

Last update: April 2025

بكالوريوس العلوم في التدريب الرياضي

نبذة عن البرنامج

يهدف برنامج بكالوريوس التدريب الرياضي إلى إعداد كوادر مؤهلة للعمل في مجال التدريب الرياضي، من خلال تزويد الطلاب بالمعرفة العلمية والمهارات التطبيقية اللازمة لتطوير أداء الرياضيين والممارسين للرياضة.

تشمل المعارف والخبرات المكتسبة من البرنامج تحليل الحركة والأداء، تصميم و متابعة برامج تدريبية فعالة مبنية على تحليل المؤشرات الفسيولوجية، تطوير استراتيجيات التغذية الرياضية، ومراقبة مستوى الإجهاد البدني، وتسريع عمليات التعافي بعد التمارين أو الإصابات وكذلك التدريب في السياقات المجتمعية والأداء العالي. ويعتمد البرنامج على أحدث الأبحاث والممارسات العالمية والأجهزة في مجال علوم التدريب الرياضي.

كما يتضمن تخصصًا فرعيًا في الرياضة التكميلية والنشاط البدني يركز على تأهيل الطلاب لتقديم برامج رياضية مخصصة للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة.

وقد تم تصميم البرنامج ليتماشى مع احتياجات قطاع الرياضة في قطر، ويدعم رؤية قطر الوطنية 2030 من خلال إعداد متخصصين في علوم التدريب قادرين على العمل في مختلف المستويات، من المبادرات المجتمعية إلى الرياضة النخبوية، والمساهمة في بناء مجتمع نشط وصحي. إلى جانب الشق الأكاديمي، يشجع البرنامج على البحث العلمي متعدد التخصصات في علوم الرياضة والتمرين، بالتعاون مع مؤسسات وطنية ودولية مرموقة مثل وزارة الرياضة والشباب، اللجنة الأولمبية القطرية، الأكاديمية الأولمبية القطرية، سبيتار، أكاديمية أسباير، الأكاديمية الأولمبية القطرية، مؤسسة حمد الطبية ومؤسسة الرعاية الصحية الأولية، والمتحف الأولمبي القطري والاتحادات الرياضية، إلى جانب الشراكات مع المراكز والمؤسسات الأكاديمية والبحثية الدولية. وتنبع رؤية البرنامج من طموحه في أن يكون منصة رائدة لإعداد متخصصين في علوم التدريب يساهمون في التقدم الرياضي وتحقيق نمط حياة صحي ونشط في قطر، بينما تتركز رسالته في إعداد خريجين أكفاء قادرين على تلبية احتياجات القطاع الرياضي من خلال تعليم علمي ومهني متكامل يدعم التنمية الرياضية المستدامة في الدولة.

أهداف البرنامج:

تتمثل الأهداف التعليمية لهذا البرنامج في التأكد من أن الخريجين يتمتعون بالقوة الأكاديمية، والمهارة العملية، والتعاونية والمهنية. بعد التخرج، سيكون خريجو البرنامج:

1. مزودين بفهم شامل لمبادئ وممارسات التدريب الرياضي وتدريب اللياقة البدنية، بما في ذلك موضوعات مثل تحديد الأهداف وبناء الفريق والقيادة.
2. مزودين بالمعرفة والمهارات اللازمة لتحليل وتقييم الأداء الرياضي.
3. مزودين بالمعرفة والمهارات اللازمة لتصميم وتنفيذ برامج تدريبية فعالة للرياضيين وعامة الناس، بما في ذلك علم، وظائف الأعضاء، الميكانيكا الحيوية، والتغذية.
4. مزودين بالكفاءات البحثية في الأنشطة البدنية والرياضة، بما يتماشى مع استراتيجيات البحث في جامعة قطر لتعزيز ثقافة تعتمد على البحث.
5. مزودين بالمعرفة والمهارات اللازمة للوقاية من الإصابات الرياضية وتقييمها وإدارتها، بما في ذلك استراتيجيات إعادة التأهيل والعودة إلى اللعب.
6. مزودين بالمعرفة والمهارات اللازمة لاستخدام أساليب البحث وتحليل البيانات لإرشاد ممارسة التدريب.
7. مزودين بالمهارات القيادية اللازمة لإدارة وتحفيز الرياضيين والفرق بشكل فعال.

