

جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة : الحمدانية
الكلية : التربية
القسم : التربية البدنية وعلوم الرياضة
المرحلة : الاولى
اسم المحاضر الثلاثي ستيفان ججو مارزينا
للقب العلمي مدرس مساعد
المؤهل العلمي : ماجستير
مكان العمل جامعة الحمدانية

جدول الدروس الاسبوعي

ستيفان ججو مارزينا كرش						الاسم
Stevan.garash89@yahoo.com						البريد الالكتروني
سباحة						اسم المادة
						مقرر الفصل
تعليم المرحلة الاولى						اهداف المادة
						التفاصيل الاساسية للمادة
رياضة السباحة ا فيصل رشيد عياش						الكتب المنهجية
دار الكتب للطباعة والنشر ا جامعة الموصل						المصادر الخارجية
الامتحان النهائي		الفصل الدراسي الثاني		الفصل الدراسي الاول		تقديرات الفصل
الامتحان	الامتحان	الامتحان	الامتحان	الامتحان	الامتحان	
العملي	النظري	العملي	النظري	العملي	النظري	
%30	%20	%15	%10	%15	%10	
						معلومات اضافية



الجامعة : الحمدانية
الكلية : التربية
القسم : التربية البدنية وعلوم الرياضة
المرحلة : الاولى
اسم المحاضر الثلاثي ستيفان ججو مارزينا
للقب العلمي مدرس مساعد
المؤهل العلمي : ماجستير
مكان العمل جامعة الحمدانية

جدول الدروس الاسبوعي

الأسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العلمية	الملاحظات
1		اهمية رياضة السباحة		
2		تاريخ السباحة		
3		العوامل المؤثرة في عملية التعلم		
4		العوامل المؤثرة في عملية التعلم		
5		مراحل تعلم السباحة		
6		السباحة الحرة (حركة الذراعين)	تطبيق حركة الذراعين	
7		السباحة الحرة (حركة الرجلين)	تطبيق حركة الرجلين	
8		السباحة الحرة (الطوفان)	تطبيق عملية الطوفان	
9		السباحة الحرة (التنفس)	تطبيق عملية التنفس	
10		سباحة الصدر (حركة الذراعين)	تطبيق حركة الذراعين	
11		سباحة الصدر (حركة الرجلين)	تطبيق حركة الرجلين	
12		سباحة الصدر (الطوفان)	تطبيق عملية الطوفان	
13		سباحة الصدر التنفس	تطبيق عملية التنفس	
14		اختبارات نظرية فصلية		
15		اختبارات عملية فصلية		
16		اختبارات عملية فصلية		
عطلة نصف السنة				
17		سباحة الظهر (حركة الذراعين)	تطبيق حركة الذراعين	
18		سباحة الظهر (حركة الرجلين)	تطبيق حركة الرجلين	
19		سباحة الظهر (الطوفان)	تطبيق عملية الطوفان	
20		سباحة الظهر (التنفس)	تطبيق عملية التنفس	
21		سباحة الفراشة (حركة الذراعين)	تطبيق حركة الذراعين	
22		سباحة الفراشة (حركة الرجلين)	تطبيق حركة الرجلين	
23		سباحة الفراشة (حركة الطوفان)	تطبيق عملية الطوفان	
24		سباحة الفراشة (التنفس)	تطبيق عملية التنفس	
25		اختبارات نظرية فصلية		
26		اختبارات عملية فصلية		
27		اختبارات عملية فصلية		
28		طرائق وأساليب انقاد الغرقى	تطبيق طرائق وأساليب انقاد الغرقى	
29		طرائق وأساليب انقاد الغرقى	تطبيق طرائق وأساليب انقاد الغرقى	
30		اختبارات عملية نهائية		
31		اختبارات عملية نهائية		
32				