

جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة: جامعة الموصل
الكلية: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
القسم: الالعب الفردية
المرحلة: الثانية
اسم المحاضر الثلاثي: ابي رامز عبد الغني
اللقب العلمي: استاذ مساعد
المؤهل العلمي: دكتوراه
مكان العمل: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جدول الدروس الاسبوعي

الاسم							ا.م.د. ابي رامز عبد الغني ، ا.م فراس محمود علي						
البريد الالكتروني							Obey-aLbakri@yahoo.com ، alkhoky77@yahoo.com						
اسم المادة							الجمناستك الفني للرجال						
مقرر الفصل							فرع الالعب الفردية						
اهداف المادة							تعليم مهارات الجمناستك + وامكانية تدريس الطلاب لهذه الفعالية بعد تخرجهم من الكلية						
التفاصيل الاساسية للمادة							شرح مهارات الجمناستك ليفهمها ويتعلمها الطلاب + شرح اهم طرق الامان والمساعدة التي يجب ان يتعلمها الطالب						
الكتب المنهجية							اسسس العلمية والتعليمية للحركات الجمناستيكية						
المصادر الخارجية							تاريخ الجمناستك الحديث وفي العراق واهم مبادئ الجمناستك						
الدرجة النهائية		الامتحان النهائي		الفصل الدراسي الثاني		الفصل الدراسي الاول		تقديرات الفصل					
		٥٠%		٢٥%		٢٥%							
١٠٠%		نظري نهائي	عملي نهائي	عملي	نظري	عملي	نظري	معلومات اضافية					
		٢٠%	٣٠%	١٥%	١٠%	١٥%	١٠%						

جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة: جامعة الموصل
الكلية: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
اسم القسم: الالعاب الفردية
المرحلة: الثانية
اسم المحاضر الثلاثي: د. ابي رامت عبد الغني
اللقب العلمي: استاذ مساعد
المؤهل العلمي: دكتوراه
مكان العمل: كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جدول الدروس الاسبوعي

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العلمية	الملاحظات
١	٢٠١٧ / /	شرح النواحي الفنية لمهارة الدرجة الامامية ضما ومهارة العجلة البشرية واهم طرق المساعدة والاخطاء الشائعة	تطبيق عملي لمهارة الدرجة الامامية والعجلة البشرية	
٢	٢٠١٧ / /	شرح مهارة الدرجة الخلفية والنواحي الفنية والاخطاء الشائعة وطرق المساعدة ومهارة الاميزان الامامي	تطبيق عملي لمهارة الدرجة الخلفية	
٣	٢٠١٧ / /	شرح مهارة الوقوف على اليدين والنواحي الفنية والاخطاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي للوقوف على اليدين باستخدام الوسائل التعليمية للحركة	
٤	٢٠١٧ / /	تعليم مهارة الوقوف على الراس والنواحي الفنية والاخطاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي لحركة الوقوف على الراس واستخدام الزميل كمساعدة على الثبات	
٥	٢٠١٧ / /	تعليم الدرجة فتحا والنواحي الفنية والاطفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق الحركة عمليا من خلال استخدام المنحدر كوسيلة تعلم ومن ثم اداء الحركة	
٦	٢٠١٧ / /	تعليم مهارة الغطس للطلاب والنواحي الفنية والاخطاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق الحركة تدريجيا يتم اولا من الثبات ومن ثم التدرج بالمهارة من الحركة	
٧	٢٠١٧ / /	شرح تاريخ الجمناستك و الجمناستك الحديث واهم المحاور وطرق	تطبيق عملي لجميع الحركات على شكل سلاسل حركية والتاكيد على تكرار الحركات	
٨	٢٠١٧ / /	شرح المرجحة الامامية والخلفية من التعلق على الايطين. والمرجحة على اليدين على جهاز المتوازي والنواحي الفنية والاطفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي للمهارات السابقة تطبيق عملي لحركة المرجحة الامامية والخلفية بالايطين	
٩	٢٠١٧ / /	شرح مهارة الوقوف على الاكتاف على جهاز المتوازي والدرجة فتحا والنواحي الفنية والاطفاء الشائعة وطرق المساعدة	تطبيق عملي والتعليم الطلاب على اداء الوقوف على الاكتاف ومن ثم الدرجة على الجهاز	
١٠	٢٠١٧ / /	شرح الهبوط من المرجحة الامامية والخلفية بنصف لفة لداخل على جهاز المتوازي والنواحي الفنية والاخطاء الشائعة وطرق	تطبيق عملي على اداء الهبوط على جهاز المتوازي	
١١	٢٠١٧ / /	شرح مادة نظرية حول اهم المحاور الجسم ووضع الاعب بالنسبة للجهاز	تطبيق عملي لما سبق للمهارات السابقة تطبيق عملي لجميع الحركات على جهاز المتوازي وقيام الطالب باداء الحركات تطبيق عملي لحركة الطلوع الامامي	
١٢	٢٠١٨ / /	شرح الطلوع من المرجحة الامامية للارتكاز على اليدين على جهاز العقلة والنواحي الفنية والاطفاء الشائعة وطرق المساعدة وطرقها التعليمية		
١٣	٢٠١٨ / /	شرح مهارة الدائرة الخلفية الصغيرة على جهاز العقلة الواطنة والنواحي الفنية والاطفاء الشائعة وطرق المساعدة	اعادة ماسبق لحركة الطلوع الامامي للارتكاز الامامي ، تطبيق لحركة الدائرة الصغيرة من الارتكاز على اليدين وقيام بربط الحركتين مع بعضهم	
١٤	٢٠١٨ / /	شرح مهارة الهبوط الامامي على جهاز العقلة الواطنة والنواحي الفنية والاطفاء الشائعة	تطبيق الحركة عمليا من خلال اداء المحاولات وقيام بربط حركات جهاز العقلة كسلسلة مستمرة	
١٥	٢٠١٨ / /	امتحان نظري فصل اول		
١٦	٢٠١٨ / /	امتحان عملي فصل اول للسلاسل الحركية		

