



كراسة المادة Course Book

1. اسم المادة	ألعاب القوى
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 ساعات في الاسبوع
6. عدد ساعات العمل	28 ساعة خلال الاسبوع
7. رمز المادة (course code)	SEGI18F4071
8. البروفایل الاكاديمي للتدريسي	
9. المفردات الرئيسية للمادة Keywords	المسابقات المركبة الألعاب العشرية رجال والألعاب السباعية نساء – المراحل الفنية للفعاليات العشرية رجال والسباعية نساء - القانون الدولي للفعاليات العشرية والسباعية - أدوات وملاعب الفعاليات – طريقة احتساب النقاط لكل فعالية.
10. نبذة عامة عن المادة	تعليم الطالب المبادئ والمهارات الاساسية في الفعاليات العشرية رجال والسباعية نساء لألعاب القوى فضلاً عن القوانين لهذه الفعاليات والادوات والملاعب التي تستخدم والموصفات والابعاد القانونية سيتم تزويد الطالب بالمعلومات النظرية الخاصة بكل فعالية رياضية من فعاليات الألعاب العشرية والسباعية ومهاراتها الاساسية وتعلمها وكذلك تعليم الطالب كيفية تعليم هذه المهارات والاساليب التي يجب اتباعها في عملية التعليم فضلاً عن كيفية تخطيط الملاعب ويجب ان يكون على دراية كافية بكل ما يتعلق بالفعاليات الرياضية من تاريخ اللعبة ، والادوات المستخدمة لكل فعالية ، وكيفية انشاء الملاعب الخاصة لكل فعالية ، فضلاً عن قانون الفعاليات .
11. أهداف المادة:	ان هدف المادة مرتبط بهدف الكلية وهو تخريج الطلبة مدرسين للتربية البدنية وعلوم الرياضة والطالب يجب ان يدرك بانه سيتخرج مدرس للتربية البدنية وعلوم الرياضة يعلم كيف يعلم ويدرب اللاعبين والتلاميذ المهارات الاساسية لكل فعالية من فعاليات ألعاب القوى ومن ضمنها الألعاب العشرية رجال والسباعية نساء وليس بالضرورة ان يتخرج الطالب من الكلية وهو بطل في فعالية معينة وانما يمتلك العديد من المعلومات والاساليب التي تمكنه من تدريس وتعليم وتدريب الفعاليات المذكورة وبالمقابل يجب ان يعلم الطالب كيف يدير المنافسات الرسمية سواء كانت محلية ام دولية من خلال التحكيم للفعاليات الرياضية .
12. التزامات الطالب:	على الطالب الالتزام أولاً بالحضور وعدم التغيب عن المحاضرة وتلقي المعلومات من قبل التدريسي وكذلك الاستعداد لأداء

الامتحانات اليومية فضلاً المشاركة بالنقاشات داخل الصف والتهيئة بشكل جيد للامتحانات الفصلية وكذلك أداء الحركات والمهارات العملية لكل فعالية من الفعاليات الداخلة ضمن المنهاج المقرر .

١٣. طرق التدريس

يستخدم التدريس الملاعب الخاصة بالفعاليات المذكورة من اجل اعطاء التمرينات الخاصة بكل مهارة فضلاً عن اجراء المنافسات الفردية وكذلك الامتحانات لكل فعالية من اجل تعلم تحكيم الفعاليات ، استخدام برنامج البوربوينت وعرض المحاضرة على جهاز الداتاشو ان تطلب الامر لإيضاح بعض المهارات الصعبة في التعلم ، فضلاً عن الملزمة المنهجية الخاصة (بالألعاب القوى) تأليف الأستاذ الدكتور اياد محمد عبدالله ، وكذلك يتم شرح المسائل والموضوعات الغامضة على الطلبة باستخدام السبورة البيضاء .