مخرجات تعلم البرنامج:

1. فهم النظريات والمفاهيم الأساسية.
2. وضع خطط للتعليم تعمل على تحسين نتائج تعلم الطلاب بشكل فعال.
3. استخدام التقنيات الحالية والناشئة بكفاءة في السياقات التعليمية، وتعزيز تجربة التعلم.
4. خلق بيئات تعليمية ناجحة من خلال مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب.
5. تحليل العوامل والموارد المختلفة بشكل منهجي للوصول إلى قرارات مستنيرة في البيئات التعليمية.
6. الانخراط بنشاط في المنح الدراسية من خلال التعلم من القاعدة المعرفية في التعليم والمساهمة فيها.
7. تطبيق أخلاقيات المهنة في كافة السياقات التعليمية.
8. قيادة التغيير الإيجابي في التعليم.

الفرص

يُوفّر برنامج بكالوريوس التدريب الرياضي فرصًا متميزة للطلاب على المستويين الأكاديمي والمهني، من خلال منهج شامل يجمع بين المعرفة النظرية والتطبيق العملي.

يساهم البرنامج في تزويد الطلبة بخبرات ميدانية متنوعة، تُؤهلهم للانخراط بكفاءة في مختلف مجالات العمل الرياضي، بما في ذلك: التدريب الرياضي في الأندية والفرق، تحليل الأداء الحركي للاعبين، تدريبات اللياقة البدنية والإعداد البدني، برامج الرياضة للجميع، وتنظيم الأنشطة الرياضية في دور الشباب.

كما يفتح البرنامج آفاقًا للعمل في مؤسسات تُعنى بذوي الاحتياجات الخاصة، وتقديم الاستشارات المتخصصة للرياضيين، إضافةً إلى المساهمة في برامج إعادة التأهيل بعد الإصابات الرياضية.

وتُتاح للخريجين فرص الانضمام إلى مؤسسات تهتم بالصحة العامة والرفاهية، بهدف متابعة وتأهيل الأفراد من مختلف الفئات العمرية، بما يعزز من جودة حياتهم ونمطهم الصحي.

أما على الصعيد البحثي، فيُعدّ البرنامج خريجيه للمشاركة الفاعلة في البحوث العلمية المتقدمة ضمن مجالات متعددة، مثل: فسيولوجيا التدريب الرياضي، الميكانيكا الحيوية، علم النفس الرياضي، الرياضة التكميلية، وغيرها من تخصصات علوم الرياضة، مما يُسهم في تطوير المعرفة العلمية والارتقاء بمستوى الممارسة الرياضية القائم على الأدلة وأفضل الممارسات محليًا وعالميًا.

القبول: الشروط والمستندات المطلوبة

يجب على جميع الطلبة المتقدمين لجامعة قطر استيفاء الشروط والمستندات المطلوبة من ضمنها حصول الطالب على الحد المطلوب من التحصيل العام في الشهادة الثانوية.

الشروط والمستندات المطلوبة متوفرة على الرابط التالي:

<http://www.qu.edu.qa/ar/students/admission/undergraduate>

الشروط الإضافية:

