

نموذج وصف المقرر

١. اسم المقرر	
الساحة والميدان المرحلة الثانية	
٢. رمز المقرر	
SEGI26F2081	
٣. الفصل / السنة	
٢٠٢٥ - ٢٠٢٦	
٤. تاريخ إعداد هذا الوصف	
شباط - ٢٠٢٦	
٥. أشكال الحضور المتاحة	
نظري / عملي	
٦. عدد الساعات الدراسية (الكلية) / عدد الوحدات (الكلية)	
٤ ساعة خلال الأسبوع / ٤ وحدات	
٧. اسم مسؤول المقرر الدراسي (إذا أكثر من اسم يذكر)	
١.م.د محمد سعد حنتوش mohmedsaad@uomosul.edu.iq	
١.م.د عبدالله حسن علي dr-abdullah.hasan@uomosul.edu.iq	
١.م.د زيد عبد الستار حامد zaid81@uomosul.edu.iq م.د نبا غازي فيصل nabaa.ghazi@uomosul.edu.iq	
م.م محمد خميس فتحي mohammad.khamees89@uomosul.edu.iq	
٨. اهداف المقرر	
أ- الاهداف المعرفية :	
١- ان يكون الطلبة في نهاية المقرر الدراسي قادرين على تعريف وفهم (الاركااض 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	اهداف المادة الدراسية
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 وملاعب 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 اقصاص 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 .

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 والزانا 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 الاولية

د ٤ - تأهيل الاصابات

٩ . استراتيجيات التعليم والتعلم

الاستراتيجية

طرائق التعلم :

١ - الطريقة الجزئية

٢ - الطريقة الكلية

٣ - طريقة المحاولة والخطأ

٤ - طريقة التعلم للتمكن

طرائق التعليم

١ - طريقة المحاضرة

٢ - طريقة المحاضرة المطورة

٣ - طريقة التعلم المدمج

٤ - طريقة التعليم الالكتروني

١٠ . بنية المقرر

الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعلم	طريقة التقييم
---------	---------	------------------------	-----------------------	--------------	---------------

التقييم الجماعي	المحاضرة	-----	عرض مفردات المنهاج الذي سينفذه الطلبة مع نبذة تاريخية مختصرة عن العاب الساحة والميدان في العراق والعالم	٤ ساعة	١
التقييم الجماعي	المحاضرة	تمارين للركض السريع لمسافات قصيرة مختلفة من ١٥ - ٣٥ متر	المراحل الفنية لفعالية الوثبة الثلاثية في العاب الساحة والميدان	٤ ساعة	٢
التقييم الجماعي	المحاضرة	اعطاء تمارين للمبادئ الاساسية للوقوف الصحيح وكيفية البدء الصحيح	الركضة التقريبية بمراحلها الاولى قبل الوصول الى لوحة النهوض	٤ ساعة	٣
التقييم الفردى	المحاضرة	اعطاء تمارين لكيفية التدرج بالسرعة وربط الخطوات الثلاث الاخيرة قبل النهوض	المراحل الاخرى للركضة التقريبية وحتى الوصول الى لوحة النهوض	٤ ساعة	٤
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	اعطاء تمارين لكيفية وضع قدم الرجل الناهضة على لوحة النهوض بشكل قانوني تجنباً للأخطاء القانونية	مرحلة النهوض بأقسامها الثلاث على لوحة النهوض	٤ ساعة	٥
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	اعطاء تمارين الحجل المتبادل والمتكرر لكلتا القدمين خارج مجال القفز ، اعطاء تمارين لكيفية الاداء الصحيح لرجل الارتكاز والرجل الحرة اثناء الاداء	مرحلة الحجلة وكيفية اداءها بالشكل الصحيح ، وضع قدم رجل الارتكاز والرجل الحرة اثناء الاداء	٤ ساعة	٦
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	اعطاء تمارين تمكن الطالب من الربط الصحيح بين الحجلة والخطوة ، اعطاء تمكين الطالب الربط الصحيح بين الخطوة والوثبة	مرحلة الخطوة وكيفية ربطها مع الحجلة ، مرحلة الوثبة وكيفية ربطها مع الخطوة	٤ ساعة	٧
التقييم الفردى	المحاضرة المطورة	اعطاء تمارين لكيفية الربط بين اداء الوثبات الثلاث بشكلها الكلي	ربط الوثبات الثلاث مع بعضها بشكل متكامل	٤ ساعة	٨
التقييم الفردى	المحاضرة المطورة	اعطاء تمارين تمكن الطالب من الربط بين اداء الوثبات الثلاث مع مرحلة الهبوط في حفرة الرمل	مرحلة الهبوط	٤ ساعة	٩
التقييم الجماعي	التعليم المدمج	من خلال التطبيق يتم اكتشاف الأخطاء وتجنبها اثناء الاداء	شرح القانون الخاص بالفعالية بجوانبه الفنية والقانونية	٤ ساعة	١٠
التقييم الفردى	المحاضرة المطورة	اعطاء تمارين على كيفية اداء البدء الصحيح من الوضع المنخفض ، اداء تمارين الركض السريع والخطوات الموزونة لضبط الاقتراب للحاجز الاول ، اعطاء	المراحل الفنية لمسابقة ١١٠ متر حواجز ، الركض من البدء حتى الحاجز الاول ، خطوة الحاجز بكل تفاصيلها واقسامها ، الركض بين	٤ ساعة	١١

