

نموذج رقم ( ١٠ )  
توصيف مقرر دراسي

بيانات المقرر :-

الرمز الكودى : ١٢٦ . ت	اسم المقرر: أساسيات المصارعة (بنين)
التخصص: تمهيدى	الفرقة / المستوى : الأولى
البرنامج التابع له المقرر: بكالوريوس التربية الرياضية	عدد الوحدات الدراسية: نظري : ١ : تطبيقي : ٤
القسم التابع له المقرر: التدريب الرياضي وعلوم الحركة	القسم المنوط به تدريس المقرر: التدريب الرياضي وعلوم الحركة

٢- هدف المقرر:	- إلمام بطبيعة وأسس رياضة المصارعة ومهاراتها الأساسية وكيفية أدائها وتكوين بعض المعلومات البدنية والمهارية المرتبطة برياضة المصارعة.
٣- المستهدف من تدريس المقرر :	
أ- المعلومات والمفاهيم :	- إكساب المعلومات الفنية المرتبطة برياضة المصارعة. - زيادة الجانب المعرفى المرتبط برياضة المصارعة. - التعرف على كيفية تنظيم مسابقات رياضة المصارعة.
ب- المهارات الذهنية :	- تدريب الطلاب على الجمل الحركية الهجومية لرياضة المصارعة. - تدريب الطلاب على عملية التخطيط لمهارات المصارعة. - كيفية ربط الأداء المهارى بالأداء البدنى.
ج- المهارات المهنية الخاصة بالمقرر:	- تدريب الطلاب على إكتساب بعض المهارات الدفاعية والهجومية لرياضة المصارعة.
د/ المهارات العامة:	- تنمية بعض المهارات المرتبطة بتدريب رياضة المصارعة. - إكساب الطلاب بعض النواحي الفنية والتعليمية لرياضة المصارعة.
٤- محتوى المقرر :	- ماهية رياضة المصارعة وأنواعها. - المهارات الهجومية والدفاعية وخصائصها والتحليل الوصفى للأداء. - المواصفات الفنية والقانونية للأجهزة والأدوات. - ملخص القواعد الدولية. - الأمن والسلامة فى اللعب. - تطبيقات تكتيك الأداء وتشكيلاتها التطورية.
٥- أساليب التعليم والتعلم:	- أسلوب التعلم التعاونى.

- أسلوب التعلم الذاتى. - أسلوب التوجيه.	
محاضرات عملية إضافية ساعات مكتبية	٦- أساليب التعليم والتعلم للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة:
	٧- تقويم الطلاب :
- الاختبارات الشفوية. - الاختبارات العملية. - الاختبارات النظرية.	أ- الأساليب المستخدمة:
- الأسبوع الثامن. - الأسبوع التاسع. - الأسبوع العاشر.	ب- التوقيت:
- ٤٥ درجة اختبار نهاية الفصل الدراسى نظرى ٣٠%. - ٤٥ درجة أعمال السنة ٣٠%. - ٦٠ درجة اختبار نهاية الفصل الدراسى عملى ٤٠%. - الإجمالى (١٥٠ درجة) ١٠٠%.	ج- توزيع الدرجات:
	٨- قائمة الكتب الدراسية والمراجع :
- مذكرة القسم.	أ- مذكرات:
	ب- كتب ملزمة:
- سعد على محمود: المبادئ للمصارعة الرومانية والحررة للهواة.	ج- كتب مقترحة:
شبكة الإنترنت	د- دوريات علمية أو نشرات إلخ:

د/ صالح عبد الجابر

أستاذ المقرر : أ.د/ محمود حسن العربى

رئيس مجلس القسم : أ.د/ مدحت شوقى طوس

مدير البرنامج / رئيس مجلس القسم

أساسيات المصارعة	مسمى المقرر
١٢٦. ت	كود المقرر

برنامج: بكالوريوس التربية الرياضية

نموذج ( ١١ )

مصفوفة المعارف والمهارات للمقرر الدراسي

مهارات عامة	مهارات مهنية	مهارات ذهنية	المعارف	أسبوع الدراسة	المحتويات الرئيسية للمقرر
د - ٢	ج - ١	ب - ١	أ - ١	٢	- ماهية رياضة المصارعة.
د - ٣	ج - ١	ب - ٣	أ - ٢	٢	- المهارات الهجومية والدفاعية وأنواعها وخصائصها.
د - ١	ج - ١	ب - ٢	أ - ٢	٢	- التحليل الوصفي للأداء المهارى.
د - ١	ج - ١	ب - ٢	أ - ٢	٢	- المواصفات الفنية والقانونية للأدوات.
د - ١	ج - ١	ب - ٢	أ - ٢	٢	- ملخص القواعد الدولية للمصارعة.
د - ١	ج - ١	ب - ٢	أ - ٢	١	- الأمن والسلامة فى الملعب.
د - ١	ج - ١	ب - ٢	أ - ٢	١	- تطبيقات تكنيك الأداء وتشكيلاتها التطبيقية.
د - ١	ج - ١	ب - ٢	أ - ٢	١	- أهمية القوة العضلية.
د - ١	ج - ١	ب - ٣	أ - ٢	١	- أهم الإصابات الشائعة.

د/ صالح عبد الجابر

أستاذ المقرر : أ.د/ محمود حسن العربى

رئيس مجلس القسم : أ.د/ مدحت شوقى طوس

مدير البرنامج/ رئيس مجلس القسم