

نموذج وصف المقرر

١. اسم المقرر			
الساحة والميدان المرحلة الثانية			
٢. رمز المقرر			
SEGI25F2081			
٣. الفصل / السنة			
٢٠٢٤ - ٢٠٢٥			
٤. تاريخ إعداد هذا الوصف			
٢٠٢٥ / ٦ / ٣			
٥. أشكال الحضور المتاحة			
عملي			
٦. عدد الساعات الدراسية (الكلي) / عدد الوحدات (الكلي)			
٤ ساعة خلال الأسبوع / ٤ وحدات			
٧. اسم مسؤول المقرر الدراسي (إذا أكثر من اسم يذكر)			
١.م.د نواف عويد عبود ١.م.د محمد سعد حنتوش ١.م.د عبدالله حسن علي م.م نبا غازي فيصل			
٨. اهداف المقرر			
أ- الاهداف المعرفية : ١- ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على تعريف وفهم (الاركاض بأنواعها الثلاث القصيرة والمتوسطة والطويلة ، فعاليات القفز والوثب المختلفة ، فعاليات الرمي والقذف بأنواعها ، وسباقات البريد بأنواعها ، فضلاً عن كيفية رسم ملعب الساحة والميدان بشكل مبسط) . ٢- ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على معرفة قوانين وقواعد ومتطلبات فعاليات العاب الساحة والميدان وبمواكبة الحداثة فيها ٣- ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على تنمية الصفات البدنية المختلفة، وتنمية وترقية المهارات الحركية ، والقدرات العقلية ، إذ ترفع من القدرة على التركيز، وتنمي القدرة على التفكير والملاحظة . ٤- ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرا على رسم مواقع وملعب مختلف فعاليات القفز والوثب والرمي مع قياساتها القانونية وكيفية ايجاد وحساب قيمة قطاع الرمي في فعاليات الرمي فضلاً عن القياسات الاخرى الخاصة بدوائر الرمي للقرص والمطرقة وبكافة ملحقاتها من اقفاص حماية وغيرها . ب - الاهداف المهاراتية الخاصة بالمقرر : ب ١ - ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء البدء المنخفض واجتياز الحاجز بشكل صحيح .	اهداف المادة الدراسية		

ب ٢ - ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء مراحل الوثب الثلاثي بشكل كامل مع ضبط الاقتراب

ب ٣ - ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء رمي القرص بالتكنيك الصحيح

ب ٤ - ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء مسابقة ٤ × ٤٠٠ م بريد بشكلها الكامل والصحيح وبمختلف انواعها اثناء السباقات .

ب ٥ - ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء فعالية ٣٠٠٠ م موانع واجتياز الموانع ومنها المانع المائي بالشكل الصحيح فضلا عن فعاليتي ٨٠٠ م و ١٥٠٠ م .

ب ٦ - ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على اداء فعالية رمي المطرقة والزان بشكلها الابتدائي المبسط

ج- الاهداف الوجدانية والقيمية :

ج ١ - ان ينمي المقرر الدراسي روح التحدي .

ج ٢ - ان ينمي المقرر الدراسي روح الشجاعة .

ج ٣ - ان ينمي المقرر الدراسي الثقة بالنفس .

ج ٤ - ان ينمي المقرر الدراسي روح الايثار .

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

د ١ - مهارات السلامة والامان

د ٢ - مهارات طرق المساعدة

د ٣ - الاسعافات الاولى

د ٤ - تأهيل الاصابات

٩. استراتيجيات التعليم والتعلم

طرائق التعليم	طرائق التعلم :
١ - طريقة المحاضرة	١ - الطريقة الجزئية
٢ - طريقة المحاضرة المطورة	٢ - الطريقة الكلية
٣ - طريقة التعلم المدمج	٣ - طريقة المحاولة والخطأ
٤ - طريقة التعليم الالكتروني	٤ - طريقة التعلم للتمكن

١٠. بنية المقرر

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعلم	طريقة التقييم
١	٤ ساعة	عرض مفردات المنهاج الذي سينفذه الطلبة مع نبذة تاريخية مختصرة عن العباد الساحة والميدان في العراق والعالم	-----	المحاضرة	التقييم الجماعي

