

جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة : الحمدانية  
الكلية : التربية الحمدانية  
القسم : التربية البدنية وعلوم الرياضة  
المرحلة : الثانية  
اسم المحاضر الثلاثي : احمد عناد جرجيس  
اللقب العلمي : مدرس مساعد  
المؤهل العلمي : ماجستير  
مكان العمل : كلية التربية الحمدانية

## كراسة المادة Course Book

1. اسم المادة	الملاكمة
2. التدريسي المسؤول	م.م. احمد عناد جرجيس
3. الفرع	0771 660 5959
4. معلومات الاتصال:	
5. الوحدات الدراسية (بالساعة) خلال الاسبوع	2 ساعة خلال الاسبوع
6. عدد ساعات العمل	16 ساعة في الاسبوع
7. رمز المادة (course code)	SEGI14F2031
8. البروفایل الاكاديمي للتدريسي	
9. المفردات الرئيسية للمادة الملاكمة	<p>المادة العملية :</p> <p>-وقفة الاستعداد</p> <p>-اللكمات الأساسية</p> <p>-اللكمة اليسارية</p> <p>اللكمة اليمينية</p> <p>الدفاع -دفاع الصد</p> <p>-دفاع الحذف</p> <p>-دفاع الغطس</p> <p>-دفاع الصندوقي</p> <p>دفاع الرجلين</p> <p>-المباريات</p> <p>- التحكيم</p> <p>المادة النظرية :</p> <p>- التعريف بالملاكمة</p> <p>- تاريخ الملاكمة القديم والحديث وفي العراق</p>

- مواصفات أختيار الملاكم الناشئ
- وقفة الاستعداد
- اللكمات الأساسية
- الدفاع
- القانون الدولي للهواة

#### ١٠. نبذة عامة عن المادة :

الملاكمة 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 ، وتتكون لعبة الملاكمة المهارات الدفاعية والهجومية ، ويتطلب ممارستها اتقان مبادئ أساسية خاصة بها مثل تعلم وأداء وقفة الاستعداد ومعارات الدفاع والهجوم ، وان المهارات الحركية في رياضة الملاكمة تعد من المهارات المركبة التي تتطلب الدقة في الأداء ، اذ يتطلب أدائها أداء مهارات متعددة ومتنوعة ، وبكل ما تتضمنها من خصائص نفسية وحركية ، كما يتطلب ممارستها مواصفات جسمية معينة تتطابق ومتطلبات اللعبة مثل خفة الوزن ، وطول القامة ، ولكي يحرز لاعب الملاكمة مستوى متقدم في هذه اللعبة الرياضية لابد أن تتوفر لديه عدة خصائص بدنية ونفسية يجب التركيز عليها اثناء تعلمها ، وان تعلم مهاراتها واستعداد الافراد لممارستها تساعد في تعلم وأداء مهاراتها المختلفة .

#### ١١. أهداف المادة :

ان الهدف الأساس من ممارسة مادة الملاكمة هو تعلم الطلاب أداء مهاراتها المختلفة وعلى أجهزتها الستة المتنوعة ومعرفة قوانين ، وقواعدها ومتطلبات اللعبة المختلفة ، فضلا عن امكانية تدريس الطلاب لهذه الفعالية بعد تخرجهم من الكلية ، وهذا يعد الهدف الأساس للكلية لتخريج مدرسي تربية رياضية ، اذ سوف يعلم ويدرب الطلبة على مختلف الفعاليات والأنشطة الرياضية المتنوعة ، فضلا 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 .

#### ١٢. التزامات الطالب :

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

#### ١٣. طرق التدريس :

يستخدم التجهيزات الخاصة بالمادة (العملية) ، وجهاز الداتاشو لمشاهدة الأفلام التعليمية ، والمهارات المختلفة ، والصور التطبيقية ، وبعض الملازم التعليمية ، فضلا عن أداء المدرس للمهارات العملية امام الطلاب .

