

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
اللجنة البيداغوجية الوطنية للميدان
ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

دليل توصيف مادة تعليمية Syllabus

هيكلية ميدان التكوين

ميدان التكوين:.... علوم و تقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية..شعبة التكوين:..النشاط البدني الرياضي التربوي....
التخصص:..التربية و علم الحركةالسداسي:..الثاني...السنة الجامعية: 2022./2023

معلومات أساسية عن المادة

اسم المادة التعليمية: فسيولوجيا الجهد البدني . الوحدة التعليمية: منهجية الأرصدة: 04 المعامل: 02
الطور التعليمي: .السداسيالرابع.الحجم الساعي الأسبوعي:..محاضرة 1:30 / أعمال موجهة 1:30

مسؤول المادة التعليمية

اسم ولقب الأستاذ: بوفادن عثمان . التخصص الدقيق: .هندسة الأداء تحضير بدني .الرتبة: أستاذ محاضر "أ"
البريد الإلكتروني: othmane.boufadene@univ-usto.dz.الهاتف: 0668299746القاعة/ مدرج المرحوم طارق
قدور بن دهمة التوقيت: محاضرة / 13:00

وصف المادة التعليمية

المعارف المسبقة -معرفة القواعد الأساسية للتخصص من خلال التوجيهات والمفاهيم ذات الصلة - . الاطلاع على أهم المعارف الأساسية المتعلقة بمكونات جسم الانسان ووظائفه.
الأهداف العامة للمادة التعليمية القواعد الأساسية والمعارف النظرية والتطبيقية المرتبطة بطبيعة الأنظمة الطاقوية حسب التخصص - .
الرفع من المستوى المعرفي والتقني للطالب في التخصص والتغيرات الفزيولوجية المصاحبة - .الربط بين الفزيولوجيا وعلاقتها بعلوم الرياضة.
الأهداف التعليمية للمادة (أهداف إجرائية قابلة للتقييم):
- القدرة على التعامل مع التجهيزات المخبرية- القدرة على القياس و التقويم الفسيولوجي للرياضي -

محتوى المادة التعليمية

الحصة رقم 01:.....مدخل

الحصة رقم 02:.....قياس و تقنين الجهد البدني

الحصة رقم 03:.....مصادر إمداد العضلات بالطاقة و أنظمة الطاقة

طريقة التقييم

النسبة %	طبيعة التقييم
60%	إمتحان كتابي
%	مراقبة (Micro- interrogation)
40%	أعمال موجهة
%	أعمال تطبيقية
%	أعمال شخصية
%	عمل جماعي
%	خرجة ميدانية
%	المواظبة (الحضور/ الغياب)
%	أشياء أخرى
% 100	المجموع

المصادر والمراجع

المصادر والمراجع التأصيلية		
دار النشر/ البلاد / السنة	المؤلف	عنوان الكتاب
الاسكندرية، دار الوفاء 2006 Lippincott Williams & Wilkins, 2010	لازم كماش، صالح بشير سعد McArdle, William D	الاسس الفزيولوجية للتدريب في كرة القدم Exercisephysiology: nutrition, energy, and human performance La bible de la préparation physique: le guide scientifique et pratique pour tous
.Amphora, 2019	Reiss, Didier, and Pascal Prévost	
المجلات العلمية/ مذكرات / بحوث منشورة....		
الناشر/ البلاد/ السنة	المؤلف	عنوان المرجع
Pedagogy of Physical Culture 2021 and Sports	Stefanov, L. .,Neykov, S. E	Determination of anaerobicthreshold by a new approachthrough the incrementalexerciseusing proportion in HR and Ve changes in rowers
Nature Metabolism 2.9 (2020): 817-828	Hargreaves, Mark, and Lawrence I	Skeletal muscle energymetabolismduringexercise

رزمة سير الدروس

تاريخ الإنجاز	عنوان الدرس	الأسبوع
02.02.2023	مدخل لفسولوجيا الجهد البدني	الأسبوع 01
09.02.2023	قياس و تقنين الجهد البدني	الأسبوع 02
16.02.2023	مصادر إمداد العضلات بالطاقة و أنظمة الطاقة 1	الأسبوع 03
23.02.2023	مصادر إمداد العضلات بالطاقة و أنظمة الطاقة 2	الأسبوع 04
02.03.2023	العضلي استجابته و تكيفاته للجهد و التدريب	الأسبوع 05
09.03.2023	الجهاز التنفسي استجابته و تكيفاته للجهد و التدريب الجهاز	الأسبوع 06
16.03.2023	التقييم الكتابي الأول	الأسبوع 07
23.03.2023	الجهاز القلبي الوعائي	الأسبوع 08
13.04.2023	استجابة الجهاز الدوري للجهد البدني	الأسبوع 09
20.04.2023	التحمل اللاهوائي	الأسبوع 10
27.04.2023	التحمل الهوائي	الأسبوع 11
11.05.2023	طرق قياس العتبة الفارقة اللاهوائية و الهوائية	الأسبوع 12
		الأسبوع 13
		الأسبوع 14
	امتحان السداسي	الأسبوع 15
	امتحان استراكي	الأسبوع 16

بطاقة تقييم المادة التعليمية من طرف الطلبة

رقم	المعايير والشروط	1	2	3	4	5
01	الأستاذ يُقدم ويشرح المادة بشكل مقبول					
02	الأستاذ يُبرز أهمية المادة التعليمية					
03	الأستاذ يضع المادة في متناول الطلبة بشكل يضمن التركيز والمتابعة					
04	الأستاذ يقدم المادة التعليمية بشكل يسمح بمعالجة مشاكل الحياة اليومية للطلاب					
05	الأستاذ يحفز ويشجع الطلبة على التعلم الفردي أو الذاتي					
06	تدخلات الأستاذ تكون من أجل تنمية وتطوير قدرات استيعاب الطلبة للموضوع					
07	بناء وتصميم المادة التعليمية					
08	تقديم معلومات حول عرض المادة التعليمية وطرق التقييم					
09	نوعية الوثائق المقدمة					
10	توفر المراجع المستخدمة لتأصيل المادة في مكتبة الجامعة					
11	سرعة عرض وتقديم المادة التعليمية					
12	جودة المادة التعليمية بصفة عامة					

رأي الطالب في المادة واقتراحاته

ما هو رأيك في المادة التعليمية بصفة عامة:

.....

.....

.....

.....

ما هي الاقتراحات الممكنة لتحسين وتطوير المادة:

.....

.....

.....

.....