٢	٤ ساعة	المراحل الفنية لفعالية الوثبة الثلاثية في العاب الساحة والميدان	تمارين للركض السريع لمسافات قصيرة مختلفة من ١٥ - ٣٥ متر	المحاضرة	التقييم الجماعي
٣	٤ ساعة	الركضة التقريبية بمراحلها الاولى قبل الوصول الى لوحة النهوض	اعطاء تمارين للمبادئ الاساسية للوقوف الصحيح وكيفية البدء الصحيح	المحاضرة	التقييم الجماعي
٤	٤ ساعة	المراحل الاخرى للركضة التقريبية وحتى الوصول الى لوحة النهوض	اعطاء تمارين لكيفية التدرج بالسرعة وربط الخطوات الثلاث الاخيرة قبل النهوض	المحاضرة	التقييم الفردي
٥	٤ ساعة	مرحلة النهوض بأقسامها الثلاث على لوحة النهوض	اعطاء تمارين لكيفية وضع قدم الرجل الناهضة على لوحة النهوض بشكل قانوني تجنباً للأخطاء القانونية	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
٦	٤ ساعة	مرحلة الحجلة وكيفية ادائها بالشكل الصحيح ، وضع قدم رجل الارتكاز والرجل الحرة اثناء الاداء	اعطاء تمارين الحجل المتبادل والمتكرر لكلا القدمين خارج مجال القفز ، اعطاء تمارين لكيفية الاداء الصحيح لرجل الارتكاز والرجل الحرة اثناء الاداء	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
٧	٤ ساعة	مرحلة الخطوة وكيفية ربطها مع الحجلة ، مرحلة الوثبة وكيفية ربطها مع الخطوة	اعطاء تمارين تمكن الطالب من الربط الصحيح بين الحجلة والخطوة ، اعطاء تمكن الطالب الربط الصحيح بين الخطوة والوثبة	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
٨	٤ ساعة	ربط الوثبات الثلاث مع بعضها بشكل متكامل	اعطاء تمارين لكيفية الربط بين اداء الوثبات الثلاث بشكلها الكلي	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي
٩	٤ ساعة	مرحلة الهبوط	اعطاء تمارين تمكن الطالب من الربط بين اداء الوثبات الثلاث مع مرحلة الهبوط في حفرة الرمل	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي
١٠	٤ ساعة	شرح القانون الخاص بالفعالية بجوانبه الفنية والقانونية	من خلال التطبيق يتم اكتشاف الاخطاء وتجنبها اثناء الاداء	التعليم المدمج	التقييم الجماعي
١١	٤ ساعة	المراحل الفنية لمسابقة ١١٠ متر حواجز ، الركض من البدء حتى الحاجز الاول ، خطوة الحاجز بكل تفاصيلها واقسامها ، الركض بين الحواجز بخطواته الثلاث ، الاداء المتكامل للفعالية وحتى الوصول الى خط النهاية	اعطاء تمارين على كيفية اداء البدء الصحيح من الوضع المنخفض ، اداء تمارين الركض السريع والخطوات الموزونة لضبط الاقتراب للحاجز الاول ، اعطاء تمارين تساعد للرجل القائدة ولرجل ، التغطية على الحاجز ، اعطاء تمارين توافقية لضبط الخطوات بين الحواجز ، اعطاء تمارين السرعة والربط بين المراحل	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي

١٢	٤ ساعة	فعالية ٤٠٠×٤ متر بريد ، انواع البريد ٤٠٠×٤ متر بريد ، كيفية رسم ملعب الساحة والميدان ، شرح انواع البريد فروقات قوس واحد ، وفروقات القوسين وفروقات ثلاث اقواس	اعطاء تمارين على كيفية الاستلام والتسليم بالشكل الصحيح ، اعطاء تمارين البدء وكيفية الركض في القوس والمستقيم تعليم الطلاب كيفية رسم الملعب وفق قوانين ومعادلات رياضية ، تعليم الطلاب كيفية اداء وتوزيع اللاعبين على المجالات بالشكل الصحيح	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
١٣	٤ ساعة	المراحل الفنية لرمي القرص	اعطاء تمارين على كيفية حمل ومسك القرص بالشكل الصحيح	التعلم الدمج	التقييم الجماعي
١٤	٤ ساعة	وقفة الاستعداد والمرجحة التمهيدية ، والدوران والتهيؤ للرمي والرمي النهائي للقرص	اعطاء تمارين تساعد الطالب على كيفية الاداء الصحيح	التعلم الدمج	التقييم الفردى
١٥	٤ ساعة	امتحان نظري فصل اول + امتحان عملي فصل اول للحواجز والقرص والثلاثية			
عطلة نصف السنة					
١٦	٤ ساعة	المراحل الفنية وتكنيك الاداء لفعالية القفز بالعصا (الزانا) الاقترب وحركة الغرس والارتقاء بالعصا	تعليم الطلاب كيفية المسك والقبض والحمل الصحيح للعصا اعطاء تمارين الركض السريع بالعصا من مسافات مختلفة والتهيؤ لمرحلة الغرس	المحاضرة	التقييم الفردى
١٧	٤ ساعة	التعلق والتكور والفرد والامتداد الدوران والدفع وعبور العارضة	اعطاء تمارين اولية بسيطة بعصا الالمنيوم والتدريب على كيفية التعلق اعطاء تمارين اعطاء تمارين بعصا الالمنيوم تساعد الطالب على كيفية العبور بشكل مبسط	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
١٨	٤ ساعة	القانون الدولي للقفز بالعصا مع شرح جداول التصفيات والنهائيات الخاصة بفعاليات القفز والوثب بشكل عام و الزانا بشكل خاص	تطبيق واداء المهارات لتطبيق الجانب القانوني بشكله الكامل	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
١٩	٤ ساعة	ركض المسافات المتوسطة والطويلة	اعطاء اركاض لتنمية المطاولة العامة بشكل عام	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي
٢٠	٤ ساعة	شرح الجوانب الفنية والقانونية لركض ٨٠٠ متر طالبات و ١٥٠٠ متر	اعطاء تمارين المطاولة ومطاولة السرعة	المحاضرة المطورة	التقييم الجماعي

