

مقرر مقترح للتربية البدنية والصحية لطالبات السنة التحضيرية بالمملكة العربية السعودية

د. منى عوض حسين سليمان

مدرس مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة بنى سويف

ملخص البحث

هدف البحث الى تصميم مقرر للتربية البدنية والصحية لطالبات السنة التحضيرية بخطوات علمية مقننه ويتناسب مع طبيعة العينة من طالبات السنة التحضيرية ، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي لمناسبة لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من الخبراء في مجال التربية البدنية والمناهج وطرق التدريس بعدد (3) وايضا اعضاء هيئة تدريس التربية البدنية والصحية بالمملكة العربية السعودية بعدد (٣٠) عضو ، وقامت الباحثة بتصميم استبيانات لجمع المعلومات عن المقرر المقترح كما قامت بجمع اختبارات تقييم المستوى البدني، واستطلاع الراى لكلا من الخبراء ومدرسي المقرر ، وتوصيفات المقرر بالجامعات المختلف التى امكن التوصل اليها وكانت اهم النتائج الوصول الى تصميم مقرر موحد للتربية البدنية والصحية على مستوى الجامعه بتوحيد الاهداف وموضوعات المحتوى ووسائل اساليب التدريس وكيفية التطبيق بشقية النظري والعلمي و طرق التقييم.

مقدمة ومشكلة البحث

تسعى الدول نحو الارتقاء والتقدم العلمي والذى اساسة تطوير التعليم بكل مراحلها وخاصة التعليم العالي (الجامعي) ، حيث يعد بناء وتصميم مناهجها ومقرراتها على اسس علميه قويه تؤهلها الى الارتقاء بالمستوى التعليمى لها هو الدعائم كما يؤهلها الى الحصول على الجوده التعليم ، وخاصة اذا كانت هذه المقررات من المقررات الحديثة على المجتمع الذى وضعت من اجله . ومن المفترض ان يتم تغيير المناهج او تعديلها بغية التطوير ومسايرة المستجدات الحضارية والعلمية المعاصرة، ولكن يجب ان يكون مناسب لمجتمعاتنا الاسلامية والهوية العربية بحيث لا يصطدم مع المعتقدات والقيم الدينية التى نسعى جاهدين للمحافظة عليها . واعادة تصميم المنهج يقصد به ادخال تجديدات ومستحدثات فى مكوناته لتحسين العملية التعليمية وتحقيق أهدافها ، ولكى تتم بصورة سليمة فلا بد ان تكون اهدافها واضحة وشامله لجميع جوانب العملية التعليمية ومعتمدة على اسس علمية، وان تكون مستمرة وتعاونية ويشترك فيها جميع المختصين فى التربية والتدريس. (٣ : ٥٦، ٥٧)

وكما يذكر " حسن شحاتة" (٢٠١٢) انه من اسس بناء وتصميم المقررات (المجتمع والطلاب والمعرفة) ويعد اعطاء القدر المناسب من الاهتمام لكل عنصر من هذه العناصر من

اهم اسرار التخطيط الفعال للمقررات والمناهج حيث تعتمد خطة المنهج الجيدة على هذه العناصر مجتمعه. ويختلف قدر الاهتمام لكل منها باختلاف فرص التعليمية التي يمر بها الطالب . (٢ : ٢٣)

وبذلك اذا كان هناك من المقررات التي لا تحقق اى من هذه العناصر فيجب ان نقوم بتعديله وتطويره او تصميم ما يمكن ان يحقق مراعاة العناصر الثلاثة من خلال المدرسين القائمين على تدريس المقرر بانفسهم اذا توفرت بهم الخبرة والقدرة على التغيير و لدرابتهم بالعناصر الثلاثة مجتمعه .

ويؤكد ذلك "فنيك ل دى " (١٤٢٩ هـ) حيث ذكر انه لن نستطيع ان نلبي احتياجات التعليم العالي وتحسينه حتى يصبح الاساتذہ انفسهم مصممين لخبرات التعلم بمقرراتهم وليس فقط قائمين على التدريس ، فأذا تعلم الاساتذہ كيف يقومون بتصميم مقرراتهم على نحو اكثر فاعلية فان الطلبة سوف يحصلون على خبرات مفيدة وذات شان فى التعلم و المؤسسات التعليمية الان وخاصة التعليم العالي تشهد فترة تغيير ربما تجعلها قادرة على تقديم دعم افضل لأساتذہ فى سبيل تغيير اساليبهم التعليمية بحيث يكسب الطلبة مزيدا من الخبرات جراء التعلم بأجراء التغيير المطلوب. (٥ : ٦٤ ، ٦٥)

ومن خلال عمل الباحثة استاذ مشارك ومنسقة لمقرر التربية البدنية والصحية بعمادة السنة التحضيرية وايضا الانتداب لتدريس نفس المقرر بكليات الجامعة (الاداب - العلوم التطبيقية) وباطلاعها على توصيف المقرر فى الجامعة والجامعات الاخرى بالمملكة لاحظت ان هناك حاجة ملحة الى اعادة النظر فى المقرر الحالي نظراً لانه لا يراعي خصائص واحتياجات الطالبات حيث تم وضعه من بواسطة اعضاء هيئة تدريس لا يتعاملون مع الطالبات وبالتالي غير لامسين لاحتياجاتهن ، كما انه توجد اختلافات بالمقرر بين كلية واخرى من نفس الجامعة ولنفس العام الدراسي (السنة التحضيرية) من حيث المسمى و محتواه ، طريقة تنفيذ المقرر من الناحية العملية والنظرية، وهذا ما دعي الباحثة الى تصميم مقرر مقترح للتربية البدنية والصحية لطالبات السنة التحضيرية بالمملكة العربية السعودية فى اطار علمي مقنن لتوحيد المقرر على مستوى جامعة الدمام وعرض الاستعانة به على مستوى الجامعات بالمملكة ، بتوحيد بداية من المسمى والاهداف ثم موضوعات المحتوى وكيفية التطبيق بشقية النظري والعلمي ووسائل واساليب التدريس ونهاية بطرق التقييم. وقد اتطلعت الباحثة على عدد من الدراسات التي هدفت الى تصميم مناهج او مقررات مقترحة للتعرف على المنهجية الحديثه المتبعه ومنها دراسة ودراسة (اميرة باسم مختار البيلي (٢٠١٠) (١) ودراسة هناء حازم زهران (٢٠١٠) (٨) ودراسة ماجدة حسن ابراهيم (٢٠١٠)

- (٧) ودراسة مدحت على و احمد حمودي (٢٠١٠) (١٠) ودراسة "مدحت على ابوسريع (٢٠١٠) (٩)
(عزة كمال عبد العال (٢٠١٦م) (٤) ، (كريماني كمال اسماعيل، ٢٠١٦) (٦)

هدف البحث :

يهدف البحث الى تصميم مقرر مقترح للتربية البدنية والصحية لطالبات السنة التحضيرية بالمملكة العربية السعودية. وذلك من خلال:

- ١- وضع محددات عامة للمقرر (مسمى المقرر - عدد الساعات - السنة الدراسية التي يدرس بها - عدد الفصول التي يدرس بها)
- ٢- تحديد اهداف المقرر المقترح
- ٣- تحديد المحتوى الذي يحقق اهداف المقرر المقترح
- ٤- تحديد الأساليب والطرق المناسبة لتنفيذ المقرر المقترح.
- ٥- تحديد اساليب التقويم المناسبه للمقرر المقترح.

