L61101272
	6	-	6	المجموع (ساعة معتمدة)	

عدد الاسبوع 14

الدراسة والتدريب في مكان العمل يتم خلال يومين في الاسبوع وبمعدل 5 ساعات في اليوم الواحد

140=14*2*5 ساعة

الخطة الاسترشادية

السنة الاولى					
الفصل الدراسي الثاني			الفصل الدراسي الاول		
الساعات المعتمدة	اسم المادة	رقم المادة	الساعات المعتمدة	اسم المادة	رقم المادة
1	علوم عسكرية	L60000112	3	الثقافة الإسلامية	L60000111
3	اللغة الإنجليزية التطبيقية	L60000122	2	مهارات الحياة والعمل	L60000123
3	تطبيقات الذكاء الاصطناعي	L60000124	2	مهارات رقمية	L60000125
2	تربية وطنية	L60000114	2	الريادة والابتكار	L60000121
3	إدارة المشاريع والمؤسسات الرياضية	L61100132	2	النشاط البدني ونمط الحياة	L61100131
3	مبادئ التدريب الرياضي	L61101142	2	الرياضة الريادية	L61100133
3	إعداد بدني	L61101162	2	الرياضة لذوي الاحتياجات الخاصة	L61100135
			3	فسيولوجيا التدريب الرياضي	L61101141
18	المجموع		18	المجموع	
السنة الثانية					
الفصل الدراسي الثاني			الفصل الدراسي الاول		
الساعات المعتمدة	اسم المادة	رقم المادة	الساعات المعتمدة	اسم المادة	رقم المادة
3	الألعاب الفردية والجماعية	L61101252	3	مبادئ التشريع الوظيفي	L61101241
3	الإصابات الرياضية والإسعافات الأولية	L61101262	3	تدريبات الأوزان والأجهزة	L61101251
3	التغذية والصحة للرياضيين	L61101242	3	برامج اللياقة البدنية الخاصة بالصحة والإنجاز	L61101253
3	تكنولوجيا التدريب الرياضي والذكاء الاصطناعي	L61101254	3	علم النفس الرياضي	L61101243
3	تطبيقات عملية في المجال الرياضي والصحي	L61101264	3	الاختبارات والمقاييس في المجال الصحي والرياضي	L61101255
3	الممارسة المهنية 2	L61101272	3	الممارسة المهنية 1	L61101271
18	المجموع		18	المجموع	

الوصف المختصر لمواد الخطة الدراسية لتخصص فنون الطهي

(0-1)1	علوم عسكرية	L60000112
يحدد ويحدث المحتوى وكذلك المرجع المعتمد من قبل مديرية التربية والتعليم والثقافة العسكرية		
(0-2)2	تربية وطنية	L60000114
مجموعة الثوابت الوطنية الأردنية وعلى رأسها العقيدة الإسلامية السمحاء، ومبادئ الثورة العربية الكبرى والدستور الأردني والميثاق الوطني وفكر القيادة الهاشمية المستنير، بـHبعاده العربية والإسلامية والانسانية وتجربة الأمة التاريخية بالشكل الذي ينسجم مع الاستراتيجية الوطنية الأردنية للتعليم العالي تأصيل روح المواطنة الفاعلة عند الطالب بصورة حضارية متوازنة بعيداً عن التطرف والتعصب، وبما يمكنه من مواجهة التحديات القائمة ومواكبة التطورات العصرية.		
(0-3)3	الثقافة الإسلامية	L60000111
الثقافة الإسلامية وبيان معانيها وموضوعاتها والنظم المتعلقة بها – وظائفها وأهدافها، مصادر ومقومات الثقافة الإسلامية والأركان والأسس التي تقوم عليها، خصائص الثقافة الإسلامية، الإسلام والعلم، والعلاقة بين العلم والإيمان، التحديات التي تواجه الثقافة الإسلامية، رد الشبهات التي تثار حول الإسلام، الأخلاق الإسلامية والآداب الشرعية في إطار الثقافة الإسلامية، النظم الإسلامية.		
(1-2)3	اللغة الإنجليزية التطبيقية	L60000122
Introduction to communication, Verbal communication skills, Interpersonal communication, Public speaking, Written communication & Presentation Skills, how to be brilliant in a job interview. Common technical genres including emails, memos, agendas and minutes, and reports. Contemporary technologies, applications and Artificial Intelligence in technical writing. المتطلب السابق النجاح في امتحان مستوى اللغة الإنجليزية أو دراسة مادة اللغة الإنجليزية 99		
(1-2)3	تطبيقات الذكاء الاصطناعي	L60000124
مفهوم الذكاء الاصطناعي وأدواته، تطبيقات الذكاء الاصطناعي: التعرف على الكلام، الترجمة، الرؤية الحاسوبية، التشخيص، التجارة والأعمال الإلكترونية، الأمن السيبراني، الروبوتات الذكية، تحليل البيانات، الألعاب الإلكترونية.		
(1-1)2	الريادة والابتكار	L60000121
المبادئ الأساسية لريادة الأعمال. المفاهيم المرتبطة بريادة الأعمال، تطوير الأفكار المبتكرة والإبداعية وتحويلها إلى مشاريع قابلة للتنفيذ. الأدوات الضرورية لتقييم السوق والمنافسة، وبناء وتطوير الفرق، وإعداد خطط العمل والتمويل.		
(1-1)2	مهارات الحياة والعمل	L60000123

