

نموذج وصف المقرر

وصف المقرر :

يوفر وصف المقرر هذا إيجازاً مقتضياً لأهم خصائص المقرر ومخرجات التعلم المتوقعة من الطالبات تحقيقها مبرهناتاً عما إذا كان قد حقق الاستفادة القصوى من فرص التعلم المتاحة . ولابد 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	الجنمناستك الفني للنساء المرحلة الثالثة / SEGI24F3071
4. أشكال الحضور المتاحة	عملي
5. الفصل / السنة	2024 - 2023
6. عدد الساعات الدراسية (الكلي)	2 ساعة خلال الاسبوع
7. تاريخ إعداد هذا الوصف	2024 - 2023
8. أهداف المقرر :	
-	تعليم الطالبات أداء مهاراتها المختلفة وعلى أجهزتها الستة المتنوعة جهاز (بساط الحركات الأرضية ، وجهاز المتوازي المختلف الارتفاعات ، جهاز منصة القفز ، جهاز عارضة التوازن) .
-	معرفة قوانين اللعبة وقواعد ومتطلبات اللعبة المختلفة .
-	امكانية تدريس الطالبات لهذه الفعالية بعد تخرجهم من الكلية ، وهذا يعد الهدف الأساس للكلية لتخريج مدرسات التربية الرياضية ، إذ سوف تعلم وتدريب الطالبات 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 باقل جهد ممكن على وفق المتغيرات الميكانيكية للحركة

9. مخرجات المقرر وطرائق التعليم والتعلم والتقييم :

أ- الاهداف المعرفية

- 1- ان تستطيع الطالبة في نهاية المقرر الدراسي قادرة على تعريف (بساط الحركات الأرضية ، وجهاز المتوازي المختلف الارتفاعات جهاز عارضة التوازن ، وجهاز منصة القفز) .
- 2- ان تستطيع الطالبة في نهاية المقرر الدراسي قادرة على معرفة قوانين اللعبة وقواعد ومتطلبات اللعبة
- 3- ان تستطيع الطالبة في نهاية المقرر الدراسي قادرة على تنمية الصفات البدنية ، وتنمية وترقية المهارات الحركية ، والقدرات العقلية ، إذ ترفع من القدرة على التركيز ، وتنمي القدرة على التفكير والملاحظة .
- 4- ان تستطيع الطالبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على رسم السلاسل الحركية للأجهزة (بساط الحركات الأرضية ، وجهاز المتوازي المختلف الارتفاعات ، وجهاز عارضة التوازن ، وجهاز منصة القفز).

ب - الاهداف المهارتية الخاصة بالمقرر

- ب 1 - ان تكون الطالبة في نهاية المقرر الدراسي قادرة على اداء السلسلة على بساط الحركات الارضية .
ب 2 - ان تكون الطالبة في نهاية المقرر الدراسي قادرة على اداء السلسلة الحركية على المتوازي المختلف الارتفاعات
ب 3 - ان تكون الطالبة في نهاية المقرر الدراسي قادرة على اداء السلسلة على جهاز حضان القفز .
ب 4- ان تكون الطالبة في نهاية المقرر الدراسي قادرة على اداء السلسلة الحركية على جهاز عارضة التوازن

طرائق التعلم

- 1- الطريقة الجزئية
- 2- الطريقة الكلية
- 3- طريقة المحاولة والخطأ
- 4- طريقة التعلم للتمكن

طرائق التعليم

- 1- طريقة المحاضرة
- 2- طريقة المحاضرة المطورة
- 3- طريقة التعلم المدمج
- 4- طريقة التعليم الالكتروني

طرائق التقييم :

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

ج- الاهداف الوجدانية والقيمية

- ج1- ان ينمي المقرر الدراسي روح التحدي .
- ج2- ان ينمي المقرر الدراسي روح الشجاعة .
- ج3- ان ينمي المقرر الدراسي الثقة بالنفس .
- ج4- 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 وتأهيل الاصابات .

10. بنية المقرر:

