

الجامعة : الكوفة
الكلية : التربية الرياضية
القسم : العلوم التطبيقية
المرحلة : الثالثة
اسم المحاضر الثلاثي : محمد ساجت عيدان
اللقب العلمي : مدرس مساعد
المؤهل العلمي : ماجستير تربيته رياضيه
مكان العمل : محاضر خارجي



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي

جدول الدروس الاسبوعي

محمد ساجت عيدان					الاسم
mohammed.sachit@yahoo.com mohammed.sachit@gmail.com mohammed.sachit@outlook.com					البريد الالكتروني
جمناستك الاجهزة					اسم المادة
٣٠ اسبوع					مقرر الفصل
التعرف على تاريخ الجمناستك في العراق والعالم وكذلك بتاريخ الأجهزة الجمناستيكية وبناء الأسس البدنية والمهارية والمعرفية للمتعلمين وكذلك التعرف على أنواع الجمناستك والتعرف على القوانين الميكانيكية للحركات الجمناستيكية.					اهداف المادة
- تعليم الطلاب أداء الحركات الأرضية وتطبيقها بالشكل الصحيح. - تعليم الطلاب أداء الحركات على الأجهزة الجمناستيكية وبأنواعها المختلفة. - دراسة المواصفات الفنية لكل جهاز.					التفاصيل الأساسية للمادة
صائب العبيدي، الجمناستك، جامعة الموصل، دار الفكر، ١٩٩٠.					الكتب المنهجية
- أحدث ما يخص مادة الجمناستك على شبكة الانترنت. - محمد ابراهيم شحاتة، دليل الجمناستك الحديث، الاسكندرية، مطبعة التونة، ١٩٩٢ - القانون الدولي للجمناستك					المصادر الخارجية
الامتحان النهائي	المشروع	الامتحان النظري	الامتحان العملي	الفصل الدراسي	تقديرات الفصل
٥٠%	-	١٠%	١٥%	٢٥%	
يكون الفصل الاول الامتحان من ٢٥ درجة موزعة الى امتحان عملي ١٥ والحضور والمشاركة داخل المحاضرة والامتحان النظري من ١٠ درجات وأيضا الفصل الثاني من ٢٥ درجة العملي من ١٥ درجة والنظري من ١٠ درجات يكون المجموع من ٥٠ درجة للفصل الاول والثاني أما درجة الامتحان النهائية تكون من ٥٠ درجة الامتحان العملي من ٣٠ درجة والامتحان النظري من ٢٠ درجة يكون المجموع النهائي ١٠٠ درجة.					معلومات اضافية

الجامعة : الكوفة
الكلية : التربية الرياضية
القسم : العلوم التطبيقية
المرحلة : الثالثة
اسم المحاضر الثلاثي : محمد ساجت عيدان
اللقب العلمي : مدرس مساعد
المؤهل العلمي : ماجستير تربيته رياضيه
مكان العمل : محاضر خارجي



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي

جدول الدروس الاسبوعي

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العلمية	الملاحظات
١	21\9\2014	تاريخ الجمناستك في العالم والعراق	رفع مستوى اللياقة البدنية للطلاب	
٢	28\9\2014	تاريخ الأجهزة الجمناستكية	رفع مستوى اللياقة البدنية للطلاب	
٣	5\10\2014	المحاور التي يدور عليها جسم الإنسان + أنواع القبضات في الجمناستك	تطبيع عملي لبعض الحركات التي تخص هذه المحاور والقبضات	
٤	12\10\2014	انواع حركات القوة في الجسم وانواع حركات المرجحة في الجمناستك	عرض لهذه الحركات	
٥	19\10\2014	انواع الجمناستك		
٦	26\10\2014	المساعدة وأهميتها في الجمناستك		
٧	2\11\2014	مواصفات بساط الحركات الأرضية		
٨	9\11\2014	الامتحان النظري	الامتحان العملي	
٩	16\11\2014	الدرجة الأمامية	التطبيق عملي	
١٠	23\11\2014	الدرجة الأمامية من الوقوف	التطبيق العمري	
١١	30\11\2014	الدرجة الخلفية	التطبيق العملي	
١٢	7\12\2014	الدرجة الخلفية للوقوف على اليدين	التطبيق العملي	
١٣	14\12\2014	الغطس	التطبيق العملي	
١٤	21\12\2014	الوقوف على اليدين	التطبيق العملي	
١٥	28\12\2014	العجلة البشرية	التطبيق العملي	
١٦	4\1\2015	الامتحان النظري	الامتحان العملي	
عطلة نصف السنة				
١٧	18\1\2015	جهاز المقابض أنواع الارتكاز و (المواصفات الفنية للجهاز)	شرح عملي للطلاب طرق الارتكاز على الجهاز	
١٨	25\1\2015	أنواع المرجحة على جهاز المقابض وكيفية الهبوط	شرح عملي للطلاب طرق المرجحة على الجهاز والهبوط	
١٩	1\2\2015	جهاز الحلق + المواصفات الفنية للجهاز وكيفية التعلق	شرح عملي للطلاب	
٢٠	8\2\2015	المرجحة البندولية وأنواع الارتكاز لجهاز الحلق	التطبيق العملي	
٢١	15\2\2015	طاولة القفز المواصفات الفنية للجهاز وأنواع القفز (ضما وفتحاً)	التطبيق العملي	
٢٢	22\2\2015	جهاز المتوازي المواصفات الفنية		

		للجهاز		
	التطبيق العملي	المرجحة الأمامية والخلفية والوقوف على الاكتاف على جهاز المتوازي	1\3\2015	٢٣
	التطبيق العملي	جهاز العقلة + المواصفات الفنية للجهاز	8\3\2015	٢٤
		الإصابات الرياضية	15\3\2015	٢٥
		المدرّب واللاعب (واجبات وحقوق)	22\3\2015	٢٦
		التحكيم في الجمناستيك	29\3\2015	٢٧
	التطبيق العملي	مراجعته عامه للحركات الأرضية	5\4\2015	٢٨
	التطبيق العملي	مراجعته عامه للحركات على الأجهزة	12\4\2015	٢٩
	الامتحان العملي	الامتحان النظري	19\4\2015	٣٠
	الامتحان العملي النهائي	الامتحان النظري النهائي	26\4\2015	٣١
			3\5\2015	٣٢

توقيع العميد:

توقيع الاستاذ:

أ.م. د نزار حسين جعفر النفاخ

م.م محمد ساجت عيدان