

الجامعة : الحمدانية
الكلية : التربية الحمدانية
القسم : التربية البدنية وعلوم الرياضة
المرحلة : الثالثة
اسم المحاضر الثلاثي : احلام دارا عزيز
اللقب العلمي : م دكتور
المؤهل العلمي : دكتوراه
مكان العمل : كلية التربية الحمدانية



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي

كراسة المادة Course Book

1. اسم المادة	ملزمة مادة جمناستك
2. التدريسي المسؤول	احلام دارا عزيز
3. الفرع	
4. معلومات الاتصال	Ahlam.dara67@gmail.com 0770 451 7186
5. الوحدات الدراسيه (بالساعة) خلال الأسبوع	2 ساعات في الأسبوع
6. عدد ساعات العمل	2 ساعة خلال الأسبوع
7. رمز المادة (course code)	SEGI18F3071
8. البروفایل الاكاديمي للتدريسي	
9. المفردات الرئيسية للمادة Keywords	
10. نبذة عامة عن المادة	تعلم الطالبات القانون الخاص بجمناستك الأجهزة من حيث عدد البطولات وعدد اللجان الخاص لكل بطولة على حدى وكذلك وتعليم الطالبات بمسؤوليات وواجبات اللاعبات في البطولات ضمن القانون الدولي وكذلك طريقة احتساب الدرجات لكل جهاز من أجهزة الجمناستك إضافة الى تعليم الطالبات طريقة أداء مهارات إضافية بدرجة صعوبة مختلفة عن المرحلة السابقة .
11. أهداف المادة:	أن هدف مادة الجمناستك هو تزويد الطالبة المعلم بمجموعة من المهارات والقدرات المتعددة والتي تمكنها من أداء المهارة ومعرفتها بالقانون الخاص بالجمناستك وطريقة تقييم درجات كل لاعبة على كل جهاز على حدى في بطولات الجمناستك.
12. التزامات الطالب:	على الطالب الالتزام أولاً بالحضور وعد التغيب عن المحاضرة وتلقي المعلومات من قبل التدريسي وكذلك الاستعداد لأداء الامتحانات اليومية فضلاً المشاركة بالنقاشات داخل الصف والتهيئة بشكل جيد لامتحانات الفصلية .
13. طرق التدريس	تستخدم التدريسي وعرض المهارة عن طريق ال داتاشو فضلا عن الملزمة المعدة من قبل التدريسية والأدوات الخاصة بكل مهارة .

١٤. نظام التقييم

يتم تقييم الطلبة خلال الفصل الدراسي على النحو الآتي : الامتحان النظري 10 درجات و 15 درجات للامتحان العملي

١٥. نتائج تعلم الطالب

أن نتائج تعلم الطالبات في مادة الجمناستك هو تعلم الطالبات القانون الخاص بالجمناستك وطريقة تحكيم بطولات الجمناستك وتعلم عدد البطولات الدولية والمحلية وكذلك عدد الحكام لكل بطولة على حدى وتعلم مهارات أساسية جديدة بدرجة صعوبة أخرى سيساهم في تطوير القدرات البدنية للطالبات وكذلك تلم القانون الخاص لكل مدرب ولاعبة وكذلك فترة الإحماء المناسبة للبطولة بالإضافة الى تعلم الطالبات كيفية إقامة بطولة وكيفية كتابة سلسلة حركية لكل جهاز على حدى .