- اختبار اللياقة البدنية
- اختبار القبول النظري
- مقابلة شخصية

الخطة الدراسية لبرنامج بكالوريوس العلوم في التدريب الرياضي

التخصص الرئيسي في التدريب الرياضي

- يجب على الطالب اجتياز 120 ساعة معتمدة كحد أدنى لاستكمال تخصص التدريب الرياضي، بما في ذلك ما يلي:
- ما لا يقل عن 33 ساعة معتمدة في متطلبات الجامعة
 - ما لا يقل عن 18 ساعة معتمدة من متطلبات الكلية
 - ما لا يقل عن 45 ساعة معتمدة من المتطلبات الإجبارية في التخصص الرئيسي
 - ما لا يقل عن 3 ساعات معتمدة من المتطلبات الاختيارية المساندة في التخصص الرئيسي
 - ما لا يقل عن 6 ساعات معتمدة من المتطلبات الاختيارية في التخصص الرئيسي
 - ما لا يقل عن 15 ساعة معتمدة من متطلبات التخصص الفرعي

متطلبات الجامعة (33 ساعة معتمدة)

مجموعة الهوية والتواصل لكل الطلبة (18 ساعة معتمدة)

عدد الساعات المعتمدة المطلوب إكمالها لهذه المجموعة 18 ساعة معتمدة، وذلك بناءً على خطة برنامج التخصص أو الكلية التي ينتمي إليها الطالب. المقررات الدراسية التي يتوجب على الطلبة إكمالها، تكون محددةً بحسب متطلبات التخصص. المقررات التي يكملها الطالب لاستيفاء متطلبات التخصص الفرعي أو المتطلبات الاختيارية لا يمكن احتسابها لاستيفاء متطلبات أي مجموعة أخرى من متطلبات الجامعة. وتتألف هذه المجموعة من المقررات الدراسية المتاحة في قائمة مقررات مجموعة الهوية والتواصل:

- ARAB 100 لغة عربية 1
- ARAB 200 لغة عربية 2
- ARAB 109 مهارات لغوية
- ARAB 110 مقدمة لدراسة الأدب وفنونه
- ENGL 110 لغة إنجليزية 1
- ENGL 111 لغة إنجليزية 2
- ENGL 150 كتابة المقال 1
- ENGL 151 الاستيعاب القرآني المتقدم
- DAWA 111 الثقافة الإسلامية
- HIST 121 تاريخ قطر

مجموعة العلوم الاجتماعية/السلوكية (3 ساعات معتمدة)

المقررات التي يكملها الطالب لاستيفاء متطلبات التخصص الفرعي أو المتطلبات الاختيارية لا يمكن احتسابها لاستيفاء متطلبات أي مجموعة أخرى من متطلبات الجامعة. عدد الساعات المعتمدة المطلوبة لهذه المجموعة هي 3 ساعات من المقررات المدرجة أدناه:

- EDUC 200 التربية ومشكلات المجتمع
- EDUC 203 العلاقات الأسرية
- EPSY 201 مقدمة في علم النفس
- EPSY 205 علم النفس الاجتماعي
- HONS 102 مقدمة للتميز الأكاديمي
- INTA 101 نظريات سياسية واجتماعية
- INTA 103 مقدمة في العلاقات الدولية
- INTA 206 العولمة
- MCOM 103 وسائل الاتصال والمجتمع
- PSYC 201 مدخل الى علم النفس
- PSYC 206 مقدمة في علم النفس الاجتماعي
- SOCI 120 مقدمة في علم الاجتماع

- SOCI 121 مدخل إلى الأنثروبولوجيا
- SOWO 101 مقدمة في الخدمة والرعاية الاجتماعية
- SOWO 361 المجتمع وحقوق الإنسان
- UNIV 200 الابتكار والقيادة والمشاركة المجتمعية
- UNIV 220 التعلم القائم على الخدمة المجتمعية

مجموعة العلوم الطبيعية والرياضيات (3 ساعات معتمدة)

المقررات التي يكملها الطالب لاستيفاء متطلبات التخصص الفرعي أو المتطلبات الاختيارية لا يمكن احتسابها لاستيفاء متطلبات أي مجموعة أخرى من متطلبات الجامعة. عدد الساعات المعتمدة المطلوبة لهذه المجموعة هي 3 ساعات من المقررات المدرجة أدناه:

