

جامعة: أسيوط

كلية: التربية الرياضية

قسم: الإدارة الرياضية والترويج

توصيف مقرر أساسيات الجمباز الإيقاعي (بنات)

| ١- بيانات المقرر            |   |   |
|-----------------------------|---|---|
| الرمز الكودي: ١٢٧ د.        | اسم المقرر: أساسيات الجمباز الإيقاعي (بنات)   | الفرقة / المستوى: الأولي<br>الفصل الدراسي الثاني  |
| التخصص: تمهيدي              | عدد الوحدات الدراسية: نظري ١ عملي ٤   |   |
| ٢- هدف المقرر               |   | دراسة المكونات الأساسية للجمباز الإيقاعي وكيفية أدائها وتطبيقات المصاحبة الموسيقي المصاحبة للعروض الفنية. |
| ٣- مخرجات التعلم المستهدفة: |   |   |
| أ- المعلومات والمفاهيم :    | <p>أ/١- أن تتعرف الطالبة علي ماهية وتاريخ الجمباز الإيقاعي.</p> <p>أ/٢- أن تفهم الطالبة أساسيات الجمباز الإيقاعي بالجمال الموسيقية.</p> <p>أ/٣- أن تلم الطالبة بأسس تطبيق الجمباز الإيقاعي عن الجمال الموسيقية.</p>   |   |
| ب- المهارات الذهنية :       | <p>ب/١- أن تصنف الطالبة مبادئ وأساسيات الجمباز الإيقاعي.</p> <p>ب/٢- أن تحلل الطالبة عناصر اللياقة البدنية الخاصة برياضة الجمباز الإيقاعي.</p> <p>ب/٣- أن تستبطن الطالبة المهارات المركبة في الجمباز الإيقاعي.</p>  |   |
| ج- المهارات المهنية :       | <p>ج/١- أن تطبق الطالبة الأداء الحركي الصحيح لمهارات الجمباز الإيقاعي.</p> <p>ج/٢- أن تصمم الطالبة عروض الجمباز الإيقاعي الموسيقي والإيقاع الحركي.</p> <p>ج/٣- أن تستخدم الطالبه الادوات القانونية المختلفة فى الجمباز الإيقاعي.</p>  |   |
| د- المهارات العامة :        | <p>د/١- أن يتكون لديها القدرة على تطوير الصفات الإدارية والخلقية كالثقة بالنفس احترام الذات - قوة الإرادة.</p> <p>د/٢- ان تستخدم الطالبة شبكة المعلومات الدولية.</p>  |   |
| ٤- محتوى المقرر :           | <p>١- ماهية الجمباز الإيقاعي وأهميته.</p> <p>٢- تاريخ الجمباز الإيقاعي.</p> <p>٣- المصطلحات الخاصة بالجمباز الإيقاعي.</p> <p>٤- الأنشطة الهوائية.</p> <p>٥- أسس منهج الجمباز الإيقاعي.</p> <p>٦- أدوات قانون الجمباز الإيقاعي ومواصفاتها.</p> <p>٧- المجموعات الأساسية في الجمباز الإيقاعي مهارات الجسم - مهارات الأدوات (الوثبات . الدورانات - التمرجات - المهرجانات).</p> <p>٨- الأعداد المهارى والأداء الحركى لمهارات الجمباز الإيقاعي.</p> <p>٩- تدريبات المجموعات الأساسية للجمباز الإيقاعي.</p> <p>١٠ تصميم عروض الجمباز الإيقاعي الموسيقي والإيقاع الحركي.</p> |   |