تساؤلات البحث:

- ١- ما المحددات العامة للمقرر المقترح (مسمى المقرر - عدد الساعات - السنة الدراسية التي يدرس بها - عدد الفصول التي يدرس بها)
- ٢- ما اهداف المقرر المقترح للتربية البدنية والصحية لطالبات السنة التحضيرية بالمملكة العربية السعودية؟
- ٣- ما المحتوى المقترح للتربية البدنية والصحية لطالبات السنة التحضيرية بالمملكة العربية السعودية؟
- ٤- ما الاساليب والطرق المناسبة لتنفيذ المقرر المقترح للتربية البدنية والصحية لطالبات السنة التحضيرية بالمملكة العربية السعودية؟
- ٥- ما اساليب ووسائل التقويم المقرر المقترح للتربية البدنية والصحية لطالبات السنة التحضيرية بالمملكة العربية السعودية؟

أجرات البحث :

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي لمناسبته لطبيعة وإجراءات البحث .

مجتمع البحث:

تحدد مجتمع البحث في الخبراء بكليات التربية الرياضية المتخصصين في مجال المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية خبرة لا تقل عن ١٠ سنوات وايضاً القائمين بتدريس مقررات التربية البدنية والصحية بالمملكة العربية السعودية خبرة لا تقل عن (٢) سنوات.

عينة البحث :

تمثلت عينة البحث في خبراء في مجال التربية البدنية من القائمين على تدريس المقرر بالمملكة العربية السعودية بعدد (30) وخبراء في مجال المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بعدد (3) مرفق (١) للعام الجامعي ٢٠١٥/٢٠١٦، لتحديد المحاور الرئيسية و أهداف ومحتوى وأساليب وطرق تنفيذ وتقييم المقرر المقترح.

أدوات جمع البيانات :

١- تحليل المحتوى :

قامت الباحثة بتحليل المراجع العلمية والدراسات المتخصصة المرتبطة

١- في مجال المناهج وطرق التدريس وذلك بهدف التعرف على : المحاور الاساسية للمقرر وخطوات بناءه و اختيار المحتوى ، طريقة التدريس الملائمة و أيضا أساليب التقويم المناسبة للخبرات النظرية والتطبيقية

٢- المراجع العلمية في مجال التربية البدنية والصحية للطالبات وذلك بهدف التوصل إلى المحتوى للمقرر المقترح.

كما قامت الباحثة بالاطلاع على بعض التوصيفات للمقرر في الجامعات السعودية (حفر الباطن - حائل - الملك فيصل - الاميرة نورة - عبد الرحمن الفيصل - الامير سظام) التي اتيح لها الحصول عليها اما بالاطلاع المباشر او بالاستفسار عنها من القائمين بالتدريس للتعرف علي مسمى المقرر وعدد الساعات النظرية والتطبيقية لكل أسبوع وكذلك المستوى الدراسي الذي يقدم خلاله وعدد السنوات وعدد الفصول الدراسي وكيفية التنفيذ (عملى - نظرى) وجدول (١) يوضح ذلك

جدول (١)

ن = ٦

توصيف المقرر بالجامعات السعودية

النسبة المئوية	الجامعات السعودية التي تنفذ المقرر بها للطلاب						المحاور	م	
	الأمير سطاتم	كائن	الأميرة نورة	حفر الباطن	الملك فيصل	جامعة الدمام			
						عمادة السنة التحضيرية			باقي كليات الجامعة
								مسمي المقرر.	
43%				√	√	√		- الصحة واللياقة البدنية	
14%		√						- صحة عامة	
14%							√	- التربية البدنية والصحية	
14%	√							- الثقافة الصحية	
14%			√					- التربية الصحية	
								تنفيذ المقرر	
86%	√	√	√	√	√	√		- نظري فقط	
14%							√	- نظري وعملي	
0%								عدد ساعات المقرر	
100%	√	√	√	√	√	√	√	- ساعتان في الاسبوع	
								المستوى الذي ينفذ به	
71%		√	√	√		√	√	- السنة التحضيرية فقط	
14%	√							- السنة الاولى فقط	
14%					√			- السنة التحضيرية وسنة من سنوات الدراسة الجامعية	
								مدة الدراسة للمقرر	
100%	√	√	√	√	√	√	√	- لمدة فصل دراسي واحد	

يتضح من جدول (١) أن عدد (٣) جامعات سعودية تطبق المقرر تحت مسمى صحة ولياقة بدنية بما فيهم كليات جامعة الدمام (اداب - تربية - علوم - كلية الدراسات التطبيقية) اما عمادة السنة التحضيرية فالمسمى تربية بدنية وصحية ، وجامعة حفر الباطن تحت مسمى تربية صحية وجامعة الامير سطاتم تحت مسمى ثقافة صحية وجامعة حائل صحة عامة ، كما يتضح ان جميع الجامعات تنفذ المقرر بطريقة نظرية فقط بما فيهم كليات جامعة الامام عبد

الرحمن الفيصل ما عدا عمادة السنة التحضيرية تنفذه عملي ونظري ، وينفذ في عدد (٥) جامعات في مستوى السنة التحضيرية وجامعة واحدة في السنة التحضيرية والسنة الاولى كما ان مدة الدراسة في كل الجامعات هي فصل دراسي واحد ولمدة ساعتين بالاسبوع .