مفهوم المهارات الحياتية وتصنيفها، الكفايات والمهارات التي يحتاجها الطلبة والمطابقة لاحتياجات سوق العمل سواء أكانت ادارية أم الكترونية للانخراط والنجاح في سعيهم للحصول على تعليم افضل ونتائج ايجابية في العمل وبما يساهم في بناء المجتمع ، من خلال بناء المعرفة في موضوعات الحياة العملية، وتشمل المهارات الآتية: مهارات الوعي الذاتي، مهارات تحديد الهدف، مهارات إدارة الوقت، مهارات حل المشكلات، مهارات التواصل، مهارات اتخاذ القرار، مهارات التفكير النقدي، مهارات ضبط النفس، مهارات المرونة

(1-1)2	مهارات رقمية	L60000125
مفهوم المهارات الرقمية وأهميتها في سوق العمل، مهارات استخدام الأجهزة والتقنيات الرقمية، مهارات إنشاء المحتوى الرقمي، مهارات إنشاء خدمة رقمية، مهارات تسويق الخدمات الرقمية. أمثلة وتطبيقات عملية وتشمل تنظيم وإدارة قواعد البيانات، تصميم المواقع الإلكترونية، تحليل البيانات، التسويق الإلكتروني للسلع والخدمات.		
المتطلب السابق: النجاح في امتحان مستوى مهارات الحاسوب، أو دراسة مادة مهارات الحاسوب		

(1-2)3	النشاط البدني ونمط الحياة والصحة	L61100131
أهمية النشاط البدني ودوره في تحسين نوعية الحياة والصحة العامة. العلاقة بين السلوكيات الحركية اليومية ومفاهيم اللياقة البدنية والوقاية من الأمراض المزمنة، مع التركيز على تبني أنماط حياة صحية مستدامة. تأثير قلة النشاط البدني على الصحة النفسية والجسدية. تتضمن الندوات أنشطة تحليلية ونقاشات جماعية تهدف إلى ربط المفاهيم النظرية بالتطبيق العملي، وتشجيع الطلبة على تقييم سلوكياتهم الصحية وتطوير خطط لتحسينها.		

(1-2)3	إدارة المشاريع والمؤسسات الرياضية	L61100132
المعارف والمهارات الأساسية في مجال إدارة المشاريع والمؤسسات الرياضية، مفاهيم التخطيط والتنظيم والتمويل والتسويق والتقييم في السياق الرياضي. أسس القيادة والإشراف الإداري، وطرق إعداد الخطط التشغيلية وتطوير البرامج الرياضية. يُطلب من الطلبة تنفيذ مشروع تطبيقي يُعزز الجوانب العملية من خلال تصميم مشروع رياضي متكامل أو إدارة فعالية رياضية، مما يساهم في إعدادهم للعمل بكفاءة في البيئة الرياضية المحلية		

(1-1)2	الرياضة الريادية	L61100133
مفاهيم الريادة وأسس إنشاء المشاريع الرياضية الصغيرة والمتوسطة، واستكشاف الفرص في سوق العمل الرياضي. مهارات التخطيط، وتحليل الجدوى، والتسويق، والتمويل للمشاريع الرياضية، نماذج وتجارب ريادية ناجحة. يتضمن الجزء العملي تنفيذ تطبيقات ومشاريع مصغرة تُحفز الطلبة على التفكير الريادي وتطوير أفكار قابلة للتطبيق في البيئة الرياضية.		