- GSCN 100 العلوم في حياتنا
- MATH 101 حساب التفاضل والتكامل 1
- MATH 103 الجبر المتوسط
- MATH 104 الهندسة والمقاييس الأولية
- MATH 105 الرياضيات في المجتمع

مجموعة المعارف والمهارات الأساسية (6 ساعات معتمدة)

عدد الساعات المعتمدة المطلوبة لمجموعة المعارف والمهارات الأساسية هي 6 ساعات معتمدة. يجب على الطالب أن يأخذ المقرر STAT 101 الإحصاء 1 ويمكن أن يختار للمقرر الثاني أي من المقررات التالية:

- CHME 100 الطاقة من أجل الحياة
- DAWA 117 الأخلاق
- DAWA 118 المدخل إلى العقيدة الإسلامية
- DAWA 210 فقه السيرة
- DAWA 222 حوار الحضارات
- LAWC 102 حقوق الإنسان
- FINA 101 أساسيات التمويل الشخصي
- GNSP 120 البياقة البدنية
- PUBH 100 صحتك
- SOCI 200 التنمية المستدامة
- CMPS 185 مقدمة في الأمن السيبراني
- EDUC 201 مناهج البحث العلمي
- LAWC 100 الثقافة القانونية
- STAT 101 الإحصاء 1
- GENG 104 السلامة المرورية والسلوك البشري
- MAGT 100 مقدمة في إدارة الأعمال
- MAGT 201 التفكير الريادي والابتكاري

متطلبات الجامعة التكميلية (3 ساعة معتمدة)

- UNIV 100 سيمينار السنة الأولى

متطلبات الكلية (18 ساعة معتمدة)

- GNSP 101 مقدمة في الرياضة والنشاط البدني
- GNSP 103 قضايا معاصرة في الرياضة
- GNSP 105 أخلاقيات الرياضة والقضايا القانونية
- GNSP 204 مقدمة في الإدارة الرياضية والتسويق
- GNSP 206 مقدمة في التدريب الرياضي
- GNSP 208 علم النفس الرياضي

المتطلبات الإجبارية في التخصص الرئيسي (45 ساعة معتمدة)

- COCH 227 الجانب النفسي والاجتماعي للنشاط البدني
- COCH 322 فسيولوجيا الحركة
- COCH 324 التعلم والتحكم الحركي
- COCH 229 الإصابات الرياضية
- COCH 326 الرياضة التكميلية والنشاط البدني
- COCH 325 التغذية الرياضية
- COCH 321 القياس والتقويم
- COCH 424 تدريب الأثقال القوة والتكيف البدني
- COCH 225 الميكانيكا الحيوية والكينيسولوجيا الوظيفية
- COCH 323 تحليل الأداء الرياضي
- COCH 422 سيكولوجية الأداء الرياضي العالي
- COCH 499 التدريب العملي في التدريب التطبيقي
- COCH 488 التدريب العملي في التدريب

المتطلبات الاختبارية المساندة في التخصص الرئيسي (3 ساعات معتمدة)

اختيار 3 مقررات من مجموع ثماني مقررات

- COCH 131 تدريب المسار والميدان
- COCH 132 تدريب اللياقة البدنية
- COCH 133 تدريب كرة القدم
- COCH 134 تدريب كرة السلة
- COCH 135 تدريب رياضة المضرب
- COCH 136 تدريب السباحة/ الإنقاذ
- COCH 137 تدريب التنس
- COCH 138 تدريب كرة الطائرة

المتطلبات الاختيارية في التخصص الرئيسي (6 ساعة معتمدة)

اختيار 2 مقررات من مجموع اربع مقررات

- COCH 426 الإصابات الرياضية المتقدمة
- COCH 428 المناخ التحفيزي
- SPMG 219 إدارة الرياضة الترفيهية
- SPMG 316 الرياضة والسياحة والضيافة

متطلبات التخصص الفرعي (15 ساعة معتمدة)