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة / أو الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
1	2 ساعة	شرح قواعد اللاعبات (حقوق اللاعبة العامة وعلى الأجهزة	إعادة تطبيق للمهارات المشي والتوازن والوثبات على جهاز بسا الحركات الأرضية	المحاضرة	التقييم الجماعي
2	2 ساعة	شرح قوانين الاحماء في البطولات	إعادة تطبيق مهارات درجة الامامية والخلفية على جهاز بساط حركات الأرضية	المحاضرة	التقييم الجماعي
3	2 ساعة	شرح قانون الخاص ب واجبات اللاعبات (اللباس ، قسم البطولة)	إعادة تطبيق مهارات الوقوف على الراس والوقوف على اليدين	المحاضرة	التقييم الجماعي
4	2 ساعة	شرح حقوق المدربين ومسؤولياتهم في البطولات	إعادة تطبيق مهارة العجلة البشرية	المحاضرة	التقييم الجماعي
5	2 ساعة	شرح الحسومات الخاصة بمخالفات المدربين	تطبيق عملي لخطين من السلسلة الحركية في بساط الحركات الأرضية	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
6	2 ساعة	شرح حقوق وواجبات اللجنة الفنية	تطبيق عملي ل الخطين الثالث والرابع من السلسلة الحركية في بساط الحركات الارضي	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
7	2 ساعة	شرح قانون جاز بساط الحركات الأرضية	تطبيق عملي لربط الخطوط الأربعة في السلسلة الحركية في بساط الحركات الأرضية	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
8	2 ساعة	شرح قانون الموسيقى وحكام الخطوط والتوقيت في بساط الحركات الأرضية	تطبيق عملي لربط الخطوط الأربعة مع الموسيقى في السلسلة الحركية في بساط الحركات الأرضية	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي
9	2 ساعة	شرح قانون الي يخص القضاة وتوزيعهم اثناء البطولات	إعادة تدريب تطبيق عملي لربط الخطوط الأربعة مع الموسيقى في السلسلة الحركية في بساط الحركات الأرضية	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي
10	2 ساعة	شرح تقويم التمرين النهائي	إعادة تدريب تطبيق عملي لربط الخطوط الأربعة مع الموسيقى في السلسلة الحركية في بساط الحركات الأرضية	التعليم المدمج	التقييم الفردي
11	2 ساعة	شرح مهارة القفز ضما علة جهاز حصان القفز	تطبيق عملي لمهارة القفز ضما على جهاز حصان القفز	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي
12	2 ساعة	شرح قانون تحكيم منصة القفز	تدريب للقفز ضما على جهاز منصة القفز	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
13	2 ساعة	شرح قانون الركضة التقريبية في جهاز منص القفز	تطبيق عملي للهبوط الصحيح بعد القفز ضما على جهاز حصان القفز	التعلم المدمج	التقييم الجماعي

14	2 ساعة	امتحان نظري فصل اول	
15	2 ساعة	امتحان عملي فصل اول للسلسلة الحركية على بساط الحركات الارضية والقفز ضما على جهاز منصة القفز	
عطلة نصف السنة			
16	2 ساعة	إعادة لجميع مهارات السابقة على جهاز عارضة توازن	
17	2 ساعة	شرح مهارة الدرجة الخلفية على عارضة التوازن وشرح مهارة الارتكاز السرجي والنهوض على عارضة التوازن	التقييم الجماعي
18	2 ساعة	شرح قانون تحكيم عارضة التوازن	التقييم الجماعي
19	2 ساعة	شرح الحومات الخاصة اثناء تحكيم السلسلة الحركية على عارضة التوازن	التقييم الجماعي
20	2 ساعة	شرح محتوى وتركيب التمرين في عارضة التوازن	التقييم الجماعي
21	2 ساعة	إعادة لجميع المهارات السابقة على جهاز المتوازي المختلف الارتفاعات	
22	2 ساعة	شرح مهارة الدوران من البار السفلي الى البار العلوي في جهاز متوازي مختلف الارتفاعات وشرح مهارة الارتكاز على البار العلوي	التقييم الفردي
23	2 ساعة	شرح مهارة الدوران من البار العلوي على البار السفلي في جهاز مختلف الارتفاعات المتوازي	التقييم الفردي
24	2 ساعة	شرح مهارة الميزان الامامي من الوقوف على البار السفلي والاستناد باليد على البار العلوي في جهاز المتوازي المختلف الارتفاعات	التقييم الفردي
25	2 ساعة	شرح قانون تحكيم جهاز المتوازي المختلف الارتفاعات	التقييم الفردي
26	2 ساعة	شرح الحسومات التي تكون اثناء اداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي المختلف الارتفاعات	التقييم الفردي
27	2 ساعة	امتحان عملي للسلسلة الحركية على عارضة التوازن	
28	2 ساعة	امتحان نظري فصل ثاني	
29	2 ساعة	امتحان عملي للسلسلة الحركية على جهاز متوازي المختلف الارتفاعات	
30	2 ساعة	امتحان عملي نهائي لجميع اجهزة الجمناستيك	

11. البنية التحتية :

1- الكتب المقررة المطلوبة	- كتاب مبادئ الفنية للجناساتك النساء تأليف د. عامر سعودي و د. معيوف ذنون حنتوش
2- المراجع الرئيسية (المصادر)	- ملزمة القانون الدولي للجمباز الفني للسيدات 2022-2024
أ) الكتب والمراجع التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير،) ب) المراجع الالكترونية ، مواقع الانترنت	

12. خطة تطوير المقرر الدراسي

- المراجعة الدورية للمقررات الدراسية
- تنوع الطرق المستخدمة بعملية التدريس