عطلة نصف السنة			
اعادة لجميع المهارات السابقة		٢٠١٨ / /	١٧
تطبيق عملي للحركة	مرجحة دخول الرجل وخروجها بالتناوب. والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة واهم الطرق التعليمية	٢٠١٨ / /	١٨
تطبيق الحركة عمليا والممرور بجميع الارتكازات	شرح مهارة الارتكازات على جهاز حصان المقابض السرجي الامامي والخلفي	٢٠١٨ / /	١٩
تطبيق الحركات السابقة وربط حركاتها على شكل سلسلة ، وتطبيق حركة الهبوط الى الجهة الاخرى	شرح مهارة الهبوط الى الجهة الاخرة من الجهاز والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	٢٠١٨ / /	٢٠
تطبيق عملي للحركات لجهاز حصان ذو المقابض واداء الحركات وتكرارها على شكل سلاسل حركية	شرح نظري لاهم طرق المساعدة في الجمناستك	٢٠١٨ / /	٢١
تطبيق الحركة عمليا	شرح مهارة المرجحة الامامية والخلفية على جهاز الحلق والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	٢٠١٨ / /	٢٢
تطبيق الحركة عمليا وتكرارها وربط الحركة السابقة المرجحة بالتعلق المقلوب والكب	شرح مهارة التعلق المقلوب وحركة الكب على جهاز الحلق والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	٢٠١٨ / /	٢٣
تطبيق الحركة عمليا وربط حركة المرخحة بالهبوط بنوعيه	شرح الهبوط ضما والهبوط فتحا والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	٢٠١٨ / /	٢٤
تطبيق عملي لحركات جهاز الحلق واداء الحركات معا على شكل سلسلة حركية	شرح نظري لاهم القبضات المستخدمة في الجمناستك	٢٠١٨ / /	٢٥
تطبيق الحركة القفز ضما على جهاز عرضا	شرح مهارة القفز ضما على جهاز القفز والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة	٢٠١٨ / /	٢٦
تطبيق الحركة بصورة تدريجية	شرح مهارة القفز فتحا على جهاز حصان القفز والنواحي الفنية والاختفاء الشائعة وطرق المساعدة والطرق التعليمية	٢٠١٨ / /	٢٧
اعادة حركات القفز ضما والقفز فتحا على جهاز حصان القفز	شرح نظري لاهم مميزات حركات القوة والمرونة	٢٠١٨ / /	٢٨
	امتحان نظري فصل ثاني	٢٠١٨ / /	٢٩
امتحان عملي للسلاسل الحركية على الاجهزة الثلاثة		٢٠١٨ / /	٣٠
اعادة لجميع الحركات للسلاسل الحركية على جميع الاجهزة الستة		٢٠١٨ / /	٣١
امتحان عملي نهائي لجميع اجهزة الجمناستك		٢٠١٨ / /	٣٢

توقيع العميد

أ.د. ضياء قاسم الخياط

توقيع الاستاذ

أ.م. د.ابي رامت عبد الغني

أ.م. فراس محمود علي