(1-1)2	الرياضة لذوي الاحتياجات الخاصة	L61100135
مفاهيم الإعاقة وأنواعها، وخصائص الأفراد من ذوي الاحتياجات الخاصة، مع التركيز على أهمية النشاط البدني والتكفي في تعزيز الصحة النفسية والجسدية لهذه الفئة. مبادئ وأساليب تدريب وتأهيل ذوي الإعاقات المختلفة (الحركية، السمعية، البصرية، العقلية). يشمل الجزء العملي تطبيقات ميدانية على تصميم أنشطة رياضية وتعديلها بما يتناسب مع قدرات الأفراد واحتياجاتهم، بالإضافة إلى زيارات أو محاكاة لحصص تدريبية واقعية عند الإمكان.		

(1-2)3	فسيولوجيا التدريب الرياضي	L61101141
	يتناول هذا المساق مجموعة من المعارف والمعلومات المتعلقة بأثر الجهد البدني على وظائف أجهزة جسم الإنسان (العضلات، العظام، المفاصل، الجهاز العصبي، الجهاز الهرموني، الجهاز التنفسي)، إضافة لمعرفة الاختبارات الفسيولوجية اللازمة في المجال الرياضي والتي تساعد في تقييم الحالة الصحية للمشاركين في المراكز والأندية الصحية قبل البدء في البرنامج التدريبي.	
(1-2)3	مبادئ التشريح الوظيفي	L61101241
	يتناول هذا المساق أهم المعلومات الضرورية التي تبحث في البناء والتركيب التشريحي لأجهزة الجسم، من خلال التركيز على الجهاز العضلي (المفاصل وأنواعها وتركيبها ومادها الحركي)، والجهاز العضلي (اسماء العضلات ووظيفتها الحركية ضمن أمثلة على الحركات الرياضية في مهارات الألعاب الجماعية والفردية والتمرينات لكل عضلة) والجهاز القلبي الوعائي (القلب وما يتصل به من شرايين وأورده)، والجهاز التنفسي من حيث التركيب إضافة إلى أعضاء لمحة عن الجهاز العصبي والغدد الصماء .	
(1-2)3	التغذية والصحة للرياضة	L61101242
	يعد مساق الصحة وتغذية الرياضيين الطلاب بمعلومات عن الصحة واللياقة ومعرفة عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة والأداء الرياضي ومعرفة العوامل الصحية المرتبطة بممارسة النشاط البدني، كما يساهم المساق في التعرف على العناصر الأساسية للغذاء والية هضم وامتصاص المواد الغذائية، ودور كل من الكربوهيدرات والدهون والبروتين في بناء الأنسجة وإنتاج الطاقة، وكيفية إعداد البرامج الغذائية لممارسي الأنشطة البدنية والتعرف على المنشطات وإخطارها وأهمية استخدام المكملات الغذائية.	
(2-1)3	الإعداد البدني	L61101162
	يتناول هذا المساق الإعداد البدني الشامل والمتكامل للطلبة من خلال رفع وتطوير اللياقة البدنية لديهم، إضافة الى تزويدهم بالمعارف والمعلومات الضرورية المتعلقة بالإعداد البدني وكيفية تنميتها وتطويرها وكيفية اختبارها وتقييمها، بالإضافة إلى كيفية استخدام أجهزة التدريب والطرق المناسبة لتنمية عناصر اللياقة البدنية المختلفة	
(2-1)3	تدريبات الأوزان والأجهزة	L61101251
	تركز هذه المادة على إكساب الطلبة المعلومات الخاصة بالأسس العملية التطبيقية لتمارين القوة العضلية داخل مراكز اللياقة البدنية، وطرق استخدام الأجهزة والادوات المستخدمة في تدريبات عناصر اللياقة البدنية وطرق تنميتها وممارستها عمليا سواء بالأنقال الحرة، أو بالأجهزة. إضافة إلى إكسابهم المعلومات الخاصة بالأسس العلمية التطبيقية للتعامل مع الأجهزة الخاصة بتمارين التحمل القلبي الوعائي (أجهزة السير المتحرك، الدراجة الثابتةالخ)،	

