

خطة البرنامج

الخطة الدراسية (130 ساعة معتمدة)

مقدمة

يُعد قسم علوم الرياضة والنشاط البدني في كليات عنيزة أحد منارات العلم، وحيث أظهرت رؤية المملكة 2030 مكانة الرياضة والنشاط البدني كأحد أهم أهدافها الإستراتيجية، فإن كليات عنيزة تتطلع إلى إعداد كفاءات متخصصة في مجال علوم الرياضة والنشاط البدني، كما يوفر قسم علوم الرياضة والنشاط البدني بيئة جاذبة من خلال قامات علمية ذات الكفاءة والمهارة المتطورة.

رسالة البرنامج

إعداد كفاءات متخصصة في مجال علوم الرياضة والنشاط البدني تلبي حاجة سوق العمل وتساهم في بناء مجتمع حيوي ذو بيئة عامرة لتحقيق متطلبات رؤية المملكة 2030 والرؤى المستقبلية للمملكة.

أهداف البرنامج

- المساهمة في تكوين مواطنة صالحة تتسم بالقيم والأخلاق العربية والإسلامية الفاضلة، قادرة على قيادة الأعمال وتتمتع بالأخلاق المهنية.
- المساهمة في تطوير المجتمع وسد احتياجاته من المتخصصات من الكوادر البشرية في المجال الرياضي بما يحقق الاكتفاء الذاتي.
- تحقيق الرؤى المستقبلية للمملكة فيما يخص المجال الرياضي بما يتماشى مع معاميل التخطيط الاستراتيجي بعيد المدى.

الوظائف المتوقعة للخريجات

- على سبيل المثال، لا الحصر:
- أخصائية لياقة بدنية بمراكز اللياقة البدنية والصحية.
 - مدربة رياضية لذوي الاحتياجات الخاصة.
 - أخصائية بدنية بمراكز تأهيل الإصابات والعلاج الطبيعي.
- وغيرها.

المستوى الرابع (16 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
عرب 103	التحرير العربي	2
سلم 104	النظام السياسي في الإسلام	2
بدن 212	مبادئ علم الحركة	2
بدن 221	علم النفس الرياضي	2
بدن 233	التغذية الرياضية	2
بدن 243	مبادئ وتطبيقات كرة القدم	2
بدن 244	مبادئ وتطبيقات كرة اليد	2
بدن 254	مبادئ وتطبيقات ألعاب المضرب	2

المستوى الخامس (17 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
نشط 311	النمو والتطور الحركي	2
نشط 331	الإصابات الرياضية وإسعافاتها	2
نشط 332	البرامج في التربية البدنية	2
نشط 333	التربية البدنية للأطفال	3
نشط 351	التمرينات المائية	2
نشط 352	مبادئ وتطبيقات الارتفاع الحركي	2
XXXXXX	مقرر اختياري مسار (1)	2
بدن XXX	مقرر اختياري برنامج (1)	2

المستوى السادس (16 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
درب 312	الميكانيكا الحيوية	3
نشط 313	تطبيقات فسيولوجيا الجهد البدني	3
نشط 334	التأهيل البدني للإصابات الرياضية	3
نشط 353	مبادئ وتطبيقات التعبير الحركي	2
XXXXXX	مقرر اختياري مسار (2)	2
XXXXXX	مقرر حر (1)	3

المستوى الأول (17 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
سلم 101	المدخل للثقافة الإسلامية	2
عال 101	مقدمة في الحاسوب	3
عرب 101	المهارات اللغوية	2
نفس 101	مهارات التفكير وأساليب التعلم	2
دار 103	مهارات الاتصال	2
بدن 111	الصحة واللياقة البدنية	2
بدن 121	فلسفة وتاريخ التربية البدنية	2
بدن 131	المدخل للإدارة الرياضية والترويحية	2

المستوى الثاني (17 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
سلم 102	الإسلام وبناء المجتمع	2
بدن 112	التشريح الوظيفي	3
بدن 113	التربية الحركية	2
بدن 132	مقدمة في التدريب الرياضي	2
بدن 151	مبادئ وتطبيقات التمرينات (1)	1
بدن 152	مبادئ وتطبيقات الجمباز (1)	1
بدن 153	مبادئ وتطبيقات السباحة	2
بدن 154	مبادئ وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار (1)	2
بدن 161	مبادئ وتطبيقات المنازلات	2

