

نموذج وصف المقرر

وصف المقرر :

يوفر وصف المقرر هذا إيجازاً مقتضياً لأهم خصائص المقرر ومخرجات التعلم المتوقعة من الطلاب تحقيقها مبرهنأً عما إذا كان قد حقق الاستفادة القصوى من فرص التعلم المتاحة ولا بد من الربط بينها وبين وصف البرنامج

1. المؤسسة التعليمية	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2. القسم العلمي / المركز	فرع الالعاب الفردية
3. اسم / رمز المقرر	الجمناستك الفني للرجال المرحلة الثانية / SEGI24F2061
4. أشكال الحضور المتاحة	عملي
5. الفصل / السنة	2024 - 2023
6. عدد الساعات الدراسية (الكلي)	4 ساعة خلال الأسبوع
7. تاريخ إعداد هذا الوصف	2024 - 2023
8. أهداف المقرر :	
- تعلم الطلاب أداء مهاراتها المختلفة وعلى أجهزتها الستة المتنوعة جهاز (بساط الحركات الأرضية ، وجهاز المتوازي ، وجهاز العقلة ، وجهاز الحلق ، وجهاز حسان الحلق ، وجهاز منصة القفز) ،	
- معرفة قوانين وقواعد ومتطلبات اللعبة المختلفة .	
- إمكانية تدريس الطلاب لهذه الفعالية بعد تخرجهم من الكلية، وهذا يعد الهدف الأساس للكلية لتخريج مدرسي التربية الرياضية ، إذ سوف يعلم ويدرب الطلبة على مختلف الفعاليات والأنشطة الرياضية المتنوعة .	
- تنمية الصفات البدنية والصفات النفسية ، وتنمية وترقية المهارات الحركية ، كما تنمي الجهاز العصبي ، إذ ترفع من القدرة على التركيز ، وتنمي القدرة على التفكير والملاحظة .	
- توظيف علم البايوميكانيك للوصول الى التكنيك بأقل جهد ممكن على وفق المتغيرات الميكانيكية للحركة	

9. مخرجات المقرر وطرائق التعليم والتعلم والتقييم :

أ- الاهداف المعرفية

- 1- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على تعريف (بساط الحركات الأرضية ، وجهاز المتوازي ، وجهاز العقلة ، وجهاز الحلق ، وجهاز حسان الحلق ، وجهاز منصة القفز) .
- 2- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على معرفة قوانين وقواعد ومتطلبات اللعبة .
- 3- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على تنمية الصفات البدنية ، وتنمية وترقية المهارات الحركية ، والقدرات العقلية ، إذ ترفع من القدرة على التركيز ، وتنمي القدرة على التفكير والملاحظة .
- 4- ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على رسم السلاسل الحركية للأجهزة (بساط الحركات الأرضية ، وجهاز المتوازي ، وجهاز العقلة ، وجهاز الحلق ، وجهاز حسان الحلق ، وجهاز منصة القفز) .

ب - الاهداف المهاراتية الخاصة بالمقرر

- ب 1 - ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة على بساط الحركات الارضية .
- ب 2 - ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة الحركية على جهاز المقابض .
- ب 3 - ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة على جهاز حسان القفز .
- ب 4 - ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة الحركية على جهاز العقلة .
- ب 5 - ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي .
- ب 6 - ان يكون الطلاب في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء السلسلة الحركية على جهاز الحلق .

طرائق التعلم

طرائق التعليم

- 1- طريقة المحاضرة
- 2- طريقة المحاضرة المطورة
- 3- طريقة التعلم المدمج
- 4- طريقة التعليم الالكتروني
- 1- الطريقة الجزئية
- 2- الطريقة الكلية
- 3- طريقة المحاولة والخطأ
- 4- طريقة التعلم للتمكن

طرائق التقييم :

- 1- التقييم الفردي
- 2- التقييم الجماعي
- 3- التقييم الذاتي
- 4- تقييم المشاريع
- 5- التقييم الميداني

ج- الاهداف الوجدانية والقيمية

- ج 1- ان ينمي المقرر الدراسي روح التحدي .
- ج 2- ان ينمي المقرر الدراسي روح الشجاعة .
- ج 3- ان ينمي المقرر الدراسي الثقة بالنفس .
- ج 4- ان ينمي المقرر الدراسي روح الايثار .