٢- الاستبيان : قامت الباحثة بتصميم (٣) استمارت استبيان هما كالتالي :

أولا : استبيان للمحددات الاساسية للمقرر . مرفق (٢)

وقد قامت الباحثة بعرضها على الخبراء في مجال التربية البدنية وخاصة من يدرسون المقرر بالمملكة لالمامهم بخصائص وعادات وسياسات المجتمع ، وذلك في الفتره من ١٢/٢٧ / ٢٠١٥م وحتى ١/٢٧ / ٢٠١٦م وجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

اراء الخبراء في المحاور الاساسية لبناء المقرر ومحددات العامة للمقرر ن=٣٠

م	المحاور	موافق (٣)	الى حد ما (٢)	غير موافق (١)	المجموع التقديري	النسبة المئوية
مسمى المقرر.						
١	الصحة واللياقة البدنية	٥	٦	١٨	٤٥	%٥٠
	صحة عامة	٥	٢	٢٣	٤٢	%٤٧
	التربية البدنية والصحية	١٤	٧	٨	٦٤	%٧١
	التربية البدنية	١٦	٦	٨	٦٨	%٧٦
	الثقافة الصحية	٢	٥	٢٣	٣٩	%٤٣
	التربية الصحية	٢	٤	٢٤	٣٨	%٤٢
تنفيذ المقرر						
٢	نظري فقط	٠	٠	٣٠	٣٠	%٣٣
	عملي فقط	١٠	٧	١٣	٥٧	%٦٣
	نظري وعملي	٢٠	٦	٤	٧٦	%٨٤
عدد ساعات المقرر						
٣	واحد ساعة في الاسبوع	٥	٢	٢٣	٤٢	%٤٧
	ساعتان في الاسبوع	٢٥	٥	٠	٨٥	%٩٤
	ثلاث ساعات في الاسبوع	١٩	٤	٦	٧١	%٧٩
المستوى الذي ينفذ المقرر به						
٤	السنة التحضيرية فقط	٣	٨	١٩	٤٤	%٤٩
	السنة الاول فقط	٣	٨	١٩	٤٤	%٤٩
	السنة التحضيرية وسنة من سنوات الدراسة الجامعية	١٥	١٢	٣	٧٢	%٨٠
	يمتد في سنوات الدراسة الجامعية	٤	٢	٢٤	٤٠	%٤٤
مدة الدراسة للمقرر						
٥	لمدة فصل دراسي واحد	٢٣	٤	٣	٨٠	%٨٩
	لمدة فصلين دراسيين	١٢	٨	١٠	٣٠	%٦٢

ويتضح من جدول (٢) اراء الخبراء فى بنود التحليل (مسمى المقرر وطريقة تنفيذه وعدد ساعاته وعدد الفصول الذى يطبق بها والمستوى الذى يطبق خلاله) وقد تراوحت نسب موافقة الخبراء بين (٣٣% و ٩٤%). وبالتالي يقترح مسمى المقرر التربية البدنية كمسمى للمقرر كما حصل الية تنفيذ المقرر بأن يتم تنفيذه بالطريقة النظرية والعملية لتنمية اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للطالبات لتحسين الحالة الصحية لديهن وتعديل سلوكهن الصحى والبدني، كما حصل ساعات تطبيق المقرر بالاسبوع فى ساعتان ويتم تطبيقه بالسنة التحضيرية وسنة من سنوات الدراسة الجامعية خلال فصلين دراسيين . إذا امكن تعديل الائحة.

ثانياً : استبيان لتحديد الهدف العام والأهداف الفرعية للمقرر المقترح لطالبات السنة التحضيرية.

قامت الباحثة بتصميم الاستبيان وتم عرض الاستبيان على بعض من الخبراء اساتذته فى مجال المناهج وطرق التدريس للتوصل الى افضل صياغة لعبارات الأهداف و بناء على الآراء والملاحظات التي أبدوها قامت الباحثة بتعديل الاستبيان وتصحيح صياغة بعض العبارات .

صدق وثبات الاستمارة:- وللتأكد من صدق وثبات الاستمارة قامت الباحثة بعرضها على الخبراء بفاصل زمني مدته (١٠) أيام وذلك فى الفتره من ٢٨/١/٢٠١٦ الى ٩/٢/٢٠١٦ ، وقد اتضح وجود ارتباط دال إحصائية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاستبيان الثاني حيث تراوحت (ر) المحسوبة بين (٠.٨٤٢) و (٠.٩٣٤) وهى اكبر من (ر) الجدولية لجميع العبارات مما يشير إلى ثبات الاستبيان . حيث مستوى الدلالة لقيمة (ر) عند $0.05 = 0.361$ وبهذا تم التوصل للصورة النهائية للاستبيان مرفق (٣)

ثم تم تطبيق الاستمارة على الخبراء عينة الدراسة من خلال المقابلات الشخصية والبريد الالكتروني سواء الجامعي او الشخصى وذلك خلال الفترة من ١٠ / ١ / ٢٠١٦ الى ٢٢ / ٣ / ٢٠١٦ .

ثالثاً :- استبيان للتعرف على المحتوى العلمى الذى يحقق الهدف من تدريس مقرر التربية البدنية و انسب طرق وأساليب التدريس والوسائل المعينة والامكانات البشرية والمادية ، وأنسب أساليب التقويم للخبرات النظرية والتطبيقية للمقرر المقترح .

قامت الباحثة بتصميم الاستبيان فى صورته المبدئية وقامت بعرضه على الخبراء فى مجال التربية البدنية والعاملين فى المملكة العربية السعودية والملمين بطبيعة المجتمع السعودى للتعرف على مدى مناسبة وكفاية الخبرات لأهداف المقرر المقترح وكذلك التوصل إلى افضل صياغة لعبارات الاستبيان ، و بناء على الآراء والملاحظات التي أبداها الخبراء قامت الباحثة

بتعديل الاستبيان وتصحيح صياغة بعض العبارات و وفقا لاراء الخبراء للتوصل الى الشكل النهائي للاستمارة

صدق وثبات الاستمارة : - وللتأكد من صدق وثبات الاستمارة قامت الباحثة بعرضها على مجموعة من الخبراء بفاصل زمني مدته (١٠) أيام (٢٠١٦/٤/١ الى ٢٠١٦ /٤ /١١ ، وقد اتضح وجود ارتباط دال إحصائية بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني للاستبيان الثالث حيث تراوحت (ر) المحسوبة بين (٠.٨٢٩) و (٠.٩٥٥) وهى اكبر من (ر) الجدولية لجميع العبارات مما يشير إلى ثبات الاستبيان . (مستوى الدلالة لقيمة (ر) عند $0,05 = 0,361$) .