المستوى الثالث (19 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
نجل 101	اللغة الإنجليزية	3
سلم 103	النظام الاقتصادي في الإسلام	2
بدن 211	مبادئ علم وظائف الأعضاء	2
بدن 231	مدخل القياس والتقويم في علوم الرياضة	2
بدن 232	أساليب تدريس المهارات الحركية	2
بدن 241	مبادئ وتطبيقات الكرة الطائرة	2
بدن 242	مبادئ وتطبيقات كرة السلة	2
بدن 251	مبادئ وتطبيقات التمرينات (2)	1
بدن 252	مبادئ وتطبيقات الجمباز (2)	1
بدن 253	مبادئ وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار (2)	2



كلية الدراسات الإنسانية والإدارية



برنامج البكالوريوس في
علوم الرياضة والنشاط البدني
(مسار النشاط البدني)
(للتطلّبات فقط)
(أربع سنوات)



920005556
www.oc.edu.sa
ocedusa

المستوى السابع (16 ساعة)

رمز المقرّر	اسم المقرّر	ل
333	الترويج الرياضي وأوقات الفراغ	2
411	البحث العلمي والإحصاء في المجال الرياضي	3
414	التعلّم الحركي	2
431	القوام والتمرينات العلاجية	2
432	طرق تدريس التعبير الحركي	3
XXXXXX	مقرّر اختياري مسار (3)	2
XXX	مقرّر اختياري برنامج (2)	2

المستوى الثامن (12 ساعة)

رمز المقرّر	اسم المقرّر	ل
412	مشروع بحثي في النشاط البدني	3
471	التدريب الميداني	6
XXXXXX	مقرّر حر (2)	3

المقرّرات الاختيارية للمسار

رمز المقرّر	اسم المقرّر	ل
433	برامج اللياقة البدنية من أجل الصحة	2
434	تقويم الأداء للنشاط البدني والصحي	2
333	رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة	2
432	الانتقاء في المجال الرياضي	2
437	تحليل الأداء الحركي	2

المقرّرات الاختيارية للبرنامج

رمز المقرّر	اسم المقرّر	ل
313	التكنولوجيا في المجال الرياضي	2
322	علم الاجتماع الرياضي	2
336	إدارة الموارد البشرية في الرياضة والترويج	2
337	المكملات الغذائية	2

خطة البرنامج

الخطة الدراسية (130 ساعة معتمدة)

مقدمة

يُعد قسم علوم الرياضة والنشاط البدني في كليات عيزة أحد منارات العلم، وحيث أظهرت رؤية المملكة 2030 مكانة الرياضة والنشاط البدني كأحد أهم أهدافها الإستراتيجية، فإن كليات عيزة تتطلع إلى إعداد كفاءات متخصصة في مجال علوم الرياضة والنشاط البدني، كما يوفر قسم علوم الرياضة والنشاط البدني بيئة جاذبة من خلال قاعات علمية ذات الكفاءة والمهارة المتطورة.

رسالة البرنامج

إعداد كفاءات متخصصة في مجال علوم الرياضة والنشاط البدني تلبي حاجة سوق العمل وتساهم في بناء مجتمع حيوي ذو بيئة عامرة لتحقيق متطلبات رؤية المملكة 2030 والرؤى المستقبلية للمملكة.

أهداف البرنامج

1. المساهمة في تكوين مواطن صالح يتسم بالقيم والأخلاق العربية والإسلامية الفاضلة، قادر على قيادة الأعمال ويتمتع بالأخلاق المهنية.
2. المساهمة في تطوير المجتمع وسد احتياجاته من المتخصصين من الكوادر البشرية في المجال الرياضي بما يحقق الاكتفاء الذاتي.
3. تحقيق الرؤى المستقبلية للمملكة فيما يخص المجال الرياضي بما يتماشى مع معامل التخطيط الاستراتيجي بعيد المدى.

