

الجامعة :جامعة الحمدانية
الكلية : كلية التربية
القسم : التربية البدنية وعلوم الرياضة
المرحلة : الاولى
اسم المحاضر الثلاثي : م.م ريفان سعيد ايشوع
اللقب العلمي : مدرس مساعد
المؤهل العلمي : ماجستير
مكان العمل : كلية التربية | قسم التربية البدنية
وعلوم الرياضة



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي

كراسة المادة Course Book

1. اسم المادة	العاب القوى (الساحة والميدان)
2. التدريسي المسؤول	م.م ريفان سعيد ايشوع
3. الفرع	
4. معلومات الاتصال:	revan.sportman88@gmail.com 0773 045 5994
5. الوحدات الدراسية (بالساعة) خلال الاسبوع	4 ساعة خلال الاسبوع
6. عدد ساعات العمل	28 ساعة في الاسبوع
7. رمز المادة (course code)	HAEDSP20F104
8. البروفایل الاكاديمي للتدريسي	
9. المفردات الرئيسية للمادة Keywords	اولا: الاركاض بانواعها للمسافات (القصيرة والمتوسطة والطويلة) نبذة تاريخية للألعاب الاولمبية رجال ونساء شرح النواحي الفنية لأساليب الاركاض نظري + عملي شرح النواحي الفنية لركض 100متر نظري + عملي شرح النواحي الفنية لأنواع البدايات نظري + عملي شرح النواحي الفنية للبريد وأنواعه نظري + عملي شرح النواحي القانونية للاركاض والبداية والبريد ثانياً : فعالية الوثب الطويل شرح النواحي الفنية للوثب الطويل نظري + عملي شرح النواحي القانونية للوثب الطويل ثالثاً فعالية قذف الثقل شرح النواحي الفنية لقذف الثقل نظري + عملي شرح النواحي القانونية لقذف الثقل رابعاً فعالية القفز العالي شرح النواحي الفنية للقفز العالي نظري + عملي شرح النواحي القانونية للقفز العالي خامساً : فعالية رمي الرمح

١٠. نبذة عامة عن المادة :

تعد لعبة العاب القوى (الساحة والميدان) من الألعاب والفعاليات الرياضية الفردية المهمة التي يمارسها الافراد لما لها من اهمية وفوائد كثيرة في تنمية روح الشجاعة ، والمغامرة بجوانبها الايجابية ، وزيادة الثقة بالنفس ، كما وتعمل على تنمية وتطوير اللياقة البدنية والحركية كالقوة السرعة والمرونة والرشاقة والمطاولة وتسمى عالمياً بعروس الالعاب لاقامتها على مدار يوم او ليومين اوعدة ايام وحسب نوع المشاركة اذ في اليوم الواحد تقام عدة فعاليات في ان واحد وهكذا لبقية الفعاليات ، وتتكون لعبة العاب القوى (الساحة والميدان) من أجهزة وادوات عدة وهي (جهاز الوثب العالي ، جهاز القفز بالعصا (الزانة) ، ادوات رمي الرمح والقرص والمطرقة وقذف الثقل فضلا عن حواجز ركض 110 م رجال و 100 متر حواجز نساء وحواجز من نوع اخر لركض 3000 متر حواجز) ، ويتطلب ممارستها اتقان مبادئ أساسية خاصة بها مثل تعلم وأداء حركات المرجحة الامامية والخلفية للذراعين والرجلين والارتكاز ، واتقان النواحي الفنية والمهارية لكل فعاليتها المتنوعة ، فضلاً عن النواحي القانونية والقياسات الدولية وحسب خصوصية كل فعالية . وان المهارات الحركية في رياضة العاب القوى (الساحة والميدان) تتطلب الدقة في الأداء وخاصة تلك التي تحتاج الى تكتيك سلسلة حركية معقدة نوعا ما لتحقيق الانجاز وحسب نوع وخصوصية تلك الفعالية ، وبكل ما تتضمنها من خصائص نفسية وحركية وجسمانية معينة تتطابق ومتطلبات اللعبة ، ولكي يحرز لاعب العاب القوى (الساحة والميدان) مستوى متقدم في هذه اللعبة الرياضية لابد أن تتوفر لديه عدة خصائص بدنية ومهارية ونفسية يجب التركيز عليها اثناء تعلمها ، فضلاً حاجتها الى التدريب المستمر بفترات الاعداد العام والخاص والدخول الى فترة المنافسات وان تعلم مهاراتها واستعداد الافراد لممارستها تساعد في تعلم وأداء مهاراتها المختلفة وعلى أجهزتها وفعاليتها المتنوعة ، وعليه فانها تشكل الحجر الاساس لكل أنواع الأنشطة والفعاليات الرياضية الاخرى .

١١. أهداف المادة :

ان الهدف الأساس من ممارسة مادة العاب القوى (الساحة والميدان) هو تعلم الطلاب ولكلا الجنسين أداء مهاراتها المختلفة وعلى أجهزتها المتنوعة ، ومعرفة قوانين ، وقواعد ، ومتطلبات اللعبة المختلفة ، فضلاً عن امكانية تدريس الطلاب لهذه الفعالية بعد تخرجهم من الكلية ، وهذا يعد الهدف الأساس للكلية لتخريج مدرسي تربية بدنية وعلوم الرياضة ، اذ سوف يعلم ويدرب الطلبة على مختلف الفعاليات والأنشطة الرياضية المتنوعة ، فضلاً عن ان الهدف من تعلمها وممارستها بصورة عامة هو تنمية الصفات البدنية والصفات النفسية ، وتنمية وترقية المهارات الحركية ، كما تنمي الجهاز العصبي ، إذ ترفع من القدرة على التركيز ، وتنمي القدرة على التفكير والملاحظة والتنافس الشريف .