- بعد التوصل للصورة النهائية للاستبيان تم تطبيقه على عينة البحث من الخبراء فى الفترة من ١٣ /٤ /٢٠١٦ الى ٢١ /٥ /٢٠١٦ على عينة الدراسة . مرفق (٤)

تطبيق البحث:

- تم تطبيق الاستبيانات وجمعها خلال الفتره من ٢٧ /١٢ /٢٠١٥ وحتى الانتهاء من جمع البيانات ٢٥ /٥ /٢٠١٦ م
- تم تطبيق الاستبيان الأول الخاص بالمحددات الاساسية لمقرر على عينة الدراسة من الخبراء وعددهم (٣٠) خبير من الخبراء فى مجال التربية البدنية والمناهج وطرق وذلك فى الفتره من ٢٧ /١٢ /٢٠١٥م وحتى ٢٧ /١ /٢٠١٦م
- تم تطبيق الاستبيان الثاني الخاص بالاهداف على الخبراء عينة الدراسة من خلال المقابلات الشخصية والبريد الالكتروني سواء الجامعي او الشخصى وذلك خلال الفترة من ١٠ /١ /٢٠١٦ الى ٢٢ /٣ /٢٠١٦
- تم تطبيق الاستبيان الثالث الخاص بالمحتوى المقترح لتحقيق اهداف المقرر وطرق واساليب وامكانات واساليب تقييم على عينة البحث من الخبراء فى الفترة من ١٣ /٤ /٢٠١٦ الى ٢١ /٥ /٢٠١٦ .
- عرض النتائج ومناقشتها:-

جدول (٣)
التكرار والمجموع التقديري والنسبة المئوية لأراء الخبراء
في عبارات الهدف العام والاهداف الفرعية ن=٣٠

النسبة المئوية	مجموع تقديري	غير مناسب	إلى حد ما	مناسب	العبرة	
٩٦%	٨٦	١	٢	٢٧	١	الهدف العام
٩٤%	٨٥	٢	١	٢٧	1	الاهداف المعرفية
٩٢%	٨٣	٣	١	٢٦	2	
٩٠%	٨١	٣	٣	٢٤	3	
٦٣%	٥٧	١٥	٣	١٢	4	
٨٨%	٧٩	٤	٣	٢٣	5	
٩٦%	٨٦	١	٢	٢٧	٦	
٩٤%	٨٥	١	٣	٢٦	٧	
٩٣%	٨٤	١	٤	٢٥	٨	
٦٦%	٥٩	١٠	١١	٩	٩	
٥٩%	٥٣	١٤	٩	٧	١٠	
٨٣%	٧٥	٥	٥	٢٠	١١	
٩٠%	٨١	٣	٣	٢٤	١٢	
٩١%	٨٢	١	٦	٢٣	١٣	
٨٢%	٧٤	٦	٤	٢٠	14	
٨١%	٧٣	٦	٥	١٩	15	
٩٧%	٨٧	١	١	٢٨	16	
٦٩%	٦٢	١٠	٨	١٢	17	
٨٩%	٨٠	٤	٢	٢٤	1	الاهداف النفسية حركية
٨٨%	٧٩	٤	٣	٢٣	2	
٨٩%	٨٠	٤	٢	٢٤	3	
٨٧%	٧٨	٤	٤	٢٢	4	
٨١%	٧٣	٧	٣	٢٠	5	
٩٢%	٨٣	٢	٣	٢٥	6	
٧٨%	٧٠	٧	٦	١٧	7	
٨١%	٧٣	٧	٣	٢٠	8	
٦٧%	٦٠	١٦	٤	١٢	9	
٨٠%	٧٢	٦	٦	١٨	10	
٧٩%	٧١	٦	٧	١٧	١١	
٧٤%	٦٧	٧	٩	١٤	١٢	
٨٨%	٧٩	٤	٣	٢٣	١٣	
٨٢%	٧٤	٦	٤	٢٠	1	الاهداف الوجدانية
٦٣%	٥٧	١٥	٣	١٢	2	
٨٩%	٨٠	٦	٤	٢٢	3	
٨٣%	٧٥	٤	٧	١٩	4	
٨٠%	٧٢	٦	٦	١٨	5	
٩٢%	٨٣	٢	٣	٢٥	6	
٩١%	٨٢	٢	٤	٢٤	7	
٧٧%	٦٩	٧	٧	١٦	٨	
٨١%	٧٣	٦	٥	١٩	٩	
٨٨%	٧٩	٤	٣	٢٣	١٠	
٨٦%	٧٧	٤	٥	٢١	١١	

يتضح من جدول (٣) اتفاق آراء الخبراء على الهدف العام والأهداف الفرعية للمقرر المقترح حيث تراوحت نسبة اتفاق آراء الخبراء بين (٦٣%) و (٩٦%) و قد ارتضت الباحثة نسبة ٧٠% فما فوق.

جدول (٤)

التكرار والنسبة المئوية والمجموع التقديري والوزن النسبي
لآراء الخبراء في الموضوعات المقترحة للمقرر ن=٣٠

م	موضوعات المحتوى	مناسب	إلى حد ما	غير مناسب	مجموع تقديري	وزن نسبي
١	الوحدة الأولى: التربية البدنية والصحة	٢١	٩	٠	٨١	٩٠%
٢	الوحدة الثانية: التمارين البدنية والمرأة في حالاتها المختلفة	٢٠	٦	٤	٧٦	٨٤%
٣	الوحدة الثالثة: التمارين البدنية والقوام	١٨	٤	٨	٧٠	٧٨%
٤	الوحدة الرابعة: النشاط البدني ووقت الفراغ والترويح	١٦	٦	٨	٦٨	٧٦%
٥	الوحدة الخامسة: الحياة الصحية للمرأة	١٩	٦	٥	٧٤	٨٢%
٦	الوحدة السادسة: الرياضة و التحكم في الوزن	٢١	٣	٦	٧٥	٨٣%
٧	الوحدة السابعة: الاصابات الشائعة في الصالات الرياضية والحياه.	١٥	٦	٩	٦٦	٧٣%

يتضح من جدول (٤) نسب اتفاق آراء الخبراء في الموضوعات المقترحة للمقرر حيث تراوحت النسبة بين (٧٣%) و (٩٠%) وقد ارتضت الباحثة نسبة ٧٠% فاكثر .