|  |  |
|--|--|
| <p>١١- الإيقاع والموسيقى وإيقاع الحركة.<br/>١٢- البطولات المحلية الدولية للجمباز الإيقاعي.</p>   |  |
| <p>- المحاضرات (العملية والنظرية).<br/>- المشروعات والأبحاث. - المناقشة والحوار.<br/>- العصف الذهني. - التعلم التعاوني.</p>  | <p>٥- أساليب التعليم والتعلم .</p>                               |
| <p>أ/ طلاب متميزين: - محاضرات إضافية.<br/>- الساعات المكتبية. - إستخدام شبكة المعلومات<br/>ب/ طلاب متعسرين:<br/>- تفعيل الساعات المكتبيه.<br/>- تدريبات عمليه إضافيه - محاضرات إضافية.<br/>- عرض فيديوهات، وسائل مساعدة - إستخدام شبكة المعلومات</p>   | <p>٦- أساليب التعليم والتعلم للطلاب<br/>ذوى القدرات المحدودة</p> |
|  | <p>٧- تقويم الطلاب:-</p>   |
| <p>- اختبارات عملية مرحلية لتقييم مستوى الأداء المهاري.<br/>- اختبارات نظرية لتقييم مستوى التحصيل الدراسي.<br/>- أوراق دراسية لتقييم مستوى الفهم والبحث بأسلوب علمي.</p>   | <p>أ- الأساليب المستخدمة</p>                                     |
| <p>أعمال السنة عملي ونظري:<br/>- التقييم الأول: الأسبوع الثامن.<br/>- التقييم الثاني: الأسبوع الثاني عشر العاشر.<br/>نهاية الفصل الدراسي: وفقاً للجدول الزمني الذي تحدده الكلية</p>  | <p>ب- التوقيت</p>  |
| <p>- أعمال السنة: ٤٥ درجة بنسبة ٣٠%<br/>- امتحان نهاية الفصل الدراسي عملي: ٦٠ درجة بنسبة ٤٠%<br/>- امتحان نهاية الفصل الدراسي نظري: ٤٥ درجة بنسبة ٣٠%<br/>- النهائية العظمى ١٥٠ درجة</p>   | <p>ج- توزيع الدرجات</p>  |
|  | <p>٨- قائمة الكتب الدراسية والمراجع :</p>                        |
| <p>مذكرة الجمباز الإيقاعي بالاسطوانة المدمجة من قبل الجامعة</p>  | <p>أ- مذكرات:</p>  |
| <p>- لا يوجد</p>   | <p>ب- كتب ملزمة</p>  |
| <p>- كتاب الاتحاد المصري للجمباز الإيقاعي والقانون -أسس تدريب الجمباز الإيقاعي (د/ياسمين البحار)<br/>- التمرينات الحديثة صعوبتها واسلوب تقييمها (د/ نائرة العبد)<br/>- أساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية (د/ عطيات خطاب)<br/>- العمليات النفس حركية فى الجمباز الإيقاعى (د/ يسريه إبراهيم)<br/>- التمرينات الإيقاعية التنافسية والعروض الرياضية (د/ عنايات فرج)<br/>- كتاب الاتحاد المصري للجمباز الإيقاعى والقانون (د/ ماجدة إسماعيل)<br/>- المبادئ الأساسية للتمرينات والجمباز الإيقاعى (د/ إيمان عبدالله عبد الحميد)</p> | <p>ج- كتب مقترحة:</p>  |
| <p>-التواصل مع شبكة المعلومات الدولية</p>  | <p>هـ- دوريات علمية ونشرات:</p>                                  |



---

**أستاذ المقرر**  
**أ.د/ رانيا مرسى أبو العباس**

**رئيس مجلس القسم**  
**أ.د/ عمرو محمد إبراهيم**

مصفوفة المعارف والمهارات المستهدفة من المقرر الدراسي

|             |                          |
|-------------|--------------------------|
| مسمى المقرر | أساسيات الجمناز الإيقاعي |
| كود المقرر  | د. ١٢٧                   |

| م  | المحتويات للمقرر  | مخرجات التعلم المستهدفة للمقرر |    |    |                    |    |    |                    |    |    |                   |    |   |   |
|----|---|--------------------------------|----|----|--------------------|----|----|--------------------|----|----|-------------------|----|---|---|
|    |   | المعلومات والمفاهيم أ          |    |    | المهارات الذهنية ب |    |    | المهارات المهنية ج |    |    | المهارات العامة د |    |   |   |
|    |   | أ١                             | أ٢ | أ٣ | ب١                 | ب٢ | ب٣ | ج١                 | ج٢ | ج٣ | د١                | د٢ |   |   |
| ١  | ماهية الجمناز الإيقاعي وأهميته.   | ×                              |    |    |                    |    |    |                    |    |    |                   |    |   |   |
| ٢  | تاريخ الجمناز الإيقاعي.   |                                |    |    | ×                  |    |    |                    |    |    |                   |    |   |   |
| ٣  | المصطلحات الخاصة بالجمناز الإيقاعي.   |                                |    |    |                    | ×  |    |                    |    |    |                   |    | × |   |
| ٤  | الأنشطة الهوائية.   |                                |    | ×  |                    |    |    |                    | ×  |    |                   |    | × |   |
| ٥  | أسس منهج الجمناز الإيقاعي.  |                                |    |    |                    | ×  |    |                    |    |    |                   |    |   | × |
| ٦  | أدوات قانون الجمناز الإيقاعي ومواصفاتها.  |                                |    |    |                    |    |    |                    |    | ×  |                   |    |   |   |
| ٧  | المجموعات الأساسية في الجمناز الإيقاعي مهارات الجسم - مهارات الأدوات (الوثبات - الدورانات - التموجات - المهرجات). |                                |    |    |                    |    |    |                    | ×  |    |                   |    |   |   |
| ٨  | الأعداد المهاري والأداء الحركي لمهارات الجمناز الإيقاعي.  |                                | ×  |    |                    |    |    |                    |    |    |                   |    |   | × |
| ٩  | تدريبات المجموعات الأساسية للجمناز الإيقاعي.  |                                |    |    |                    | ×  |    |                    |    |    |                   |    |   |   |
| ١٠ | تصميم عروض الجمناز الإيقاعي الموسيقي والإيقاع الحركي.   |                                |    |    |                    |    |    |                    |    |    |                   |    | × | × |
| ١١ | الإيقاع والموسيقى وإيقاع الحركة.  |                                |    |    |                    |    |    |                    |    |    |                   |    | × |   |
| ١٢ | لبطولات المحلية الدولية للجمناز الإيقاعي.   |                                |    |    |                    |    |    |                    |    |    |                   |    | × | × |