الخطة الدراسية لبرنامج بكالوريوس العلوم في التدريب الرياضي

السنة الأولى (30 ساعة معتمدة)			
الساعات المعتمدة	عنوان المقرر	رمز المقرر	الفصل الدراسي
3	مجموعة الهوية والتواصل	متطلب عام	خريف
3	مجموعة الهوية والتواصل	متطلب عام	
3	مجموعة الهوية والتواصل	متطلب عام	
3	مجموعة الهوية والتواصل	متطلب عام	
3	مقدمة في الرياضة والنشاط البدني	GNSP 101	
15	مجموع الساعات المعتمدة في الفصل الدراسي		
3	مجموعة الهوية والتواصل	متطلب عام	ربيع
3	مجموعة الهوية والتواصل	متطلب عام	
3	مجموعة العلوم الاجتماعية والسلوكية	متطلب عام	
3	قضايا معاصرة في الرياضة	GNSP 103	
3	أخلاقيات الرياضة والقضايا القانونية	GNSP 105	
15	مجموع الساعات المعتمدة في الفصل الدراسي		

السنة الثانية (31 ساعة معتمدة)			
الساعات المعتمدة	عنوان المقرر	رمز المقرر	الفصل الدراسي
3	مجموعة العلوم الطبيعية والرياضيات	متطلب عام	خريف
3	مجموعة الإنسانيات/الفنون الجميلة	متطلب عام	
3	مقدمة في الإدارة الرياضية والتسويق	GNSP 204	
3	مقدمة في التدريب الرياضي	GNSP 206	
3	علم النفس الرياضي	GNSP 208	
15	مجموع الساعات المعتمدة في الفصل الدراسي		
3	مجموعة المعارف والمهارات الأساسية	متطلب عام	ربيع
3	الميكانيكا الحيوية والكينيسولوجيا الوظيفية	COCH 225	
3	الجانب النفسي والاجتماعي للنشاط البدني	COCH 227	
3	الإصابات الرياضية	COCH 229	
1	المتطلبات الاختبارية المساندة في التخصص الرئيسي	COCH	
3	المتطلبات الاختبارية في التخصص الرئيسي		
16	مجموع الساعات المعتمدة في الفصل الدراسي		

السنة الثالثة (32 ساعة معتمدة)			
الساعات المعتمدة	عنوان المقرر	رمز المقرر	الفصل الدراسي
3	مجموعة المعارف والمهارات الأساسية	متطلب عام	خريف
3	فسيولوجيا الحركة	COCH 322	
3	التعلم والتحكم الحركي	COCH 324	
3	الرياضة التكيفية والنشاط البدني	COCH 326	
1	المتطلبات الاختبارية المساندة في التخصص الرئيسي	COCH	
3	متطلبات التخصص الفرعي		
16	مجموع الساعات المعتمدة في الفصل الدراسي		
3	القياس والتقويم	COCH 321	ربيع
3	تحليل الأداء الرياضي	COCH 323	
3	التغذية الرياضية	COCH 325	
1	المتطلبات الاختبارية المساندة في التخصص الرئيسي	COCH	
3	متطلبات التخصص الفرعي		
3	المتطلبات الاختبارية في التخصص الرئيسي		
16	مجموع الساعات المعتمدة في الفصل الدراسي		

السنة الرابعة (27 ساعة معتمدة)			
الساعات المعتمدة	عنوان المقرر	رمز المقرر	الفصل الدراسي
6	التدريب العملي في التدريب التطبيقي	COCH 499	خريف
3	سيكولوجية الأداء الرياضي العالي	COCH 422	
3	تدريب الأثقال القوة والتكيف البدني	COCH 424	
3	متطلبات التخصص الفرعي		
15	مجموع الساعات المعتمدة في الفصل الدراسي		
6	التدريب العملي في التدريب	COCH 488	ربيع
3	متطلبات التخصص الفرعي		
3	متطلبات التخصص الفرعي		
12	مجموع الساعات المعتمدة في الفصل الدراسي		