			طلاب		
٢١	٤ ساعة	شرح البداية من الوقوف وكيفية الاداء ومكان الوقوف على مجالات الركض	التطبيق العملي للبدائيات وكيفية توزيع اللاعبين على المجالات	المحاضرة المطورة	التقييم الفردي
٢٢	٤ ساعة	شرح مراحل الاركاض المتوسطة والطويلة	التطبيق العملي على كيفية توزيع الجهد خلال مسافات السباق المختلفة بمراحله الاولى وحتى انتهاء السباق	المحاضرة	التقييم الفردي
٢٣	٤ ساعة	سباق ركض ٣٠٠٠ متر موانع - تعليم الطلاب كيفية اجتياز المانع ومن ضمنها كيفية عبور واجتياز المانع المائي بالشكل القانوني الصحيح	تعليم الطلاب على مكان انطلاق الفعالية والاسلوب الذي من الممكن اتباعه لركض المسافات الطويلة	التعليم المدمج	التقييم الفردي
٢٤	٤ ساعة	شرح مراحل الفعالية بمراحلها الثلاث .البداية _ الوسطى _ نهاية السباق التطبيق العملي على كيفية توزيع الجهد خلال مراحل السباق الثلاث والتأكيد على اجتياز وعبور المانع المائي بالشكل الصحيح	تعرف الطلاب على اماكن تثبيت الموانع وعددها والتطبيق العملي بشكل خاص على كيفية عبور المانع المائي	التعليم المدمج	التقييم الفردي
٢٥	٤ ساعة	شرح المراحل الفنية في مسابقة رمي المطرقة	اعطاء الطلاب تمارين تساعد على الاداء بشكل عام للفعالية	التعليم المدمج	التقييم الفردي
٢٦	٤ ساعة	مسك المطرقة والوضع الابتدائي والمرجحات التمهيدية	تدريب الطلاب على كيفية مسك المطرقة بشكل صحيح واداء الوضع الابتدائي وكيفية اداء المرجحات التمهيدية	التعليم المدمج	التقييم الفردي
٢٧	٤ ساعة	الربط بين المرجحات التمهيدية والدورة الاولى مع الدوران والرمي والتغطية والتوازن والتبديل مع شرح الجداول	اعطاء تمارين تعليمية تساعد الطالب على اداء المرجحات التمهيدية وكيفية ربطها مع الدورة الاولى	التعليم المدمج	التقييم الفردي
٢٨	٤ ساعة	امتحان نظري فصل ثاني + امتحان عملي فصل ثاني بالبريد والمطرقة			

٢٩	٤ ساعة	امتحان عملي ١٥٠٠م والزانا
٣٠	٤ ساعة	امتحان عملي نهائي

١١. تقييم المقرر

توزع الدرجة على النحو الاتي:

١. امتحان الفصل الاول ويكون من (٢٥ %) درجة ويقسم الى: ١٠ % نظري و ١٥ % عملي
٢. امتحان الفصل الثاني ويكون من (٢٥ %) درجة ويقسم الى: ١٠ % نظري و ١٥ % عملي
٣. الامتحان العملي النهائي ويكون من (٣٠ %) والامتحان النظري النهائي يكون من (٢٠ %) المجموع (٥٠ %)
٤. المجموع النهائي (١٠٠ %)

١٢. مصادر التعلم والتدريس

الكتب المقررة المطلوبة (المنهجية أن وجدت)	- الاسس التعليمية والتحكيمية الحديثة في العاب القوى (حاجم شاني واخران، ٢٠١٧)
المراجع الرئيسية (المصادر)	- ملزمة مواد نظرية عن فعاليات العاب الساحة والميدان لـ ١١٠م حواجز والوثب الثلاثي ورمي القرص ورمي المطرقة والقفز بالعصا وسباق ٤٠٠×٤م بريد والاركاظ المتوسطة والطويلة (٨٠٠م - ١٥٠٠م - ٣٠٠٠م موانع)
الكتب والمراجع الساندة التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير...)	- العاب القوى (٢٠٠٢) خريط والانساري - القانون الدولي بالعباب القوى (٢٠١٨) د.حيدر فائق الشماع
المراجع الإلكترونية، مواقع الانترنت	

اسم وتوقيع رئيس القسم او الفرع
أ.د. عمر سمير ذنون



اسم وتوقيع صاحب المقرر
أ.م.د. نواف عويد عبود
أ.م.د. محمد سعد حنتوش
أ.م.د. عبدالله حسن علي
م.م. نبا غازي فيصل

اسم وتوقيع صاحب المقرر