



توصيف مقرر رياضة تخصصيه اختياريه (2) (العاب القوى)

جامعة: المنيا

كلية: التربية الرياضية

قسم: العاب القوى

1- بيانات المقرر		
الرمز الكودي: كود (711 أ . ق)	أسم المقرر: رياضة تخصصيه اختياريه (2)	الفرقة: الرابعة
التخصص: (العاب القوى)	عدد الوحدات الدراسية: نظري (1) عملي (2)	
2- هدف المقرر:	اكتساب الطالب المعارف والمعلومات والمهارات العملية الاساسية الخاصة بسباقات ومسابقات العاب القوى	
3- المستهدف من تدريس المقرر: ILOS		
أ- المعلومات والمفاهيم	أ-1 يلم بالمعارف والمعلومات عن جميع المسابقات المقرر أ-2 يدرك الجوانب القانونيه للمسابقات المقرر . أ-3 يعرف المراحل الفنيه للمسابقات المقرر .	
	ب-1 يصنف سباقات العدو والحواجز والتتابعات . ب-2 يكتشف الاخطاء الفنيه الشائعه وتصحيحها في المسابقات المقرر . ب-3 يدرك الخطوات التعليميه الخاصة بالمسابقات المقرر .	
ج- المهارات المهنية والعملية:	ج-1 يتمكن من الاداء الفني للسباقات والمسابقات المقرر . ج-2 يستخدم الادوات البديلة فى تعليم مسابقات وسباقات العاب القوى . ج-3 يطبق مجموعة من التمرينات التي تساهم في تطوير المراحل الفنيه فى ألعاب القوى . ج-4 يطبق المعلومات الخاصة بالاداء الفني لتدريب سباقات ومسابقات العاب القوى	
	د-1 يستخدم الوسائل التكنولوجية فى التواصل بين استاذ المقرر والزلاء . د-2 يستخدم التقنيات الحديثة لعرض فيديوهات توضيحية للأداء الفني للسباقات فى ألعاب القوى . د-3 يتقن جمع المعلومات من مصادر مختلفة .	



الموضوع	عدد الساعات	المحاضرة	تمارين / عملي
1- تقسيمات سباقات ومسابقات العاب القوى	3	1	2
2- العلوم المرتبطة بالعباب القوي	3	1	2
3- سباقات المسافات القصيرة	3	1	2
4- الوثب العالي	3	1	2
5- الوثب الثلاثي	3	1	2
6- المسافات المتوسطة والطويلة	3	1	2
7- رمي الرمح	3	1	2
8- قذف القرص	3	1	2
9- دفع الجلة	3	1	2
10- سباقات المشي	3	1	2
11- اطاحة مطرقة	3	1	2
12- مراجعة	3	1	2

4- محتوى المقرر:

- المحاضرة والنقاش .
- التعلم الالكتروني
- الاوامر .
- التعلم التعاوني

5- ساليب التعليم والتعلم

6- تقييم الطلاب:

أ- الاساليب المستخدمة	• أعمال السنة • الاختبارات العملية • الاختبارات النظرية
ب- التوقيت	• أعمال السنة • الاختبارات العملية • الاختبارات النظرية
ج- توزيع الدرجات	• أعمال السنة • الاختبارات العملية • الاختبارات النظرية

7- قائمة الكتب الدراسية والمراجع:

أ- مذكرات	مذكرة رياضة اختيارية 2 التخصص العاب القوى 2020
ب- كتب ملزمة	بسطويسى أحمد : سباقات المضمار ومسابقات الميدان ، دار الفكر العربي ، 1997م
ج- كتب مقترحة	صدقي احمد سلام : العاب القوى ، مركز الكتاب للنشر ، 2014
د- دوريات علمية	www.sports-coach.net
	www.Athetics.org.au