١٦. قائمة المراجع والكتب

- الملزمة المعدة من قبل الدكتور د . أفرح ذنون
- المجالات العلمية ومصادر الانترنت

١٧. المواضيع

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية
1	2019/10/	توضيح لوائح اللاعبات	أعادة لحركات الأرضية الوقوف على اليدين والوقوف على الرأس
2	2019/10/	تكملة القانون الخاص باللاعبات	أداء سلسلة الحركية على عارضة التوازن أعادة المرحلة السابقة
3	2019/10/	حقوق اللاعبين	أعادة لأداء حركات الأرضية الدرجة الأمامية والدرجة الخلفية
4	2019/11/	المخالفات بانوعها	أداء سلسلة الحركية للخط الأول
5	2019/11/	شرح طريقة تقويم التمرين	تعليم أداء حركة العجلة البشرية
6	2019/11/	شرح مخالفات المتعلقة بالسلوك	تعليم أداء الدرجة الأمامية على عارضة التوازن
7	2019/11/	شرح المخالفات المتعلقة بالأجهزة	تكرار أداء العجلة البشرية والوقوف على اليدين والرأس والدرجات
8	2019/12/	حقوق المدربين	أداء الحركات الأرضية بشكل منفرد
9	2019/12/	مسؤوليات المدربين	تعليم أداء حركة الهبوط على اليدين من عارضة توازن
10	2019/12/	لوائح الجان الفنية	تعليم أداء الهبوط من حركة العجلة البشرية على عارضة التوازن
11	2019/12/	مسؤوليات القاضيات	تعليم كيفية كتابة السلسلة الحركية بالحركات الأرضية بشكل اختياري للحركات
12	2019/12/	تكوين لجان التحكيم	تعليم كيفية كتابة السلسلة الحركية بعارضة التوازن بشكل اختياري للحركات
13	2020/1/	مهام لجان التحكيم	تدريب على أداء السلسلة الحركية على الحركات الأرضية

أداء السلسلة الحركية على الحرات الأرضية	جلوس القاضيات	2020/1/	14
أداء السلسلة الحركية على عارضة التوازن + امتحان لأداء السلسلة الحركية في على جهازي الأرضيات وعارضة التوازن	قسم القاضيات + مراجعة للقانون	2020/1/	15
عطلة نصف السنة			
أعادة لأداء حركة القفزة فتحا على منصة القفز	العقوبات لسلوك المدرب	2020/2/	16
أعادة لأداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي المختلف الارتفاعات	مسؤوليات القاضيات	2020/2/	17
تعليم أداء حركة القفز ضما على جهاز حصان القفز	مهام أمانة لسر	2020/3/	18
تعليم أداء حركة المرجحة خلفا مع تمرير الرجلين بين الذراعين	مهام القاضيات	2020/3/	19
التعلق العمودي على العارضة العليا -المرجحة لأخذ التعلق المستند على العارضة السفلى	احتساب العلامة لتقييم تمرين	2020/3/	20
تعليم حركة الارتكاز السرجي على العارضة السفلى	D اللوائح الفنية لتقييم اللجنة	2020/3/	21
تعليم أداء حركة الميزان الأمامي على جهاز المتوازي	تقييم أداء حركات المتوازي	2020/3/	22
تعليم أداء السلسلة على جهاز المتوازي بشكل كامل	كيفية تقييم القفزات الجديدة	2020/4/	23
تعليم حركة القفز ضما على منصة القفز	الربط المباشر والغير مباشر	2020/4/	24
تعليم أداء حركة الارتكاز على العارضة العليا على جهاز المتوازي	جدول الخطاء العامة والعقوبات	2020/4/	25
تعليم أداء حركة هبوط وقوف على البدين من العارضة العليا	جدول احتساب أخطاء حسب نظام البطاقة	2020/4/	26
أداء السلسلة الحركية على عارضة التوازن	تحكيم على جميع الأجهزة	2020/5/	27
تكرار أداء الهبوط من على جهاز المتوازي المختلف الارتفاعات	الاعتراف بالحركات والاعتراف باللفات كيف يتم	2020/5/	28
أداء قفزة فتحا وأداء القفز ضما على جهاز منصة القفز	عموميات تحكيم جهاز منصة القفز	2020/5/	29
داء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي المختلف الارتفاعات	عموميات تحكيم جهاز متوازي مختلف الارتفاعات	2020/5/	30
أداء حركة القفز ضما وأداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي المختلف الارتفاعات	عموميات تحكيم جهاز الحركات الأرضية	2020/5/	31