جدول (٥)

التكرار والنسبة المئوية والمجموع التقديري والوزن النسبي
لآراء الخبراء في استراتيجيات التدريس ن=٣٠

م	الامكانات	مناسب	إلى حد ما	غير مناسب	مجموع تقديري	وزن نسبي
١	العرض التوضيحي	١٢	١١	٧	٦٥	٧٢%
٢	التعلم الذاتي.	١١	١١	٨	٦٣	٧٠%
٣	التعلم التعاوني.	١٨	٩	٣	٧٥	٨٣%
٤	التعلم النشط	٢٢	٦	٢	٨٠	٨٩%
٥	المشروع.	١٩	٨	٢	٧٥	٨٣%
٦	الاكتشاف الموجه.	١٢	١٠	٧	٦٣	٧٠%
٧	بتوجيه الأقران.	١٦	١٣	١	٧٥	٨٣%
٨	العروض التقديمية	١٧	١٣	٠	٧٧	٨٦%
٩	الحوار والمناقشة	١١	١٣	٦	٦٥	٧٢%
١٠	التنافسي	٢١	٦	٣	٧٨	٨٧%
١١	الإلكتروني	١٢	١١	٧	٦٥	٧٢%
١٢	العصف الذهني	١٢	٩	٩	٦٣	٧٠%

يتضح من جدول (٥) نسب اتفاق آراء الخبراء على طرق واساليب واستراتيجيات التدريس المناسبة لتحقيق المقرر المقترح حيث تراوحت النسبة بين (٧٠%) و (٨٩%) وقد ارتضت الباحثة نسبة ٧٠% فاكثر .

جدول (٦)
التكرار والنسبة المئوية والمجموع التقديري والوزن النسبي
لآراء الخبراء في الإمكانيات اللازمة لتنفيذ المحتوى المقترح ن = ٣٠

م	الإمكانات	مناسب	إلى حد ما	غير مناسب	مجموع تقديري	وزن نسبي
١	صالة رياضية مغطاة	30	0	0	90	100%
٢	مراتب.	٢٨	١	١	٨٧	٩٧%
٣	اطواق.	٢٨	٠	١	٨٥	٩٤%
٤	اقماع	٢٧	٢	١	٨٦	٩٦%
٥	حبال وثب	٢٣	٤	٣	٨٠	٨٩%
٦	كرات طبية.	٢١	٦	٣	٧٨	٨٧%
٧	صافرة	٢٨	١	١	٨٧	٩٧%
٨	ساعات إيقاف	٢٨	١	١	٨٧	٩٧%
٩	اثقال خفيفة الوزن ١ كجم	٢٣	٤	٣	٨٠	٨٩%
١٠	شريط قياس	٢٨	١	١	٨٧	٩٧%
١١	صندوق مكعب.	٢٠	٤	٦	٧٤	٨٢%
١٢	دمي التنفس الصناعي والانعاش القلبي	٢٤	٣	٣	٨١	٩٠%
١٣	قناع لتنفيذ التنفس الصناعي	٢٤	٣	٣	٨١	٩٠%
١٤	كرة سلة	٢٤	٥	١	٨٣	٩٢%
١٥	مقعد سويدي	٢١	٦	٣	٧٨	٨٧%
١٦	تى شيرت الوان مختلفة	١٧	٦	٧	٧٠	٧٨%
١٧	جهاز السير المتحرك	١٥	٩	٦	٦٩	٧٧%
١٨	دراجة رياضية ثابتة	١٠	٧	١٣	٥٧	٦٣%
١٩	دراجة متحركة	١٤	٨	٨	٦٦	٧٣%
٢٠	جهاز الخطوة (ستيبس)	٦	١٠	١٤	٥٢	٥٨%
٢١	جهاز مالتى جم	٢٨	١	١	٨٧	٩٧%

الادوات الرياضية والمساعدة

الاجهزة الرياضية

يتضح من جدول (٦) اتفاق آراء الخبراء في الإمكانيات اللازمة لتنفيذ المحتوى المقترح

حيث تراوحت نسبة اتفاق آراء الخبراء بين (87%) و (١٠٠%) وقد ارتضت الباحثة بنسبة ٧٠% من آراء الخبراء .

جدول (٧)

التكرار والنسبة المئوية والمجموع التقديري والوزن النسبي
لآراء الخبراء في الوسائل التعليمية اللازمة لتنفيذ المحتوى المقترح ن=٣٠

م	الوسائل التعليمية	مناسب	إلى حد ما	غير مناسب	مجموع تقديري	وزن نسبي
١	جهاز اوبوديوم مكون من (منصة تحكم - كمبيوتر - سبورة ذكية - داتا شو)	٣٠	٠	٠	٩٠	١٠٠%
٢	فيديو.	٤	٣	٢٣	٤١	٤٦%
٣	شاشة تلفزيون.	١٦	٨	٦	٧٠	٧٨%
٤	أفلام تعليمية.	٤	٣	٢٣	٤١	٤٦%
٥	صور ثابتة.	١٨	٧	٥	٧٣	٨١%
٦	صور متحركة.	٢٤	٤	٢	٨٢	٩١%
٧	البلاك بورد الجامعي	١٩	٩	٢	٧٧	٨٦%
٨	اجهزة التلفون المحمول (بأنواعها)	٢١	٥	٤	٧٧	٨٦%
٩	الايپاد والتابلت	١١	٧	١٢	٥٩	٦٦%
١٠	برامج التواصل الرقمية المختلفة	٢٢	٣	٥	٧٧	٨٦%
١١	العاب الفيديو الكمبيوترية	٩	١١	١٠	٥٩	٦٦%
١٢	العاب الفيديو التفاعلية X- BOX	١٦	٨	٦	٧٠	٧٨%

يتضح من جدول (٧) اتفاق آراء الخبراء في الوسائل التعليمية اللازمة لتحقيق المقرر المقترح حيث تراوحت نسبة اتفاق آراء الخبراء بين (٤٦%) و (١٠٠%) وقد ارتضت الباحثة بنسبة ٧٠% من آراء الخبراء .

جدول (٨)

التكرار والنسبة المئوية والمجموع التقديري والوزن النسبي لآراء الخبراء في أساليب تقويم المقرر ن=٣٠

المحتوى	موافق	إلى حد ما	غير موافق	مجموع تقديري	نسبة مئوية
اختبارات الجانب المعرفي	٢٢	٢	٦	٧٦	٨٤%
اختبارات الجانب المعرفي	١٤	٦	١٠	٦٤	٧١%
اختبارات الجانب المعرفي	١٤	٦	١٠	٦٤	٧١%
الاختبارات الحركية	١٦	٩	٥	٧١	٧٩%
الاختبارات الحركية	٢٠	٦	٤	٧٦	٨٤%
الاختبارات الحركية	١٤	٥	١١	٦٣	٧٠%
الاختبارات الحركية	١٣	١١	٦	٦٧	٧٤%
الاختبارات الحركية	١٢	١٣	٥	٦٧	٧٤%
الاختبارات الحركية	١١	١١	٨	٦٣	٧٠%
القدرات المهنية والعملية	٢١	٤	٥	٧٦	٨٤%
القدرات المهنية والعملية	١٧	٨	٥	٧٢	٨٠%
القدرات المهنية والعملية	١٩	٨	٣	٧٦	٨٤%
القدرات المهنية والعملية	١٧	٨	٥	٧٢	٨٠%
القدرات المهنية والعملية	١٣	٨	٩	٦٤	٧١%

يتضح من جدول (٨) اتفاق آراء الخبراء على أساليب التقويم المناسبة للمقرر المقترح حيث تراوحت نسبة اتفاق آراء الخبراء بين (٥٩%) و (٨٤%) وقد ارتضت

الباحثة الاساليب التي حصلت على نسبة ٧٠% فأكثر من اراء الخبراء وهي ما وضعت بالجدول .