L61101255	الاختبارات والمقاييس في المجال الصحي والرياضي	(2-1)3
يركز هذا المساق إلى إكساب الطلبة مجموعة من المعارف الخاصة بالاختبارات الفسيولوجية اللازمة في المجال الرياضي والصحي والتي تساعده مساعدة كبيرة في تقييم الحالة الصحية للمشاركين في المراكز الرياضية والصحية قبل البدء في التدريب البدني ، وبما يمكنه من بناء برنامج رياضي وصحي للمشاركين في ضوء تلك الاختبارات		
L61101253	برامج اللياقة البدنية الخاصة بالصحة والإنجاز	(2-1)3
يقدم هذا المقرر نظرة شاملة على كيفية تصميم وتنفيذ برامج اللياقة البدنية التي تعزز الصحة العامة وتدعم الوقاية من الأمراض وإدارة الحالات الصحية المزمنة. سيركز المقرر على التمارين البدنية المناسبة لتعزيز اللياقة والصحة العامة. وكذلك فهم العلاقة بين اللياقة البدنية والصحة العامة. وتعلم كيفية تقييم مستويات اللياقة البدنية والصحة. والقدرة على تصميم برامج لياقة بدنية تلبي احتياجات الأفراد المختلفة.		
L61101254	تكنولوجيا التدريب الرياضي والذكاء الاصطناعي	(1-2)3
يتناول هذا المساق مجموعة من المواضيع المتعلقة بالتقنيات الحديثة في تكنولوجيا علوم الرياضة كالذكاء الاصطناعي والتكنولوجيا القابلة للارتداء والميتافيرس وانتزعت الأشياء والتدريب العصبي للرياضيين والاندماج المستقبلي بين علوم النانوتكنولوجيا في مجال فسيولوجيا التدريب الرياضي والاطلاع ومعرفة التطبيقات التكنولوجية المستخدمة حالياً في الرياضة		
L61101262	الإصابات الرياضية والإسعافات الأولية	(2-1)3
يتناول هذا المساق معلومات عن التغيرات التشريحية التي تطرأ على أجهزة الجسم المختلفة نتيجة الإصابة، كما يتعرف الطالب على أعضاء الجسم الأكثر عرضة للإصابة وكيفية الوقاية منها وكيفية القيام بالإسعافات الأولية لها. كذلك إلمام الطالب بالاختبارات التشخيصية للإصابة مع طرق التعامل معها.		
L61101243	علم النفس الرياضي	(1-2)3
يوضح هذا المساق المفاهيم والنظريات المرتبطة بوضع الأهداف ونظريات علم النفس الرياضي والدافعية وسيكولوجية الشخصية الرياضية ، كما يعمل على تعديل السلوك الرياضي وحسب المراحل العمرية للأفراد و نظريات علم النفس الرياضي الحافز والدافع وكيفية وضع بناء دافعي لتحقيق الإنجازات المجتمعية لدى أفراد المجتمع من واقع المفاهيم والمعارف المكونة للإنجاز وكذلك نظريات التعليل السببي والعزو وكيفية التعامل مع الاحتياجات النفسية لدى المرتادين لأنشطة الحركة والتدريب، والتعرف على البرامج والاحتياجات المرتبطة بالنمو والفروق الفردية.		
L61101252	الألعاب الفردية والجماعية	(2-1)3
يوضح في هذا المساق إلى الطالب مجموعة الألعاب الفردية والجماعية والمهارات الأساسية لها ولمحة عن قوانين هذه الألعاب وتطبيق وتعليم هذه المهارات.		
L61101142	مبادئ التدريب الرياضي	(1-2)3
تهدف هذه المادة إلى تعريف الطالب بأسس ومفاهيم التدريب الرياضي الحديثة، من خلال تناول المبادئ العلمية التي يقوم عليها الإعداد البدني، المهاري، الخططي، والذهني للرياضيين. كما تتناول المادة مكونات الحمل التدريبي، وطرق تنظيمه، وأشكال التكيف الفسيولوجي الناتج عن التدريب. وتركز على القواعد العامة لوضع البرامج التدريبية، والتخطيط للموسم الرياضي، مع تقديم تطبيقات عملية تساعد الطلبة على الربط بين الجانب النظري والعمل في ميدان التدريب الرياضي.		
L61101264	تطبيقات عملية في المجال الصحي والرياضي	(3-0)3
تركز هذه المادة على إكساب الطلبة المعلومات الخاصة بالأسس العملية التطبيقية لتمارين القوة العضلية داخل مراكز اللياقة البدنية وبناء الأجسام من خلال التعرف على التدريبات وممارستها عملياً سواء بالإثقال الحرة أو الأجهزة إضافة إلى إكسابهم المعلومات الخاصة بالأسس العلمية التطبيقية للتعامل مع الأجهزة الخاصة بالتمارين الرياضية المختلفة.		

(140-0)3	الممارسة المهنية 1	L61101271	التدريب العملي في الأندية والمنشآت الرياضية ذات العلاقة بموجب اتفاقيات ومذكرات تفاهم.
(140-0)3	الممارسة المهنية 2	L61101272	التدريب العملي في الأندية والمنشآت الرياضية ذات العلاقة بموجب اتفاقيات ومذكرات تفاهم.