الوظائف المتوقعة للخريجين

- على سبيل المثال، لا الحصر:
- (مدرب رياضي/مدربة رياضية) للأنشطة والألعاب الرياضية بالأندية.
 - (أخصائي/أخصائية) لياقة بدنية بمراكز اللياقة البدنية والصحية والترويحية والسياحية والشركات والمستشفيات.
 - (مدرب رياضي/مدربة رياضية) لذوي الاحتياجات الخاصة بمراكز ذوي الاحتياجات الخاصة وغيرها.
 - (أخصائي بدني/أخصائية بدنية) بمراكز تأهيل الإصابات والعلاج الطبيعي.
- وغيرها.

المستوى الرابع (16 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
عرب 103	التحرير العربي	2
سلم 104	النظام السياسي في الإسلام	2
بدن 212	مبادئ علم الحركة	2
بدن 221	علم النفس الرياضي	2
بدن 233	التغذية الرياضية	2
بدن 243	مبادئ وتطبيقات كرة القدم	2
بدن 244	مبادئ وتطبيقات كرة اليد	2
بدن 254	مبادئ وتطبيقات ألعاب المضرب	2

المستوى الخامس (17 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
نشط 311	النمو والتطور الحركي	2
درب 321	سيكولوجية التدريب والمنافسات الرياضية	2
درب 331	دراسة متقدمة في التدريب الرياضي	2
نشط 331	الإصابات الرياضية وإسعافاتها	2
درب 332	مبادئ وتطبيقات اللياقة البدنية	3
درب 333	رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة	2
XXXXXX	مقرر اختياري مسار (1)	2
بدن XXX	مقرر اختياري برنامج (1)	2

المستوى السادس (16 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
درب 312	الميكانيكا الحيوية	3
نشط 313	تطبيقات فسيولوجيا الجهد البدني	3
درب 334	مبادئ تدريب الناشئين	2
درب 335	اختياري تدريب رياضة التخصص (1)	3
XXXXXX	مقرر اختياري مسار (2)	2
XXXXXX	مقرر حر (1)	3

المستوى الأول (17 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
سلم 101	المدخل للثقافة الإسلامية	2
عال 101	مقدمة في الحاسوب	3
عرب 101	المهارات اللغوية	2
نفس 101	مهارات التفكير وأساليب التعلم	2
دار 103	مهارات الاتصال	2
بدن 111	الصحة واللياقة البدنية	2
بدن 121	فلسفة وتاريخ التربية البدنية	2
بدن 131	المدخل للإدارة الرياضية والترويحية	2

المستوى الثاني (17 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
سلم 102	الإسلام وبناء المجتمع	2
بدن 112	التشريح الوظيفي	3
بدن 113	التربية الحركية	2
بدن 132	مقدمة في التدريب الرياضي	2
بدن 151	مبادئ وتطبيقات التمرينات (1)	1
بدن 152	مبادئ وتطبيقات الجمباز (1)	1
بدن 153	مبادئ وتطبيقات السباحة	2
بدن 154	مبادئ وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار (1)	2
بدن 161	مبادئ وتطبيقات الممارات	2

المستوى الثالث (19 ساعة)		
رمز المقرر	اسم المقرر	ل
نجل 101	اللغة الإنجليزية	3
سلم 103	النظام الاقتصادي في الإسلام	2
بدن 211	مبادئ علم وظائف الأعضاء	2
بدن 231	مدخل القياس والتقويم في علوم الرياضة	2
بدن 232	أساليب تدريس المهارات الحركية	2
بدن 241	مبادئ وتطبيقات الكرة الطائرة	2
بدن 242	مبادئ وتطبيقات كرة السلة	2
بدن 251	مبادئ وتطبيقات التمرينات (2)	1
بدن 252	مبادئ وتطبيقات الجمباز (2)	1
بدن 253	مبادئ وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار (2)	2



كلية الدراسات الإنسانية والإدارية



برنامج البكالوريوس في
علوم الرياضة والنشاط البدني
(مسار التدريب الرياضي)
(للطلاب والطالبات)
(أربع سنوات)