		تمارين تساعد للرجل القائدة ولرجل ، التغطية على الحاجز ، اعطاء تمارين توافقية لضبط الخطوات بين الحواجز ، اعطاء تمارين السرعة والربط بين المراحل	الحواجز بخطواته الثلاث ، الاداء المتكامل للفعالية وحتى الوصول الى خط النهاية		
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	اعطاء تمارين على كيفية الامتلاك 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	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	٤ ساعة	١٢
التقييم الجماعي	التعلم المدمج	اعطاء تمارين على كيفية حمل ومسك القرص بالشكل الصحيح	المراحل الفنية لرمي القرص	٤ ساعة	١٣
التقييم الفردى	التعلم المدمج	اعطاء تمارين تساعد الطالب على كيفية الاداء الصحيح	وقفه الاستعداد والمرححة التمهيدية ، والدوران والتهيؤ للرمي والرمي النهائي للقرص	٤ ساعة	١٤
امتحان نظري فصل اول + امتحان عملي فصل اول للحواجز والقرص والثلاثية				٤ ساعة	١٥
عطلة نصف السنة					
التقييم الفردى	المحاضرة	تعليم الطلاب كيفية المسك والقبض والحمل الصحيح للعصا اعطاء تمارين الركض السريع بالعصا من مسافات مختلفة والتهيؤ لمرحلة الغرس	المراحل الفنية وتكنيك الاداء لفعالية القفز بالعصا (الزانا) الاقترب وحركة الغرس والارتقاء بالعصا	٤ ساعة	١٦
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	اعطاء تمارين اولية بسيطة بعصا الالمنيوم والتدريب على كيفية التعلق اعطاء تمارين اعطاء تمارين بعصا الالمنيوم تساعد الطالب على كيفية العبور بشكل مبسط	التعلق والتكور والفرد والامتداد الدوران والدفع وعبور العارضة	٤ ساعة	١٧
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	تطبيق واداء المهارات لتطبيق الجانب القانوني بشكله الكامل	القانون الدولي للقفز بالعصا مع شرح جداول التصفيات والنهائيات الخاصة بفعاليات القفز والوثب بشكل عام و الزانا بشكل خاص	٤ ساعة	١٨
التقييم	المحاضرة	اعطاء اركاض لتنمية المطاولة العامة	ركض المسافات المتوسطة	٤ ساعة	١٩