مناقشة النتائج :-

من خلال تحليل نتائج استجابات الخبراء سيتم مناقشة النتائج فى ضوء ما تم الوصول اليه

يتضح من جدول (٢) اراء الخبراء فى بنود التحليل (مسمى المقرر وطريقة تنفيذه وعدد ساعاته وعدد الفصول الذى يطبق بها والمستوى الذى يطبق خلاله) وقد تراوحت نسب موافقة الخبراء بين (٣٣% و ٩٤%) .فقد حصل مسمى التربية البدنية على اعلى نسبة وهي ٧٦% وبالتالي يقبل كمسمى للمقرر كما حصل الية تنفيذ المقرر بأن يتم تنفيذه بالطريقة النظرية والعملية على اعلى نسبة فقد حصل على نسبة ٨٤% وذلك لتنمية اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة للطلبات لتحسين الحالة الصحية لديهن وتعديل سلوكهن الصحى والبدني ، كما حصل ساعات تطبيق المقرر بالاسبوع فى ساعتان على اعلى نسبة وهي ٩٤% ويتم تطبيقه بالسنة التحضيرية وسنة من سنوات الدراسة الجامعية فقد حصل هذا الرأى على اعلى نسبة وهي ٨٠% ويتم تطبيقه لمدة فصل دراسي واحد بكل عام حيث حصل هذا الرأى على نسبة ٨٩% من اراء الخبراء .وبذلك تمت الاجابة على التساؤل الاول ما المحددات العامة للمقرر المقترح (مسمى المقرر - طريقة تنفيذه - عدد الساعات - السنة الدراسية التى يدرس بها - عدد الفصول التى يدرس بها)

ويوضحها جدول (٣) اتفاق آراء الخبراء على الهدف العام حيث حصل على نسبة مئوية (٩٦%) والأهداف الفرعية نسبة مئوية تراوحت بين (٦٣%) و (٩٦%) . وقد تم حذف الأهداف التى حصلت على نسبة مئوية اقل من ٧٠% وهو الهدف ٩ ، ١٠ ، ١٧ من الاهداف المعرفية ، و الهدف ٩ من الاهداف الحس حركية فقد حصل على نسبة (٦٧%) وحذف الهدف رقم (٢) من الاهداف الوجدانية لحصوله على نسبة (٦٣%) ثم قبلت باقى الاهداف مما يشير إلى أهمية الأهداف ومناسبتها وكفايتها . وبذلك يتم الاجابة على التساؤل الاول وهو ما اهداف مقرر التربية البدنية والصحية المقترح لطلبات السنة التحضيرية بجامعة المملكة العربية السعودية.

وبعد تطبيق الباحثة لاستمارة الاستبيان الثانيه والتي تهدف الى التعرف على محتوى واساليب التدريس والتقويم والامكانات المادية الازمة للمقرر المقترح

ويتضح من جدول (٤) آراء الخبراء فى المحتوى المقترح الذى يحقق أهداف المقرر فقد حصلت الوحدات على نسبة مئوية لاتفاق آراء الخبراء تراوحت بين (73%) و (90%) وهى نسبة مقبولة .

وبذلك يتم الاجابة على التساؤل الثاني وهو ما محتوى مقرر التربية البدنية والصحية المقترح لطالبات السنة التحضيرية بجامعة المملكة العربية السعودية. ويتضح من جدول (٥) نتائج استطلاع الرأى حول استراتيجيات التدريس المناسبة لتنفيذ المقرر المقترح وتتناسب مع الطالبات بالمملكة، حيث تراوحت نسبة الموافقة عليها بين (70%) و (89%) وكان اعلاها نسبة التعلم النشط وحصل على نسبة موافقة (89%) ويلية الاسلوب التنافسي بنسبة (87%) يلية العروض التقديمية بنسبة (86%) يلية المشروعات وتوجيه الاقران والتعلم التعاوني حيث حصل كل منهم على نسبة (83%) يليهم اسلوبى الحوار والمناقشة واسلوب التعلم الالكتروني بنسبة (72%) يلية التعلم الذاتي والعصف الذهني بنسبة (70%) .

ويتضح من جدول (٦) نتائج استطلاع الرأى فى الإمكانيات اللازمة لتنفيذ المحتوى المقترح ان الادوات التى تم اقتراحها كانت ملائمة للتنفيذ حيث تراوحت نسبة الموافقة عليها من (87%) و (100%).

ويتضح من جدول (٧) النسبة المئوية لآراء الخبراء حول الوسائل التعليمية اللازمة لتنفيذ المحتوى المقترح حيث تراوحت نسبة الموافقة عليها بين (46%) و (100%)، فقد حصل الاويديوم وهو مجموعة اجهزة متصله ببعضها عبارة عن كمبيوتر ومنصة تحكم وسبورة ذكية متصلة بشبكة معلومات دولية على اعلى نسبة من آراء الخبراء وهى (100%) . يلية الصور المتحركة بنسبة (91%) يلية اجهزة التلفون المحموله وبرامجها للتواصل الاجتماعى والتعليمى وبرامج التعلم الالكترونى بنسبة (86%) يليهم الصور الثابتة فقد حصلت على نسبة (81%) يليها التلفزيون والعباب الفيديو التفاعلية (X - BOX) بنسبة (78%) .

وبذلك يتم الاجابة على التساؤل الثالث وهو ما الاساليب والطرق المناسبة لتنفيذ مقرر التربية البدنية والصحية المقترح لطالبات السنة التحضيرية بجامعة المملكة العربية السعودية.

ويتضح من جدول (٨) النسبة المئوية لآراء الخبراء حول اساليب التقويم ان الاختبار التحريري والمشاريع والنشاط البدنى التنافسي حصل على (84%) يلية الاختبار العملى والعروض التقديمية من انتاج الطالبات حصلو على نسبة مئوية (80%) و الواجبات المنزلية النظرية والبدنية والاختبار الالكتروني بنسبة (71%)

وجميعها نسب مقبولة اما الاختبار الشفوي النهائي حصل على اقل نسبة وهي (٥٩%) وهي نسبة غير مقبولة ولذلك يستبعد من طرق التقييم المقترحة. وبذلك يتم الاجابة على التساؤل الرابع وهو ما اساليب التقييم المناسبة لمقرر التربية البدنية والصحية المقترح لطالبات السنة التحضيرية بجامعة المملكة العربية السعودية.

