

جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة : الكوفة
الكلية : التربية الرياضية
القسم : فرع العلوم النظرية
المرحلة : الرابعة
اسم المحاضر الثلاثي : عمار مكي علي
اللقب العلمي : استاذ مساعد
المؤهل العلمي : دكتوراه
مكان العمل : كلية التربية الرياضية / جامعة الكوفة

جدول الدروس الاسبوعي

الاسم					عمار مكي علي النجم					
البريد الالكتروني					Ammarm.alnajem@uokufa.edu.iq					
اسم المادة					الساحة والميدان					
مقرر الفصل					٣٠ اسبوع					
اهداف المادة					١-الاسس النظرية والعملية لفعاليات العشاري ٢- التخطيط لتدريبات فعاليات العشاري ٣- كيفية احتساب النقاط واجراء الترتيب النهائي للمتسابقين ٤-كيفية تنظيم الفعاليات واجراء مسابقة العشاري					
التفاصيل الاساسية للمادة										
الكتب المنهجية					العاب الساحة والميدان					
المصادر الخارجية					١- سباقات المضمار ومسابقات الميدان ،تعليم ، تكنيك ، تدريب ٢- دليل التعليم والتدريب في مسابقات الرمي ٣- الاسس الميكانيكية والتحليلية والفنية في فعاليات الميدان والمضمار ٤- الاسس النظرية و الميكانيكية في تدريب الفعاليات العشرية للرجال والسباعي للنساء					
تقديرات الفصل					الفصل الدراسي الاول		الفصل الدراسي الثاني		الامتحان النهائي	
					25%		25%		50%	
معلومات اضافية					تقسم درجة الفصل الاول والثاني والامتحان النهائي ١-الامتحان النظري ١٠ درجة ٢- الامتحان العملي ١٥ درجة تقسم درجة الامتحان النهائي ١-الامتحان النظري ٣٠ درجة ٢- الامتحان العملي ٢٠ درجة					

جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة : الكوفة
الكلية : التربية الرياضية
القسم : فرع العلوم النظرية
المرحلة : الثانية
اسم المحاضر الثلاثي : عمار مكي علي
اللقب العلمي : استاذ مساعد
المؤهل العلمي : دكتوراه
مكان العمل : كلية التربية الرياضية / جامعة الكوفة

جدول الدروس الاسبوعي

الملاحظات	المادة العلمية	المادة النظرية	التاريخ	الاسبوع
	البدايات والاركاض السريعه		23/9/2014	1
	التدريب البدايات والاركاض السريعه		30/9/2014	2
	التدريب البدايات والاركاض السريعه		7/10/2014	3
		الاسس النظرية لفعاليات السرعة	14/10/2014	4
	دفع الثقل والوثب الطويل		21/10/2014	5
	التدريب على فعالية دفع الثقل والوثب الطويل		28/10/2014	6
	التدريب على فعالية دفع الثقل والوثب الطويل		4/11/2014	7
		الاسس النظرية لفعاليات دفع الثقل والوثب الطويل	11/11/2014	8
	فعالية 110 م حواجز ورمي الرمح		18/11/2014	9
	التدريب فعالية 110 م حواجز ورمي الرمح		25/11/2014	10
	التدريب على فعالية 110 م حواجز ورمي الرمح		2/12/2014	11
		امتحان نظري	9/12/2014	12
	امتحان عملي		16/12/2014	13
	فعالية القفز بالعصا ورمي القرص		23/12/2014	14
	التدريب فعالية القفز بالعصا ورمي القرص		30/12/2014	15
	لامتحان عملي لفعاليات اليوم الاول من سباق العشاري		6/1/2015	16
	التدريب فعالية القفز بالعصا ورمي القرص		17/2/2015	17
	التدريب فعالية القفز بالعصا ورمي القرص		24/2/2015	18
		الاسس النظرية لفعالية القفز بالعصا ورمي القرص	3/3/2015	19
	فعالية الوثب العالي و 400 متر حرة		10/3/2015	20
	التدريب لفعالية الوثب العالي و 400 متر حرة		17/3/2015	21
	التدريب لفعالية الوثب العالي و 400 متر حرة		24/3/2015	22
	امتحان عملي	الاسس النظرية لفعالية الوثب العالي و 400 متر حرة	31/3/2015	23
	المسافات المتوسطة		7/4/2015	24
	التدريب على المسافات المتوسطة		14/4/2015	25
		الاسس النظرية للمسافات	21/4/2015	26

		المتوسطة		
		الاسس النظرية لتخطيط التدريب لفعالية العشاري	28/4/2015	٢٧
		كيفية احتساب النقاط وترتيب المتسابقين لفعالية العشاري	5/5/2015	٢٨
	تدريبات عملية لتدريب العشاري		12/5/2015	٢٩
		امتحان نظري	19/5/2015	٣٠
	امتحان اليوم الثاني لمسابقات العشاري		26/5/2015	٣١