920005556
www.oc.edu.sa
ocedusa

المستوى السابع (16 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
411 بدن	البحث العلمي والإحصاء في المجال الرياضي	3
431 درب	تخطيط برامج التدريب الرياضي	2
432 درب	الانتقاء في المجال الرياضي	2
433 درب	تطبيقات التقويم والقياس في علوم الرياضة	2
434 درب	اختياري تدريب رياضة التخصص (2)	3
XXXXXX	مقرر اختياري مسار (3)	2
XXX بدن	مقرر اختياري برنامج (2)	2

المستوى الثامن (12 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
412 درب	مشروع بحثي في التدريب الرياضي	3
471 درب	التدريب الميداني	6
XXXXXX	مقرر حر (2)	3

المقررات الاختيارية للمسار

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
414 درب	التعلم الحركي	2
435 درب	تقويم برامج التدريب الرياضي	2
436 درب	طرق وأساليب التدريب الرياضي	2
437 درب	تحليل الأداء الحركي	2
431 نشط	القوائم والتمرينات العلاجية	2

المقررات الاختيارية للبرنامج

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
313 بدن	التكنولوجيا في المجال الرياضي	2
322 بدن	علم الاجتماع الرياضي	2
336 بدن	إدارة الموارد البشرية في الرياضة والترويج	2
337 بدن	المكملات الغذائية	2

خطة البرنامج

الخطة الدراسية (130 ساعة معتمدة)

مقدمة

يُعد قسم علوم الرياضة والنشاط البدني في كليات عيزة أحد منارات العلم، وحيث أظهرت رؤية المملكة 2030 مكانة الرياضة والنشاط البدني كأحد أهم أهدافها الإستراتيجية، فإن كليات عيزة تتطلع إلى إعداد كفاءات متخصصة في مجال علوم الرياضة والنشاط البدني، كما يوفر قسم علوم الرياضة والنشاط البدني بيئة جاذبة من خلال قامات علمية ذات الكفاءة والمهارة المتطورة.

رسالة البرنامج

إعداد كفاءات متخصصة في مجال علوم الرياضة والنشاط البدني تلبي حاجة سوق العمل وتسهم في بناء مجتمع حيوي ذو بيئة عامرة لتحقيق متطلبات رؤية المملكة 2030 والرؤى المستقبلية للمملكة.

أهداف البرنامج

- المساهمة في تكوين مواطن صالح يتسم بالقيم والأخلاق العربية والإسلامية الفاضلة، قادر على قيادة الأعمال ويتمتع بالأخلاق المهنية.
- المساهمة في تطوير المجتمع وسد احتياجاته من المتخصصين من الكوادر البشرية في المجال الرياضي بما يحقق الاكتفاء الذاتي.
- تحقيق الرؤى المستقبلية للمملكة فيما يخص المجال الرياضي بما يتماشى مع معامل التخطيط الاستراتيجي بعيد المدى.

الوظائف المتوقعة للخريجين

على سبيل المثال، لا الحصر:

- (إداري رياضي/إدارية رياضية) للأنشطة والألعاب الرياضية بالأندية.
- (إداري رياضي/إدارية رياضية) للأنشطة الرياضية والألعاب الرياضية بالجامعات والمدارس الحكومية والأهلية وإدارات وزارة التعليم.
- (إداري/إدارية) بمراكز اللياقة البدنية والصحية ومراكز تأهيل الإصابات والعلاج الطبيعي.
- (أخصائي/أخصائية) التسويق الرياضي بالأندية والاتحادات الرياضية.
- (إعلامي/إعلامية) للعمل في مجال الإعلام الرياضي والصحافة الرياضية وغيرها.

المستوى الرابع (16 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
عرب 103	التحرير العربي	2
سلم 104	النظام السياسي في الإسلام	2
بدن 212	مبادئ علم الحركة	2
بدن 221	علم النفس الرياضي	2
بدن 233	التغذية الرياضية	2
بدن 243	مبادئ وتطبيقات كرة القدم	2
بدن 244	مبادئ وتطبيقات كرة اليد	2
بدن 254	مبادئ وتطبيقات ألعاب المضرب	2

المستوى الخامس (17 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
ترح 330	الأسس العلمية للإدارة الرياضية	2
ترح 331	التربية الترويحية	2
ترح 332	أسس التسويق الرياضي	3
ترح 333	الترويج الرياضي وأوقات الفراغ	2
ترح 334	الإعلام الرياضي	2
ترح 335	سيكولوجية القيادة الرياضية	2
XXXXXX	مقرر اختياري مسار (1)	2
بدن XXX	مقرر اختياري برنامج (1)	2