الاستخلاصات

اولا : - التوصل الى الاهداف العامة والاهداف الفرعية للمقرر المقترح وهي كالتالي : -
الهدف العام : تحقيق النمو الشامل المتكامل المتزن للطالبات في جميع الجوانب العقلية والنفس حركية والوجدانية بأستخدام المجال الصحي والبدني في حدود قدراتهم وخصائصهم وبما يتناسب و الشريعة الاسلامية، وبمراعاة عادات وتقاليد المجتمع لتكون مواطنة منتجة.

الأهداف المعرفية :

- ان تفرق الطالبة بين بعض المفاهيم التي لها أثر على حياتها. (تربية صحية وبدنية- صحة - مرض - لياقة شاملة - لياقة بدنية - تشوهات القوام - الأسعافات الأولية)
- أن تذكر فوائد ممارسة الانشطة البدنية.
- أن تميز الطالبة بين عناصر اللياقة البدنية.
- ان تصنف الطالبة تمارين تنمية كل عنصر من عناصر اللياقة البدنية
- ان تعطي الطالبة امثلة عن تأثير الرياضة على المرأة .
- ان تذكر الطالبه اهمية ممارسة النشاط البدني اثناء الدورة الشهرية
- ان تميز الطالبه بين تمارين ما قبل الحمل و تمارين اثناء الحمل و تمارين ما بعد الولادة
- ان تذكر الطالبة عناصر النظافة الشخصية.
- أن تعطي الطالبة أمثلة عن العادات الصحية السليمة. (الجلوس - التعامل مع الكمبيوتر)
- ان تحدد الطالبة طرق التحكم في الوزن
- ان تصنف الطالبة مكونات الغذاء الصحي
- ان تعطي الطالبة امثلة عن تمارين الوقاية من التشوهات او الانحرافات القوامية
- ان تذكر الطالبة افضل طرق الاستفادة المثلي من وقت الفراغ

الأهداف النفسية حركية :

- ١- ان تمارس الطالبة بعض التمارين التي تنمي الصفات البدنية المرتبطة بالصحة
- ٢- ان تقترح الطالبة تمارين لتنمية عنصر من عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة
- ٣- ان تكون الطالبة بعض تمارين الأحماء البسيطة

- ٤- ان تطبق الطالبة بعض التمرينات التي تقي من الانحرافات القوامية الشائعة.
- ٥- ان تحاكي الطالبة التمارين التي تؤديها المرأة اثناء الحمل
- ٦- ان تحاكي الطالبة التمارين التي تؤديها المرأة بعد الولادة
- ٧- أن تجرب الطالبة تمارين اثناء الدورة الشهرية.
- ٨- ان تصمم الطالبة بعض الالعاب الصغيرة
- ٩- أن تجرب الطالبة كيفية اسعاف بعض الاصابات المنتشرة (الشد - التمزق - الكسر - النزيف)
- ١٠- ان تستخدم الطالبة المستحدثات الشبكية العنكبوتية فى الحصول على المعلومات لزيادة بنائها المعرفي.
- ١١- ان تنشر الطالبة قناعاتها باهمية الممارسات الصحية والبدنية السليمه من خلال مواقع التواصل الاجتماعي
- ١٢- ان تقدم الطالبة تصوراً من اعدادها عن احد الموضوعات المرتبطة بالمقرر

الأهداف الوجدانية:

- ١- تنمية الاتجاهات الإيجابية لدى الطالبات نحو الصحة البدنية .
- ٢- ان تطبق الطالبة بعض السمات الشخصية الإرادية.
- ٣- أن تتاح الفرصة للطالبة بان تعبر عن نفسها وقدراتها الحركية
- ٤- ان تدافع الطالبة عن ممارسة النشاط البدني
- ٥- ان تشجع الطالبة مجتمعها المحيط على اتباع السلوكيات الصحية السليمة والبعد عن السلوكيات الخاطئة.
- ٦- ان يحقق لدى الطالبة الرضى الحركي .
- ٧- ان تنمي لدى الطالبة الرغبة فى الأداء والنشاط الحركي فى اطار من التنمية المستدامه بنابع من داخلها
- ٨- ان تتبادل الطالبة الادوار بين التبعية والقيادة
- ٩- ان تتفاعل الطالبة مع العمل الجماعي بإيجابية.
- ١٠- ان يقل لدى الطالبة بعض الصفات المرتبطة بمرحلتها السنية كالخجل والانطواء.

ثانيا : - التوصل الى المحتوى النظرى والتطبيقى للمقرر المقترح وهى كالتالى :

الوحدة الأولى: التربية البدنية

- ماهية التربية البدنية والصحية (تعريفها - مفهومها)

- أهمية وفوائد التربية البدنية للصحة
- أثر الرياضة على أمراض العصر
- اللياقة البدنية وعناصرها المرتبطة بالصحة
- تمارين احماء عام .
- تمارين لتنمية بعض صفات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (تمارين بسيطة للاطالة والمرونة)

الوحدة الثانية: التمارين البدنية والمرأة

- فوائد التمارين البدنية للمرأة
- تأثير التمارين الرياضية على المرأة
- تمارين مفيدة للمرأة اثناء الدورة الشهرية
- تمارين مفيدة للمرأة اثناء الحمل و بعد الولادة

الوحدة الثالثة : التمارين البدنية والقوام

- ماهية القوام و(تعريف القوام المعتدل -الانحراف القوامي) - اثر القوام على صحة المرأة
- الأنحرافات القوامية الشائعة.(سقوط الرأس- استدارة الكتفين- تقعر القطن- تسطح القدم - تقوس الرجلين - اصطكاك الركبتين - الانحناء الجانبي للعمود الفقري).
- تمارينات بدنية وقائية لبعض التشوهات الشائعة.

الوحدة الرابعة : النشاط البدني ووقت الفراغ والترويح

- مفهوم وقت الفراغ .
- أنواع الانشطة التي تقدم في وقت الفراغ .
- بعض الالعاب الصغيرة التي تقدم في وقت الفراغ للصغار والكبار .
- بعض الالعاب الشعبية الشائعة بالبيئة السعودية.

