

جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة : الكوفة
الكلية : التربية الرياضية
القسم : فرع العلوم التطبيقية
المرحلة : الاولى
اسم المحاضر الثلاثي : عباس مهدي صالح
اللقب العلمي : أ.م.د.
المؤهل العلمي : دكتوراه تربية رياضية
مكان العمل : جامعة الكوفة

جدول الدروس الاسبوعي

الاسم	عباس مهدي صالح				
البريد الالكتروني	abbasm.algariri@uokufa.edu.iq				
اسم المادة	الاثقال				
مقرر الفصل	٢٦ وحدة تعليمية				
اهداف المادة	تعلم المهارات الأساسية للإثقال - تعلم قانون رياضة رفع الاثقال				
التفاصيل الاساسية للمادة	تعلم مهارة الرفع - تعلم مهارة النتر - تعلم قانون اللعبة				
الكتب المنهجية	لا يوجد				
المصادر الخارجية	القانون الدولي لرفع الاثقال - رسالة ماجستير حسين حسون - اطروحة دكتوراه علي شبوط				
تقديرات الفصل	الفصل الدراسي	المختبر	الامتحانات اليومية	المشروع	الامتحان النهائي
	%٢٥	%١٥	%١٠	-	%٥٠
معلومات اضافية	الامتحان النهائي يكون ٣٠% عملي ٢٠% نظري				

جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة : الكوفة
الكلية : التربية الرياضية
القسم : فرع العلوم التطبيقية
المرحلة : الاولى
اسم المحاضر الثلاثي : عباس مهدي صالح
اللقب العلمي : أ.م.د
المؤهل العلمي : دكتوراه تربوية رياضية
مكان العمل : جامعة الكوفة

جدول الدروس الاسبوعي

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العلمية	الملاحظات
١	٢٠١٤/١١/١٨	تاريخ رياضة رفع الأثقال		
٢	٢٠١٤/١١/٢٥		جهاز رفع الاثقال والمصطلحات الوارده	
٣	٢٠١٤/١٢/٢		أجهزة وأدوات رفع الأثقال	
٤	٢٠١٤/١٢/٩		الرفعات الأولمبية في رفع الأثقال	
٥	٢٠١٤/١١/١٦		الاداء الفني لرفعة الخطف	
٦	٢٠١٤/١١/٢٢		الوضع الابتدائي	
٧	٢٠١٤/١١/٣٠		مرحلة السحبه الاولى	
٨	٢٠١٥/١/٦	امتحان نظري		
٩	٢٠١٥/١/١٣		عرض فديوي	
١٠	٢٠١٥/١/٢٠		مرحلة السحبه الثانية	
١١	٢٠١٥/١/٢٧		السقوط تحت البار	
١٢	٢٠١٥/٢/٣		امتحان عملي	
عطلة نصف السنة				
١٤	٢٠١٥/٢/١٠		الاداء الفني لرفع النتر	
١٥	٢٠١٥/٢/١٧		الرفع الى الصدر	
١٦	٢٠١٥/٢/٢٤		الوضع الابتدائي	
١٧	٢٠١٥/٣/٣		مرحلة السحبه الاولى	
١٨	٢٠١٥/٣/١٠		مرحلة السحبه الثانية	
١٩	٢٠١٥/٣/١٧		مرحلة السقوط اسفل الحديد	
٢٠	٢٠١٥/٣/٢٤	امتحان نظري		
٢١	٢٠١٥/٣/٣١		عرض فيديوي	
٢٢	٢٠١٥/٤/٧		القرعة	
٢٣	٢٠١٥/٤/١٤	امتحان نظري		
٢٤	٢٠١٥/٤/٢١		الاداء الفني لقسم النتر	
٢٥	٢٠١٥/٤/٢٨		الثني التمهيدي للرجلين والنتر	
٢٦	٢٠١٥/٥/٥		فتح الرجلين والنهوض	
٢٧	٢٠١٥/٥/١٢		القانون الدولي لرفع الاثقال	
٢٨	٢٠١٥/٥/١٩		التحكيم	
٢٩	٢٠١٥/٥/٢٦		امتحان عملي	

توقيع العميد :

توقيع الاستاذ :