المستوى السادس (16 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
ترح 336	تنظيم وإدارة المعسكرات الرياضية والكشفية	3
ترح 337	التشريعات والقوانين الرياضية	2
ترح 338	الترويج الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة	3
ترح 339	إدارة الفعاليات والمنافسات الرياضية	3
XXXXXX	مقرر اختياري مسار (2)	2
XXXXXX	مقرر حر (1)	3

المستوى الأول (17 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
سلم 101	المدخل للثقافة الإسلامية	2
عال 101	مقدمة في الحاسوب	3
عرب 101	المهارات اللغوية	2
نفس 101	مهارات التفكير وأساليب التعلم	2
دار 103	مهارات الاتصال	2
بدن 111	الصحة واللياقة البدنية	2
بدن 121	فلسفة وتاريخ التربية البدنية	2
بدن 131	المدخل للإدارة الرياضية والترويحية	2

المستوى الثاني (17 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
سلم 102	الإسلام وبناء المجتمع	2
بدن 112	التشريح الوظيفي	3
بدن 113	التربية الحركية	2
بدن 132	مقدمة في التدريب الرياضي	2
بدن 151	مبادئ وتطبيقات التمرينات (1)	1
بدن 152	مبادئ وتطبيقات الجمباز (1)	1
بدن 153	مبادئ وتطبيقات السباحة	2
بدن 154	مبادئ وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار (1)	2
بدن 161	مبادئ وتطبيقات المنازلات	2

المستوى الثالث (19 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
نجل 101	اللغة الإنجليزية	3
سلم 103	النظام الاقتصادي في الإسلام	2
بدن 211	مبادئ علم وظائف الأعضاء	2
بدن 231	مدخل القياس والتقويم في علوم الرياضة	2
بدن 232	أساليب تدريس المهارات الحركية	2
بدن 241	مبادئ وتطبيقات الكرة الطائرة	2
بدن 242	مبادئ وتطبيقات كرة السلة	2
بدن 251	مبادئ وتطبيقات التمرينات (2)	1
بدن 252	مبادئ وتطبيقات الجمباز (2)	1
بدن 253	مبادئ وتطبيقات مسابقات الميدان والمضمار (2)	2



كلية الدراسات الإنسانية والإدارية



برنامج البكالوريوس في
علوم الرياضة والنشاط البدني
(مسار الإدارة الرياضية والترويحية)
(للطلاب والطالبات)

(أربع سنوات)



920005556
www.oc.edu.sa
ocedusa

المستوى السابع (16 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
411 بدن	البحث العلمي والإحصاء في المجال الرياضي	3
431 طرح	تصميم البرامج الترويحية	2
432 طرح	إدارة المنشآت الرياضية والترويحية	2
433 طرح	أسس إدارة الأعمال	2
434 طرح	تطبيقات الإدارة والترويج في الألعاب الجماعية والفردية	3
XXXXXX	مقرر اختياري مسار (3)	2
XXX بدن	مقرر اختياري برنامج (2)	2

المستوى الثامن (12 ساعة)

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
412 طرح	مشروع بحثي في الإدارة الرياضية والترويج	3
471 طرح	التدريب الميداني	6
XXXXXX	مقرر حر (2)	3

المقررات الاختيارية للمسار

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
435 طرح	إدارة الفرق والأنشطة الرياضية	2
436 طرح	البرامج الترويحية بالمؤسسات التربوية	2
437 طرح	اقتصاديات الترويج الرياضي	2
438 طرح	الجوانب الأخلاقية في الإدارة والترويج	2
439 طرح	العلاقات العامة في المجال الرياضي	2

المقررات الاختيارية للبرنامج

رمز المقرر	اسم المقرر	ل
313 بدن	التكنولوجيا في المجال الرياضي	2
322 بدن	علم الاجتماع الرياضي	2
336 بدن	إدارة الموارد البشرية في الرياضة والترويج	2
337 بدن	المكملات الغذائية	2