



توصيف المقرر الدراسي

(بكالوريوس)

رمز المقرر : الثقافة الصحية (1001 حيا)
البرنامج : البكالوريوس
القسم العلمي : الأحياء
الكلية : العلوم
المؤسسة : جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية
نسخة التوصيف : 1
تاريخ آخر مراجعة : -



جدول المحتويات

- أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي: 3
- ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها: 4
- ج. موضوعات المقرر 5
- د. أنشطة تقييم الطلبة 6
- هـ. مصادر التعلم والمرافق: 7
- و. تقويم جودة المقرر: 7
- ز. اعتماد التوصيف: 8



أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي:

1. التعريف بالمقرر الدراسي

1. الساعات المعتمدة: (2)

2. نوع المقرر

أ -	<input checked="" type="checkbox"/> متطلب جامعة	<input type="checkbox"/> متطلب كلية	<input type="checkbox"/> متطلب تخصص	<input type="checkbox"/> متطلب مسار	<input type="checkbox"/> أخرى
ب -	<input type="checkbox"/> إجباري	<input checked="" type="checkbox"/> اختياري			

3. السنة / المستوى الذي يقدم فيه المقرر: (غير محدد)

4. الوصف العام للمقرر

التركيز في تكوين الاتجاهات الإيجابية لبناء نمط حياة صحي، وإبراز الممارسات الصحية المرتبطة بالصحة، والغذاء، والوقاية من الأمراض والمؤثرات على الصحة، بالإضافة إلى اللياقة البدنية.

5- المتطلبات السابقة لهذا المقرر (إن وجدت)

لا يوجد

6- المتطلبات المتزامنة مع هذا المقرر (إن وجدت)

لا يوجد

7. الهدف الرئيس للمقرر

تنمية الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية لدى الطالب/الطالبة من خلال تعريفه على العادات الصحية السليمة، ومعرفة ما هو مفيد لحياة الإنسان، بالإضافة الى إكساب الطالب/الطالبة مهارات مختلفة ترتبط بالصحة الشخصية، والصحة الوقائية والغذائية، والمحافظة على اللياقة البدنية، كذلك المحافظة على الصحة النفسية والبيئية.

2. نمط التعليم (اختر كل ما ينطبق)

م	نمط التعليم	عدد الساعات التدريسية	النسبة
1	تعليم التقليدي	-	-

م	نمط التعليم	عدد الساعات التدريسية	النسبة
2	التعليم الإلكتروني	30	100%
3	التعليم المدمج • التعليم التقليدي • التعليم الإلكتروني	-	-
4	التعليم عن بعد	-	-

3. الساعات التدريسية (على مستوى الفصل الدراسي)

م	النشاط	ساعات التعلم	النسبة
1	محاضرات	30	100%
2	معمل أو أستوديو	-	-
3	ميداني	-	-
4	دروس إضافية	-	-
5	أخرى	-	-
الإجمالي		30	100%

ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها:

الرمز	نواتج التعلم	رمز ناتج التعلم المرتبط بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
1.0	المعرفة والفهم			
1.1	أن يعرف الطالب أنماط الحياة الصحية.	K1	المحاضرة والمناقشة &العصف الذهني والمناقشة.	الأسئلة المباشرة والاختبارات القصيرة.
1.2	أن يعدد الطالب طرق المحافظة على اللياقة البدنية وتناول الغذاء الصحي.			
2.0	المهارات			
2.1	أن يلخص مسببات الأمراض النفسية.	S1	الاكتشاف والعصف الذهني والمناقشة المناقشة الجماعية وحل المشكلات.	تقييم التكاليف والمناقشة الشفوية & التقييم اللفظي للمناقشات الأسئلة المباشرة والاختبارات القصيرة.
2.2	أن يوضح كيفية المحافظة على مستويات صحية للسكري.	S2		
2.3	أن يميز الطالب بين العادات المضرة بالصحة والعادات النافعة.	S1		
2.4	أن يميز بين الغذاء الصحي وغير الصحي وأثره على صحة الإنسان.	S1 & S2		

الرمز	نواتج التعلم	رمز ناتج التعلم المرتبط بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
2.5	أن يحسب السعرات الحرارية اللازمة له ولكل فرد في عائلته.	S3		
2.6	أن ينفذ الطالب إجراءات الإسعافات الأولية عملياً.	S3		
3.0	القيم والاستقلالية والمسؤولية			
3.1	يتحمل المسؤولية في التعلم الذاتي والتعرف على مصادر المعلومات وطرق الاستفادة منها بشفافية ونزاهة.	V1	تكليف الطالب بتجميع وتحليل معلومات عن الثقافة الصحية.	مناقشات صفية وواجبات وحالات دراسية.
3.2	يبدى تقبله للملاحظات والنصائح المقدمة من أجل تحسين تعلمه	V2	المناقشة الصفية والعمل الجماعي	مناقشات صفية وواجبات وحالات دراسية.