#### ١٤. نظام التقييم :

يتم التقييم كالتالي :

الدرجة النهائية	الامتحان النهائي (50%)	امتحان الفصل الدراسي الثاني	امتحان الفصل الدراسي الأول
	امتحان عملي نهائي (30%)	(25%)	(25%)
	امتحان نظري نهائي (20%)	امتحان عملي (15%)	امتحان عملي (15%)
(100%)		امتحان نظري (10%)	امتحان نظري (10%)

#### ١٥. نتائج تعلم الطالب :

ان نتائج تعلم الطلاب في مادة الملاكمة ان يكونو 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 لعبة الملاكمة ، وانما يمتلك العديد من المهارات والحركات الخاصة بالملاكمة ، والمعلومات والأساليب المتنوعة التي تمكنه من تدريس وتعليم اللعبة (مادة الملاكمة) ، وبالمقابل يجب ان يعلم الطالب كيف يدير درس التربية الرياضية وخاصة مادة الملاكمة ، وفي المحصلة النهائية تصبح لديه

فرص عمل بعد التخرج كان يكون مدرس او مدرب او حكم باللعبة .

#### ١٦. قائمة المراجع والكتب :

- كتاب الاسس العملية والتعليمية في الملاكمة.
- كتاب الملاكمة بين التدريب والتكنيك
- ملزمة مواد نظرية عن تاريخ الملاكمة القديم والحديث ، واهم مبادئ الملاكمة الأساسية ، والقانون الدولي في الملاكمة.
- الانترنت .

#### ١٧. المواضيع

اسم المحاضر : د. محمود شكر صالح

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العلمية	الملاحظات
1	2019/10/	التعريف بالملاكمة	وقفة الأستعداد	
2	2019/10/	تاريخ الملاكمة	تطبيق عملي لوقفة الأستعداد	
3	2019/10/	مواصفات أختيار الملاكم الناشئ	تطبيق عملي لوقفة الأستعداد من الحركة والتقدم والتراجع	
4	2019/11/	اللكمة اليسارية	تطبيق عملي للكمة اليسارية	
5	2019/11/	اللكمة اليمينية	تطبيق عملي للكمة اليمينية	
6	2019/11/	اللكمة اليسارية اليمينية	تطبيق عملي لمهارة اللكمة اليسارية اليمينية	
7	2019/11/	دفاع الصد	تطبيق عملي لمهارة دفاع الصد	
8	2019/12/	دفاع الحذف	تطبيق عملي لمهارة دفاع الحذف	
9	2019/12/	دفاع الصد مع اللكمة اليسارية	تطبيق عملي لمهارة دفاع الصد مع اللكمة اليسارية	
10	2019/12/	دفاع الصد مع اللكمة اليسارية اليمينية	تطبيق عملي على مهارة الدفاع الصد واللكمة اليسارية واليمينية	
11	2019/12/	دفاع الحذف مع اللكمة اليسارية	تطبيق عملي على مهارة الدفاع الحذف واللكمة اليسارية	
12	2019/12/	دفاع الحذف مع اللكمة اليسارية واليمينية	تطبيق عملي على مهارة الدفاع الحذف واللكمة اليسارية واليمينية	
13	2020/1/	دفاع الانسحاب للخلف	تطبيق عملي لمهارة الدفاع بالانسحاب للخلف	
14	2020/1/	دفاع الانسحاب للخلف مع الهجوم لكمة يسارية	تطبيق عملي دفاع الانسحاب للخلف مع الهجوم لكمة يسارية	
15	2020/1/	امتحان نظري فصل اول		

	امتحان عملي فصل اول للمهارات الحركية		2020/1/	16
عطلة نصف السنة				
	اعادة لجميع المهارات السابقة		2020/2/17	17
	تطبيق عملي للحركة	دفاع التمايل نحو الداخل والخارج	2020/2/	18
	تطبيق عملي	دفاع الانخفاض تحت الضربة	2020/3/	19
	تطبيق عملي	دفاع الزوغان	2020/3/	20
	تطبيق عملي	دفاع الخروج الى الجوانب	2020/3/	21
	تطبيق الحركات عمليا	شرح الهجوم المضاد	2020/3/	22
	التطبيق عمليا على بعض الاجهزة	شرح لاجهزة التدريب	2020/3/	23
		شرح مواد القانون(1-2-3-4-5)	2020/4/	24
	تطبيق عملي	شرح أحكام الفوز	2020/4/	25
	تطبيق عملي	شرح كيفية أحتساب النقاط	2020/4/	26
	تطبيق عملي	شرح انواع الأخطاء	2020/4/	27
	تطبيق عملي	شرح التنبيهات والاذارات والاختفاء	2020/5/	28
	امتحان عملي	امتحان نظري فصل ثاني	2020/5/	29
	تطبيق عملي	شرح دليل مواصفات الحلبة	2020/5/	30
	امتحان عملي نهائي لجميع المهارات		2020/5/	31