١٢. التزامات الطالب :

يجب على الطلاب الالتزام بالدوام الرسمي ، وحضور المحاضرات على مدار الأسبوع ، والفصل الدراسي الأول والثاني ، وعدم الغياب عن المحاضرات ، ودراسة المادة النظرية وتطبيقها عملياً ، والمشاركة في النقاشات داخل المحاضرة ، واجرائهم للاختبارات ، والامتحانات اليومية والفصلية ، والنهائية (النظرية والعملية) وحسب مفردات المادة للسنة الدراسية .

١٣. طرق التدريس :

تستخدم الأجهزة الخاصة بالمادة (العملية) ، وجهاز الداتا شو لمشاهدة الأفلام التعليمية ، وطريقة الاداء الفني ولكل فعالية ، والصور التطبيقية ، وبعض الملازم التعليمية ، فضلاً عن أداء المدرس للمهارات العملية امام الطلاب .

١٤. نظام التقويم :

يتم التقويم كالتالي :

الدرجة النهائية	امتحان عملي نهائي (30%)	امتحان نظري نهائي (20%)	امتحان الفصل الدراسي الأول (25%)	امتحان الفصل الدراسي الثاني (25%)
الدرجة النهائية (100%)	امتحان نظري (10%)	امتحان عملي (15%)	امتحان عملي (15%)	امتحان نظري (10%)

١٥. نتائج تعلم الطالب :

ان نتائج تعلم الطلاب في مادة العاب القوى (الساحة والميدان) ان يكونوا قادرين على تعلم وتعليم وتدريب التلاميذ واللاعبين في المدارس والأندية الرياضية المهارات والحركات الأساسية للمادة ، وليس من الضروري ان يتخرج الطالب من الكلية وهو بطل في العاب القوى (الساحة والميدان) ، وانما يمتلك العديد من المهارات والمعلومات والأساليب المتنوعة التي تمكنه من تدريس وتعليم اللعبة ، وبالمقابل يجب ان يعلم الطالب كيف يدير درس التربية الرياضية وخاصة مادة العاب القوى (الساحة والميدان) ، وفي المحصلة النهائية تصيح لديه فرص عمل بعد التخرج كان يكون مدرس او مدرب او حكم باللعبة . فضلاً عن تدريبه عملياً لتمييزه بأي فعالية وصولاً لتمثيل المنتخب الوطني .

١٦. قائمة المراجع والكتب :

- كتاب العاب الساحة والميدان (كتاب منهجي) (2001) تأليف الدكتور صريح عبد الكريم الفضلي والاستاذ طالب فيصل عبد الحسين .
- كتاب القانون الدولي لالعاب القوى (2011) , صريح عبد الكريم الفضلي .
- كتاب المدخل الى الالعاب العشرية والسباعية للنساء (1988) تأليف الدكتور ضياء مجيد الطالب .
- ملزمة مواد نظرية عن تاريخ العاب القوى القديم والحديث ، واهم المراحل الفنية لكل فعالية ، وغيرها .
- الانترنت .

١٧. المواضيع

اسم المحاضر : م.م ريفان سعيد ايشوع

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العلمية	الملاحظات
1		نبذة تاريخية للالعاب الاولمبية رجال ونساء		
2		شرح النواحي الفنية لأساليب الاركاض نظري + عملي	تطبيق أساليب الاركاض عملي	
3		شرح النواحي الفنية لركض 100 متر نظري + عملي	تطبيق النواحي الفنية لركض 100 متر	
4		شرح النواحي الفنية لأنواع البدايات نظري + عملي	تطبيق النواحي الفنية لأنواع البدايات	
5		شرح النواحي الفنية للبريد وأنواعه نظري + عملي	تطبيق النواحي الفنية لأنواع البريد	
6		شرح النواحي القانونية للاركاض والبداية والبريد		
7		شرح النواحي الفنية للوثب الطويل نظري + عملي	تطبيق النواحي الفنية للوثب الطويل	
8		شرح النواحي القانونية للوثب الطويل	تطبيق النواحي الفنية للوثب الطويل	
9		شرح النواحي الفنية لقفز الثقل نظري + عملي	تطبيق النواحي الفنية لقفز الثقل	
10		شرح النواحي القانونية لقفز الثقل	تطبيق النواحي الفنية لقفز الثقل	
11		شرح النواحي الفنية للقفز العالي نظري + عملي	تطبيق النواحي الفنية للقفز العالي	
12		شرح النواحي القانونية للقفز العالي	تطبيق النواحي الفنية للقفز العالي	
13		شرح النواحي الفنية لرمي الرمح نظري + عملي	تطبيق النواحي الفنية لرمي الرمح	
14		شرح النواحي القانونية لرمي الرمح	تطبيق النواحي الفنية لرمي الرمح	
15		امتحان نظري نهائي		
16			امتحان عملي نهائي	

رئيس القسم

د. عدنان هادي موسى

مدرس المادة

م.م ريفان سعيد ايشوع