الجماعي	المطورة	بشكل عام	والطويلة		
التقييم الجماعي	المحاضرة المطورة	اعطاء تمارين المطاولة ومطاولة السرعة	شرح الجوانب الفنية والقانونية لركض ٨٠٠ متر طالبات و ١٥٠٠ متر طلاب	٤ ساعة	٢٠
التقييم الفردي	المحاضرة المطورة	التطبيق العملي للبدائيات وكيفية توزيع اللاعبين على المجالات	شرح البداية من الوقوف وكيفية الاداء ومكان الوقوف على مجالات الركض	٤ ساعة	٢١
التقييم الفردي	المحاضرة	التطبيق العملي على كيفية توزيع الجهد خلال مسافات السباق المختلفة بمراحله الاولى وحتى انتهاء السباق	شرح مراحل الاركاض المتوسطة والطويلة	٤ ساعة	٢٢
التقييم الفردي	التعليم المدمج	تعليم الطلاب على مكان انطلاق الفعالية والاسلوب الذي من الممكن اتباعه لركض المسافات الطويلة	سباق ركض ٣٠٠٠ متر موانع _ تعليم الطلاب كيفية اجتياز المانع ومن ضمنها كيفية عبور واجتياز المانع المائي بالشكل القانوني الصحيح	٤ ساعة	٢٣
التقييم الفردي	التعليم المدمج	تعرف الطلاب على اماكن تثبيت الموانع وعددها والتطبيق العملي بشكل خاص على كيفية عبور المانع المائي	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	٤ ساعة	٢٤
التقييم الفردي	التعليم المدمج	اعطاء الطلاب تمارين تساعد على الاداء بشكل عام للفعالية	شرح المراحل الفنية في مسابقة رمي المطرقة	٤ ساعة	٢٥
التقييم الفردي	التعليم المدمج	تدريب الطلاب على كيفية مسك المطرقة بشكل صحيح واداء الوضع الابتدائي وكيفية اداء المرجحات التمهيدية	مسك المطرقة والوضع الابتدائي والمرجحات التمهيدية	٤ ساعة	٢٦
التقييم الفردي	التعليم المدمج	اعطاء تمارين تعليمية تساعد الطالب على اداء المرجحات التمهيدية وكيفية ربطها مع الدورة الأولى	الربط بين المرجحات التمهيدية والدورة الاولى مع الدوران والرمي والتغطية والتوازن والتبديل مع شرح	٤ ساعة	٢٧

الجداول		
امتحان نظري فصل ثاني + امتحان عملي فصل ثاني بالبريد والمطربة	٢٨	٤ ساعة
امتحان عملي ١٥٠٠م والزانة	٢٩	٤ ساعة
امتحان عملي نهائي	٣٠	٤ ساعة

١١. تقييم المقرر

توزع الدرجة على النحو الآتي:

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 والتكيفية الحديثة في العاب القوى (حاجم شاني واخراي، ٢٠١٧)
المراجع الرئيسية (المصادر)	- ملزمة مواد نظرية عن فعاليات العاب الساحة والميدان لـ ١٠م حواجز والوثب الثلاثي ورمي القرص ورمي المطربة والقفز بالعصا وسباق ٤٠٠×٤م بريد والاركان المتوسطة والطويلة (٨٠٠م - ١٥٠٠م - ٣٠٠٠م مواضع)
الكتب والمراجع الساندة التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير...)	- العاب القوى (٢٠٠٢) خريبط والانصاري - القانون الدولي بالعباب القوى (٢٠١٨) د.حيدر فائق الشماع
المراجع الإلكترونية، مواقع الانترنت	

اسم وتوقيع رئيس القسم او الفرع
أ.م.د نواف عويد عبود



اسم وتوقيع صاحب المقرر:

أ.م.د محمد سعد حنتوش
أ.م.د عبدالله حسن علي
أ.م.د زيد عبد الستار حامد
م.د نبا غازي فيصل
م.م محمد خميس فتحي