طرائق التعليم والتعلم :

- 1- البرامج الارشادية
- 2- الورش الاكاديمية
- 3- الدورات التخصصية

طرائق التقييم :

- 1- المعايير القيمية
- 2- المعايير الاخلاقية
- 3- المعايير السلوكية

د - المهارات العامة والتأهيلية المنقولة (المهارات الأخرى المتعلقة بقابلية التوظيف والتطور الشخصي) :

د1- مهارات السلامة والامان

د2- مهارات طرق المساعدة

د3-الاسعافات الاولية

د4- تأهيل الاصابات

10. بنية المقرر:

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة / أو الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	4 ساعة	شرح النواحي الفنية لمهارة الدرجة الامامية ضمنا ومهارة العجلة البشرية واهم طرق المساعدة والاختفاء الشائعة	تطبيق عملي لمهارة الدرجة الامامية والعجلة البشرية	المحاضرة	التقييم الجماعي
2	4 ساعة	شرح مهارة الدرجة الخلفية والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة ومهارة الميزان الامامي	تطبيق عملي لمهارة الدرجة الخلفية	المحاضرة	التقييم الجماعي
3	4 ساعة	شرح مهارة الوقوف على اليدين والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي للوقوف على اليدين باستخدام الوسائل التعليمية للحركة	المحاضرة	التقييم الجماعي
4	4 ساعة	تعليم مهارة الوقوف على الراس والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي لحركة الوقوف على الراس واستخدام الزميل كمساعدة على الثبات	المحاضرة	التقييم الجماعي
5	4 ساعة	تعليم الدرجة فتحا والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق الحركة عمليا من خلال استخدام المنحدر كوسيلة تعلم ومن ثم اداء الحركة	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
6	4 ساعة	تعليم مهارة الغطس للطلاب والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق الحركة تدريجيا يتم اولا من الثبات ومن ثم التدرج بالمهارة من الحركة	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
7	4 ساعة	شرح تاريخ الجمباز و الجمباز الحديث واهم المحاور وطرق المساعدة	تطبيق عملي لجميع الحركات على شكل سلاسل حركية والتأكيد على تكرار الحركات	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
8	4 ساعة	شرح المرجحة الامامية والخلفية من الارتكاز على الإبطين. والمرجحة على اليدين على جهاز المتوازي والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي للمهارات السابقة تطبيق عملي لحركة المرجحة الامامية والخلفية بالإبطين	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي
9	4 ساعة	شرح مهارة الوقوف على الاكتاف على جهاز المتوازي والدرجة فتحا والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي والتعليم الطلاب على اداء الوقوف على الاكتاف ومن ثم الدرجة على الجهاز	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي
10	4 ساعة	شرح الهبوط من المرجحة الامامية والخلفية بنصف لفة للدخال على جهاز المتوازي والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي على اداء الهبوط على جهاز المتوازي	التعليم المدمج	التقييم الفردي
11	4 ساعة	شرح مادة نظرية حول اهم المحاور الجسم ووضع اللاعب بالنسبة للجهاز	تطبيق عملي للمهارات السابقة تطبيق عملي لجميع الحركات على جهاز المتوازي وقيام الطالب بأداء الحركات	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي

التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	تطبيق عملي لحركة الطلوع الامامي	شرح الطلوع من المرجحة الامامية للارتكاز على اليدين على جهاز العقلة والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة وطرقها التعليمية	4 ساعة	12
التقييم الجماعي	التعلم المدمج	اعادة ما سبق لحركة الطلوع الامامي للارتكاز الامامي ، تطبيق لحركة الدائرة الصغيرة من الارتكاز على اليدين وقيام بربط الحركتين مع بعضهم	شرح مهارة الدائرة الخلفية الصغيرة على جهاز العقلة الواطئة والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	4 ساعة	13
التقييم الفردي	التعلم المدمج	تطبيق الحركة عمليا من خلال اداء المحاولات وقيام بربط حركات جهاز العقلة كسلسلة مستمرة	شرح مهارة الهبوط الامامي على جهاز العقلة الواطئة والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة	4 ساعة	14
امتحان نظري فصل اول + امتحان عملي فصل اول للسلاسل الحركية				4 ساعة	15
عطلة نصف السنة					
	المحاضرة	اعادة لجميع المهارات السابقة		4 ساعة	16
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	تطبيق عملي للحركة	مرجحة دخول الرجل وخروجها بالتناوب والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة واهم الطرق التعليمية	4 ساعة	17
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	تطبيق الحركة عمليا والمرور بجميع الارتكازات	شرح مهارة الارتكازات على جهاز حصان المقابض السرجي الامامي والخلفي	4 ساعة	18
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	تطبيق الحركات السابقة وربط حركاتها على شكل سلسلة ، وتطبيق حركة الهبوط الى الجهة الاخرى	شرح مهارة الهبوط الى الجهة الاخرة من الجهاز والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	4 ساعة	19
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	تطبيق عملي للحركات لجهاز حصان ذو المقابض واداء الحركات وتكرارها على شكل سلاسل حركية	شرح نظري لاهم طرق المساعدة في الجمناستك	4 ساعة	20
التقييم الفردي	المحاضرة المطورة	تطبيق الحركة عمليا	شرح مهارة المرجحة الامامية والخلفية على جهاز الحلق والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	4 ساعة	21
التقييم الفردي	المحاضرة	تطبيق الحركة عمليا وتكرارها وربط الحركة السابقة المرجحة بالتعلق المقلوب والكب	شرح مهارة التعلق المقلوب وحركة الكب على جهاز الحلق والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	4 ساعة	22
التقييم الفردي	التعليم المدمج	تطبيق الحركة عمليا وربط حركة المرجحة بالهبوط بنوعيه	شرح الهبوط ضما والهبوط فتحا والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	4 ساعة	23
التقييم الفردي	التعليم المدمج	تطبيق عملي لحركات جهاز الحلق واداء الحركات معا على شكل سلسلة حركية	شرح نظري لاهم القبضات المستخدمة في الجمباز	4 ساعة	24

التقييم الفردي	التعليم المدمج	تطبيق الحركة القفز ضما على جهاز عرضا	شرح مهارة القفز ضما على جهاز القفز والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	4 ساعة	25
التقييم الفردي	التعليم المدمج	تطبيق الحركة بصورة تدريجية	شرح مهارة القفز فتحا على جهاز حصان القفز والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة والطرق التعليمية	4 ساعة	26
التقييم الفردي	التعليم المدمج	اعادة حركات القفز ضما والقفز فتحا على جهاز حصان القفز	شرح نظري لاهم مميزات حركات القوة والمرونة	4 ساعة	27
امتحان نظري فصل ثاني				4 ساعة	28
امتحان عملي للسلاسل الحركية على الاجهزة الثلاثة				4 ساعة	29
امتحان عملي نهائي لجميع اجهزة الجمناستك				4 ساعة	30

11. البنية التحتية :

1- الكتب المقررة المطلوبة	- الجمنابز الفني لطلاب المرحلة الثانية (2022) الزبيدي ، والحسيناوي
2- المراجع الرئيسية (المصادر)	- ملزمة مواد نظرية عن تاريخ الجمناستك القديم والحديث ، واهم مبادئ الجمناستك الأساسية ، وغيرها
أ) الكتب والمراجع التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير،.....)	- اساسيات الجمنابز الفني للرجال (2023) الخابوري ، واخران
ب) المراجع الالكترونية ، مواقع الانترنت	

12. خطة تطوير المقرر الدراسي

- المراجعة الدورية للمقررات الدراسية
- تنوع الطرق المستخدمة بعملية التدريس