ج. موضوعات المقرر

م	قائمة الموضوعات	الساعات التدريسية المتوقعة
1	الصحة ونمط الحياة الصحي & جسم الانسان (الأجهزة والأمراض). مراجعة	2
2	الغذاء والتغذية.	4
3	العادات المضرة بالصحة.	4
4	أمراض العصر والوقاية منها.	4

2	الأمراض المنقولة جنسياً.	5
2	الصحة النفسية.	6
2	اللياقة البدنية.	7
4	الإسعافات الأولية.	8
2	البيئة الصحية.	9
2	الصحة الإنجابية.	10
2	مراجعة	11
30	المجموع	

د. أنشطة تقييم الطلبة

م	أنشطة التقييم	توقيت التقييم (بالأسبوع)	النسبة من إجمالي درجة التقييم
1	المشاركة والتفاعل	كل محاضرة	10%
2	اختبارات قصيرة	كل 3 أسابيع	20%
3	ورقة بحثية + العرض والمناقشة	في الأسبوع 10 من الفصل الدراسي كحد أقصى.	20%
4	تطبيق عملي	في الأسبوع 15 من الفصل الدراسي كحد أقصى.	10%
5	الاختبار النهائي	في الأسبوع السادس عشر	40%

أنشطة التقييم (اختبار تحريري، شفهي، عرض تقديمي، مشروع جماعي، ورقة عمل وغيره).

ه. مصادر التعلم والمرافق:

1. قائمة المراجع ومصادر التعلم:

كتاب مهارات الثقافة الصحية (وقا)، إعداد أعضاء هيئة التدريس بالقسم، عمادة البرامج التحضيرية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الإصدار العاشر 1440-1441 هـ	المرجع الرئيس للمقرر
الثقافة الصحية (2017) أحمد محمد بدح، أيمن سليمان مزاهرة، زين حسن بدران. دار المسيرة للنشر والتوزيع. ISBN:9789957064945	المراجع المساندة
	المصادر الإلكترونية
	أخرى

2. المرافق والتجهيزات المطلوبة:

العناصر	متطلبات المقرر
المرافق (القاعات الدراسية، المختبرات، قاعات العرض، قاعات المحاكاة ... إلخ)	قاعة دراسية افتراضية حاسب آلي وتطبيق لدخول القاعات الافتراضية.
التجهيزات التقنية (جهاز عرض البيانات، السبورة الذكية، البرمجيات)	يمكن للطلاب تنفيذ المهام المتعلقة بهذا المقرر من خلال أي
تجهيزات أخرى (تبعاً لطبيعة التخصص)	جهاز حاسب متاح له.

و. تقويم جودة المقرر:

مجالات التقويم	المقيمون	طرق التقويم
فاعلية التدريس	أعضاء هيئة التدريس المراجع النظير الطلاب	تقرير المقرر الدراسي تقرير المراجع النظير استبانة تقييم المقرر
فاعلية طرق تقييم الطلاب	أعضاء هيئة التدريس المراجع النظير الطلاب	تقرير المقرر الدراسي تقرير المراجع النظير استبانة تقييم المقرر
مصادر التعلم	الطلاب أعضاء هيئة التدريس	استبانة تقييم المقرر تقرير المقرر الدراسي
مدى تحصيل مخرجات التعلم للمقرر	أعضاء هيئة التدريس المراجع النظير	تقرير المقرر الدراسي تقرير المراجع النظير
أخرى	-	-

المقيمون (الطلبة، أعضاء هيئة التدريس، قيادات البرنامج، المراجع النظير، أخرى (يتم تحديدها).
طرق التقويم (مباشر وغير مباشر).



ز. اعتماد التوصيف:

قسم الأحياء	جهة الاعتماد
	رقم الجلسة
	تاريخ الجلسة