١٤. نظام التقييم

يتم تقييم الطلبة خلال الفصل الدراسي على النحو الآتي :
الامتحان الفصلي وتكون الدرجة 25 % مقسمة على 10% امتحان نظري و15% امتحان عملي للفصل الاول
الامتحان الفصلي وتكون الدرجة 25 % مقسمة على 10% امتحان نظري و15% امتحان عملي للفصل الثاني
الامتحان النهائي وتكون الدرجة 50 % مقسمة على 20% امتحان نظري و30% امتحان عملي نهائي

١٥. نتائج تعلم الطالب

ان نتائج تعلم الطالب في هذه المادة ان يكون قادر على ان يعلم ويدرب اللاعبين والتلاميذ المهارات الاساسية والمراحل الفنية والنواحي القانونية لفعاليات ألعاب القوى بشكل عام وفعاليات الألعاب العشرية رجال والألعاب السباعية نساء بشكل خاص ، وليس بالضرورة ان يتخرج الطالب من الكلية وهو بطل في فعالية معينة كأن يكون بطلاً بإحدى فعاليات الرمي او الركض او القفز او بالفعاليات المركبة مثل العشرية رجال والسباعية نساء ، وانما يمتلك العديد من المعلومات والاساليب التي تمكنه من تدريس وتعليم وتدريب الفعاليات المذكورة وبالمقابل يجب ان يعلم الطالب كيف يدير المهرجانات والمنافسات والبطولات الرياضية الخاصة بألعاب القوى من خلال التحكيم والتنظيم للفعاليات الرياضية وفي المحصلة النهائية تصبح لديه فرص عمل بعد التخرج كأن يكون مدرس ، مدرب ، حكم .

١٦. قائمة المراجع والكتب

- كتاب (فن الأداء وقانون مسابقات ألعاب القوى) تأليف الاستاذ الدكتور اياد محمد عبد الله المرحلة الرابعة.
- المجلات العلمية ومصادر الانترنت.

١٧. المواضيع

اسم المحاضر
د. جاسم محمد نايف
د. اياد محمد عبد الله
د. عمر يوسف خليل

التاريخ	الاسبوع	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
1	2019/10/	1- عرض مفردات المنهاج الذي سينفذه الطلبة مع نبذة تاريخية مختصرة عن الألعاب المركبة في العراق والعالم	تمارين لياقة بدنية بصورة عامة للطلبة استعداد للعام الدراسي الجديد	
2	2019/10/	2- العوامل الايجابية التي ترفع والعوامل السلبية التي تخفض مستوى الانجاز في الالعاب العشرية	تكرار تمارين لياقة بدنية بصورة عامة للطلبة، مع اعطاء انطلاقات للاركان السريعة للطلبة، والحوجز للطلبات	
3	2019/10/	3- قواعد المسابقات المركبة العامة في (العشاري رجال والسباعي نساء) .	عدو مسافات قصيرة مختلفة ومتدرجة للطلبة، وعدو 100م حواجز للطلبات اعطاء تمارين لياقة بدنية لجميع الطلبة	
4	2019/11/	4- شرح الفعالية رقم واحد 100 متر (مراحل فنية ونواحي قانونية) للفعالية.	توقيت عدو مسافة 100 متر طلاب والتدرج بفعالية 100 متر حواجز للطلبات مع تمارين بدنية للطلبة	

	اداء التمارين الخاصة لفعالية الوثب الطويل مع ضبط الركضة التقريبية واعطاء عدة قفزات للطلاب، وعدو 100 متر حواجز للطلاب.	5- شرح الفعالية رقم اثنان مسابقة الوثب الطويل المراحل الفنية.	2019/11/	5
	اعطاء تمارين الوثب الطويل وتكرارها وضبطها بصورة جيدة للطلاب، توقيت عدو 100 متر حواجز طالبات.	6- شرح النواحي القانونية لفعالية الوثب الطويل.	2019/11/	6
	امتحان عملي لفعاليتي 100 متر والوثب الطويل للطلاب، وامتحان 100 متر حواجز طالبات.	7- تكملة شرح النواحي القانونية لفعالية الوثب الطويل.	2019/11/	7
	اداء التمارين الخاصة لفعالية رمي الثقل اعطاء رميات من وضع الثابت والمتحرك بطريقة الزحلقة.	8- شرح الفعالية رقم ثلاثة مسابقة رمي الثقل.	2019/12/	8
	اعطاء تمارين قوة لفعالية الرمي مع تكرار رمي الثقل لتثبيت مهارة رمي الثقل.	9- شرح المراحل الفنية لفعالية رمي الثقل.	2019/12/	9
	امتحان عملي لفعالية رمي الثقل.	10- اعطاء النواحي القانونية لفعالية رمي الثقل.	2019/12/	10
	اداء التمارين الخاصة لفعالية القفز العالي، واعطاء محاولات القفز بالتدرج .	11- شرح الفعالية رقم اربعة مسابقة القفز العالي.	2019/12/	11
	اعطاء تمارين القفز العالي مع تكرار القفزات على جهاز القفز العالي لتثبيت المهارة .	12- شرح المراحل الفنية لمسابقة القفز العالي.	2019/12/	12
	امتحان عملي لفعالية القفز العالي.	13- شرح النواحي القانونية لفعالية القفز العالي.	2020/1/	13
	اعطاء تمارين مطاولة السرعة الخاصة لفعالية عدو 400 متر للطلاب، و200 متر للطلاب.	14- شرح الفعالية رقم خمسة عدو 400 متر.	2020/1/	14
	امتحان عملي لفعالية 400 متر طلاب. امتحان عملي لفعالية 200 متر طالبات.	15- شرح المراحل الفنية والنواحي القانونية لعدو 400 متر	2020/1/	15
		16- امتحان فصل أول نظري	2020/1/	16
العطلة الربيعية (نصف السنة)				
	اعطاء التمارين الخاصة بفعالية 110 متر حواجز والتدريب على الركض الحواجز للطلاب وفعالية الوثب الطويل للطلاب	17- شرح فعالية رقم ستة مسابقة عدو 110 متر حواجز رجال.	2020/2/	17
	التدرج بالتدريب على فعالية عدو 110 متر حواجز طلاب والوثب الطويل طالبات.	18- شرح المراحل الفنية في مسابقة عدو 110 متر حواجز.	2020/2/	18
	امتحان عملي لفعالية 110 متر حواجز طلاب، اعطاء تمارين الوثب الطويل للطلاب.	19- اعطاء النواحي القانونية لمسابقة عدو 110 متر حواجز.	2020/3/	19

