



قسم ألعاب القوى

نموذج (7)

نموذج لتوصيف مقرر المقرر تطبيقات عملية في رياضة التخصص (1) (للعام الأكاديمي 2024/2023)

جامعة / أكاديمية : المنيا

كلية / معهد : كلية التربية الرياضية

قسم : ألعاب القوى

1- بيانات المقرر		
الرمز الكودي : 709 أ. ق	اسم المقرر: تطبيقات عملية في رياضة التخصص 1	الفرقة / المستوى : الرابعة
التخصص : ألعاب القوى	عدد الوحدات الدراسية : نظري 2 عملي 4	

2- هدف المقرر :		اكتساب الطلاب تنفيذ المعارف والمهارات الخاصة بألعاب القوى
3- المخرجات التعليمية المستهدفة :		
أ- المعرفة والفهم :	أ-1 يعرف الهدف البدني والمهاري لبعض تقسيمات السباقات ومسابقات . أ-2 يفهم المتطلبات البدنية العامة والخاصة للسباقات والمسابقات . أ-3 يلم بالوسائل الحديثة لتنمية الاداء المهاري لكل سباق ومسابقة .	
	ب-1 يحدد طرق التدريب المناسبة لبعض السباقات ومسابقات . ب-2 يختار الوسائل المكملية لتدريب بعض السباقات ومسابقات . ب-3 يميز بين اساليب التدريب المختلفة لتنمية العنصر البدني والمهاري .	
	ج-1 يخطط لوحدة تدريبية لبعض السباقات والمسابقات . ج-2 يطبق الوحدات التدريبية المعدة سابقا لاي سباق او مسابقة . ج-3 يستخدم الادوات البديلة والحديثة في الوحدة التدريبية .	
	د-1 يستخدم بعض التقنيات الحديثة لاعداد نماذج اساسية للتدريب . د-2 يتفاعل مع المتدربين بشكل ايجابي وقيادي . د-3 يستطيع جمع البيانات من مصادر علمية مختلفة واستخدامها .	



قسم ألعاب القوى



4- محتوى المقرر :			
الاسبوع	المحتوي العلمي	عدد الساعات	المحاضرة تدريبات / عملية
1.	تدريب المسافات القصيره	6	2
2.	تدريب سباقات الموانع	6	2
3.	تدريب مسابقة الوثب الطويل	6	2
4.	تدريب مسابقة الوثب الثلاثي	6	2
5.	تدريب مسابقة دفع الجله	6	2
6.	تدريب مسابقة قفز بالزانة	6	2
7.	تدريب مسابقة قفز بالزانة	6	2
8.	تدريب مسابقة القفز بالزانة	6	2
9.	تدريب مسابقة القفز بالزانة	6	2
10.	تدريب مسابقة قذف القرص	6	2
11.	تدريب سباقات المشي	6	2
12.	مراجعة عامة	6	2
5- أساليب التعليم والتعلم		المحاضرة -العصف الذهني -التعلم التعاوني - حل المشكلات	
6- تقويم الطلاب :			
أ- الأساليب المستخدمة		امتحان اعمال السنة الامتحان العملي الامتحان النهائي التحريري	
ب- التوقيت		الاسبوع السادس ، الثاني عشر وفقا لجدول الامتحانات العملية وفقا لجدول الامتحانات التحريرية	
ج- توزيع الدرجات		امتحان اعمال السنة 60 درجة الامتحان العملي 60 درجة الامتحان النهائي التحريري 80 درجة	
7- قائمة الكتب الدراسية والمراجع :			
أ- مذكرات : مذكرة الكترونية تطبيقات ألعاب القوى			
ب- كتب ملزمة : بسطويسى احمد : سباقات المضمار مسابقات الميدان (تعليم ، تكنيك ، تدريب)			
ج- كتب مقترحة : ريسان خريط : ألعاب القوى			
د - دوريات علمية أو نشرات ... مجلة علوم الرياضة - بنك المعرفة			

رئيس مجلس القسم العلمي
أ.د/ محمد حسين دكروري

منسق المقرر
أ.م.د/ مروة سعد عبد الرحيم