أستاذ المقرر

أ.د/ رانيا مرسى أبو العباس

رئيس مجلس القسم

أ.د/ عمرو محمد إبراهيم

مصفوفة أساليب التعليم والتعلم للمقرر الدراسي

|             |                          |
|-------------|--------------------------|
| مسمى المقرر | أساسيات الجمباز الإيقاعي |
| كود المقرر  | د. ١٢٧                   |

| م | أساليب التعليم والتعلم للمقرر   | مخرجات التعلم المستهدفة للمقرر |    |    |                       |    |    |                       |    |    |                      |    |
|---|---------------------------------|--------------------------------|----|----|-----------------------|----|----|-----------------------|----|----|----------------------|----|
|   |                                 | المعلومات والمفاهيم<br>أ       |    |    | المهارات الذهنية<br>ب |    |    | المهارات المهنية<br>ج |    |    | المهارات العامة<br>د |    |
|   |                                 | أ١                             | أ٢ | أ٣ | ب١                    | ب٢ | ب٣ | ج١                    | ج٢ | ج٣ | د١                   | د٢ |
| ١ | - المحاضرات (العملية والنظرية). | ×                              |    |    | ×                     |    |    |                       | ×  |    |                      | ×  |
| ٢ | - المشروعات والأبحاث.           |                                | ×  |    | ×                     |    |    |                       | ×  |    |                      |    |
| ٣ | - المناقشة والحوار.             |                                | ×  |    |                       | ×  | ×  |                       |    |    | ×                    |    |

أستاذ المقرر  
أ.د/ رانيا مرسى أبو العباس

رئيس مجلس القسم  
أ.د/ عمرو محمد إبراهيم

مصفوفة أساليب تقييم المقرر الدراسي

|                         |             |
|-------------------------|-------------|
| أساسيات الجميز الإيقاعي | مسمى المقرر |
| د. ١٢٧                  | كود المقرر  |

| مخرجات التعلم المستهدفة للمقرر |    |    |                  |    |    |                  |    |    |                    |    | أساليب تقييم المقرر | م                           |
|--------------------------------|----|----|------------------|----|----|------------------|----|----|--------------------|----|---------------------|-----------------------------|
| المهارات العامة                |    |    | المهارات المهنية |    |    | المهارات الذهنية |    |    | المعلومات والفاهيم |    |                     |                             |
| د                              | د١ | د٢ | ج١               | ج٢ | ج٣ | ب١               | ب٢ | ب٣ | أ١                 | أ٢ | أ٣                  |                             |
|                                | ×  |    | ×                |    |    | ×                |    |    | ×                  |    |                     | ١ أوراق دراسية بحثية جماعية |
| ×                              |    |    | ×                |    |    | ×                |    |    | ×                  |    |                     | ٢ إمتحان أعمال السنة        |
|                                | ×  | ×  | ×                |    |    | ×                |    |    | ×                  |    |                     | ٣ إمتحان عملي أعمال السنة   |
| ×                              |    |    | ×                |    |    | ×                |    |    | ×                  |    |                     | ٤ إمتحان أعمال السنة تحريري |
| ×                              |    |    | ×                | ×  |    | ×                |    |    | ×                  |    |                     | ٥ امتحان تحريري نهاية العام |

أستاذ المقرر

أ.د/ رانيا مرسى أبو العباس

رئيس مجلس القسم

أ.د/ عمرو محمد إبراهيم