الوحدة الخامسة : الحياة الصحية للمرأة

- الصحة الانجابية للمرأة وعلاقتها ب
- ١- بعض الامراض مثل سرطان الثدي والرحم
- ٢- كشف ما قبل الزواج
- العادات الصحية السليمة في (استعمال الكمبيوتر - الجلوس على المكتب).
- تمارينات بدنية لمن يجلسون فترات طويلة على المكتب و الكمبيوتر.
- تمارينات للمرأة بأستخدام الاعمال المنزلية

الوحدة السادسة : الغذاء الصحي والوزن المثالي.

- مفهوم الغذاء الصحي.

- مكونات الغذاء الصحي (الكربوهيدرات - الدهون - البروتينات - الفيتامينات و الاملاح المعدنية)

- الوزن المثالي وطرق تحديده وطرق الحفاظ عليه . - تمارين لتقليل وزن الجسم.

الوحدة السابعة : الأسعافات الأولية.

- الاحتياطات الواجب اتباعها عند البدء فى ممارسة الانشطة البدنية.

- عوامل الامن والسلامه عند ممارسة النشاط البدني

- الاصابات الشائعه فى عند ممارسة الرياضة وطرق الوقاية منها.

الوحدة الثامنة : علاقة التربية البدنية بالعلوم الاخرى.

ووضع النقاط التاليه كمحددات لعمل المشروعات بكل مسار

للمسار الهندسي :

- اشتراطات انشاء الملاعب والصالات الرياضية

- مواصفات الملابس و الاجهزة والادوات الرياضية للرياضات المختلف

للمسار الصحي :

- تأثير الرياضة على اجهزة الجسم المختلفه - الرياضة وامراض العصر

للمسار العلمي :

علاقة المستحدثات التكنولوجية بالجانب البدني والصحي (برامج واجهزة)

ثالثا : أساليب التدريس والوسائل التعليمية فى تنفيذ المقرر المقترح (اجابة التسؤل

الثالث) وهى على النحو التالى : -

أ - اساليب تدريس المحتوى:- التعلم النشط و الاسلوب التنافسي و العروض

التقديمية و المشروعات وتوجيه الاقران والتعلم التعاوني والاسلوب الحوار والمناقشة

واسلوب التعلم الالكتروني و التعلم الذاتي والعصف الذهني.

والوسائل التعليمية : -

- (الاوبيديوم وهو مجموعة اجهزة متصله ببعضها عبارة عن كمبيوتر ومنصة

تحكم وسيورة ذكية متصله بشبكة معلومات دولية و الصور و اجهزة التلفون

المحموله وبرامجها للتواصل الاجتماعى والتعليمى وبرامج التعلم الالكتروني و

الصور الثابتة و التلفزيون والعب الفيديو التفاعلية (X - BOX) .

رابعا : أساليب التقويم الأكثر مناسبة للمقرر المقترح:-

(الاسلوب الاختبار التحريري والمشاريع والنشاط البدنى التنافسي و الاختبار العملى والعروض التقديمية من انتاج الطالبات و الواجبات المنزلية النظرية والبدنية والاختبار الالكتروني).

كما تم اختيار الأختبارات العملية للصفات البدنية التالية :-

التحمل الدوري التنفسى (اختبار الخطوة ٦٠ ث) - القوة (الوثب العمودي من الثبات)

التحمل العضلي (اختبار الجلوس من الرقود لمدة ٦٠ث) - المرونة (الوقوف - لف الجذع حول المحور الطولي) - التوافق (اختبار الدوائر المرقمة) - الرشاقة (الجري المكوكي)

التوصيات :-

توصى الباحثة بما يلي :

١-التطبيق التجريبي للمقرر المقترح بجامعة الدمام مع توفير كافة الامكانيات المادة والبشرية والليات التنفيذ الفعاله التى تحقق اهداف المقرر ثم تعديل المقرر وفقا لنتائج التجريب واعتمادة كمقرر قابل للتطبيق ضمن السنة التحضيرية بجميع كليات العمادة .

٢-الاستعانه بالمقرر المقترح فى عمادات السنة التحضيرية بجميع الجامعات السعودية.

المراجع

- ١- اميرة باسم هاني محمد مختار البيلي(٢٠١٠) : "فعالية مقرر تنس طاولة المقترح علي نواتج التعلم) المعرفية النفس حركية الانفعالية) لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الاسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة الاسكندرية.
- ٢- حسن شحاتة (٢٠١٢) :- " تصميم المناهج وقيم التقدم فى العالم العربي " ، ط ٣ ، الدار المصرية اللبنانية للنشر ، القاهرة .
- ٣- شوقى حساني محمود حسن(٢٠١٢) : " تطوير المناهج رؤية معاصرة (المنهج - تطوير المنهج - تصميم ونماذج برمجية المنهج - معايير جودة المنهج) " ، المجموعة العربية للتدريب والنشر، القاهرة .
- ٤- عزه كمال عبد العال(٢٠١٦م): " بناء منهاج رياضات مائية مقترح لطلاب كلية التربية الرياضية- جامعة اسيوط"، رسالة دكتوراة غير منشورة . كلية التربية الرياضية ، جامعة اسيوط . مصر .
- ٥- فنيك ل دى (١٤٢٩هـ) :- " نحو تكوين خبرات فى التعلم مفيدة (منهجية متكاملة لتصميم المقررات الجامعية)، ترجمة وليد شحاتة ،ضمن مشروع الترجمة المشترك بين وزارة التعليم العالي وشركة العبيكان ، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- ٦- كريمان كمال محمد رشاد اسماعيل،(٢٠١٦ م): " منهج مقترح للترويج العلاجى لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية " ، رسالة دكتوراة غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية، مصر .
- ٧- ماجدة حسن عبد الله ابراهيم(٢٠١٠م) : "مقرر مقترح لتأهيل طالبات كلية التربية الرياضية للعمل في مجال السياح الرياضية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة - جامعة حلوان،.
- ٨- هناء حازم عبد العزيز زهران(٢٠١٠م): "تصميم مقرر للتربية الحركية لرياض الأطفال في ضوء معايير جودة التعليم"، رسالة دكتوراه غير منشوره ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة- جامعة حلوان.

المراجع الاجنبية :-

- 9- Medhat Ali Aboseree .,(2010). Proposal Curriculum for Table-Tennis Sport for Students of Faculty of Physical Education, World Journal of Sport Sciences 3 (S): 824-846, 2010. ISSN 2078-4724© IDOSI Publications,
- 10- Ali, M. and A. Hamoda,(2010). A proposal curriculum for archery for the students of the Faculty of Physical Education. International Conference of Sports Science, Sport and Globalization, Faculty of Physical Education for Boys, Helwan University, Cairo.