اداء التمارين الخاصة لفعالية رمي القرص اعطاء رميات من وضع الثابت والمتحرك بطريقة الدوران للطلاب، تكرار تمارين الوثب الطويل للطالبات.	20- شرح فعالية رقم سبعة مسابقة رمي القرص.	2020/3/	20
اعطاء تمارين قوة لفعالية الرمي مع تكرار رمي القرص لتثبيت مهارة رمي القرص، امتحان عملي لفعالية الوثب الطويل للطالبات.	21- شرح المراحل الفنية لمسابقة رمي القرص.	2020/3/	21
امتحان عملي لفعالية رمي القرص للطلاب، اداء التمارين الخاصة لفعالية رمي الرمح طالبات.	22- شرح النواحي القانونية لمسابقة رمي القرص.	2020/3/	22
اداء التمارين الخاصة لفعالية القفز بالعصا، واعطاء محاولات القفز بالتدرج للطلاب، اعطاء تمارين رمي الرمح طالبات.	23- شرح فعالية رقم ثمانية مسابقة القفز بالعصا.	2020/3/	23
اعطاء تمارين القفز بالعصا مع تكرار القفزات على جهاز القفز الزانا لتثبيت المهارة، اعطاء تمارين القوة المساعدة لفعالية رمي الرمح طالبات.	24- شرح المراحل الفنية لمسابقة القفز بالعصا.	2020/4/	24
امتحان عملي لفعالية القفز بالعصا، تكرار تمارين رمي الرمح طالبات.	25- اعطاء النواحي القانونية لمسابقة القفز بالعصا	2020/4/	25
اداء التمارين الخاصة لفعالية رمي الرمح اعطاء رميات من عدة خطوات للطلاب، تكرار تمارين رمي الرمح للطالبات.	26- شرح فعالية رقم تسعة مسابقة رمي الرمح.	2020/4/	26
امتحان عملي لفعالية رمي الرمح طلاب وطالبات.	27- شرح المراحل الفنية والنواحي القانونية لمسابقة رمي الرمح.	2020/4/	27
اعطاء تمارين المطولة العامة والخاصة للطلبة واعطاء التمارين عدو 1500 متر للطلاب و800 متر للطالبات.	28- شرح فعالية رقم عشرة مسابقة عدو 1500 متر مراحل فنية ونواحي قانونية.	2020/5/	28
امتحان عملي لفعاليتي 1500 متر طلاب و800 متر طالبات.	29- شرح فعاليتي 200 متر 800 متر في سباعي النساء مراحل فنية ونواحي قانونية.	2020/5/	29
	30- امتحان فصل ثاني نظري	2020/5/	30
	31- امتحان نهائي عملي	2020/5/	31
١٨. المواضيع التطبيقية (إن وجدت)			

رئيس القسم
د. عدنان هادي موسى

مدرس المادة
م.م ريفان سعيد ايشوع