



توصيف مقرر كاراتيه (2)

جامعة: المنيا

كلية: التربية الرياضية

قسم: المنازلات والرياضات الفردية

توصيف المقرر

| 1- بيانات المقرر | |
|---------------------------------------|---|
| الفرقة: الثالثة | أسم المقرر: كاراتيه (2) |
| الرمز الكودي: كود 510 م.ف | عدد الوحدات الدراسية: نظري (1)، عملي (2) |
| التخصص: (المنازلات والرياضات الفردية) | تطبيق المهارات والمعارف والمعلومات المرتبطة برياضة الكاراتيه وفهم دورها التربوي والنفسي والاجتماعي وأهميتها في بناء المجتمع. |
| 2- هدف المقرر: | 3- المستهدف من تدريس المقرر: |
| أ. المعلومات والمفاهيم | 1. يعرف اللوائح والقواعد والقوانين الخاصة برياضة الكاراتيه وكيفية تنظيم المسابقات الرياضية وأساليب المشاركة فيها. 2. يختار طرق تدريب وأدوات وأجهزة بمقدورها مواكبة التطور المستمر في رياضة الكاراتيه. 3. يستنتج المصطلحات العلمية واللغوية في مجال رياضة الكاراتيه. |
| ب. المهارات الذهنية | 1. يحلل مهارات الكاراتيه في ضوء أسس الحركة الرياضية. 2. يحدد المعوقات التي تواجه ممارسة رياضة الكاراتيه في محافظة المنيا. 3. يوظف أساليب التقويم خلال أداء مهارات رياضة الكاراتيه. |
| ج. المهارات المهنية والعملية | 1. ينفذ مهارات رياضة الكاراتيه بإتقان. 2. يستخدم استراتيجيات متنوعة للتعلم. 3. يطبق طرق وأساليب التعليم والتدريب المناسبة لمهارات رياضة الكاراتيه. |
| د. المهارات العامة والقبالة للنقل | 1. يستعمل التكنولوجيا في عملية التعلم. 2. يؤدي بإيجابية تحت الضغوط المختلفة. 3. يوظف مصطلحات اللغة اليابانية في البيئة التعليمية والتدريبية والتحكيمية. |



| تمارين/ عملي | المحاضرة | عدد الساعات | الموضوع | |
|--|----------|----------------|---|-------------------|
| 2 | 1 | 3 | مقدمة لرياضة الكاراتيه- وقفة الانتباه التحية وقفة الاستعداد | 4-محتوى المقرر: |
| 2 | 1 | 3 | وضع الارتكاز الأمامي ووضع الارتكاز الخلفي- تطبيقات عملية على الأوضاع. | |
| 2 | 1 | 3 | ملعب المباراة + الكاتا الثانية من الحركة 1 الى 3 | |
| 2 | 1 | 3 | زي اللاعب + الكاتا الثانية من الحركة 4 الى 6 | |
| 2 | 1 | 3 | زي المدرب + الكاتا الثانية من الحركة 7 الى 9 | |
| 2 | 1 | 3 | طاقم الحكام + الكاتا الثانية من الحركة 10 الى 11 | |
| 2 | 1 | 3 | معايير تقييم الكاتا + الكاتا الثانية من الحركة 12 الى 15 | |
| 2 | 1 | 3 | الأخطاء في الكاتا + الكاتا الثانية من الحركة 16 الى 17 | |
| 2 | 1 | 3 | الاقضاء في الكاتا + الكاتا الثانية من الحركة 18 الى 22 | |
| 2 | 1 | 3 | زمن مباراة الكوميتيه + الكاتا الثانية من الحركة 23 الى 26 | |
| 2 | 1 | 3 | مناطق التسجيل + الكاتا الثانية من الحركة 1 الى 26 | |
| 2 | 1 | 3 | أزمة الكاراتيه - ايون كوميتيه - هجوم بعد الدفاع | |
| 2 | 1 | 3 | بعض القوانين في رياضة الكاراتيه- تطبيق عملي لتسجيل النقاط. | |
| 2 | 1 | 3 | مدارس الكاراتيه + الكاتا الثانية من الحركة 1 الى 26 | |
| • المحاضرة | | | | 5- أساليب التعليم |
| • ورش العمل للتعلم | | | | والتعلم |
| • التحضير المسبق للمحاضرات | | | | 6-تقييم الطلاب: |
| • أعمال السنة | | | | أ- الأساليب |
| • الاختبارات العملية | | | | المستخدمة |
| • الاختبارات النظرية | | | | |
| • أعمال السنة | | | | ب- التوقيت |
| اختبار الأسبوع السادس، الأسبوع الثاني عشر، تكاليفات طول العام. | | | | |
| الأسبوع الرابع عشر | | | | |
| الأسبوع الخامس عشر | | | | |
| • أعمال السنة | | | | ج- توزيع الدرجات |
| 30 درجة | | | | |
| • الاختبارات العملية | | | | |
| 30 درجة | | | | |
| • الاختبارات النظرية | | | | |
| 40 درجة | | | | |
| 7- قائمة الكتب الدراسية والمراجع: | | | | |



| | |
|--|--------------------------|
| https://courses.minia.edu.eg قسم المنازلات والرياضات الفردية (2023): مذكرة الكاراتيه (2) | أ. مذكرات |
| - | ب. كتب ملزمة |
| - أحمد محمود محمد إبراهيم (1995): مبادئ التخطيط للبرامج التعليمية والتدريبية رياضة الكاراتيه، منشأة المعارف، الاسكندرية. | ج. كتب مقترحة |
| https://sja.journals.ekb.eg/contacts?_action=loginForm مجلة علوم الرياضة. جامعة المنيا | د. دوريات علمية أو نشرات |

رئيس القسم: ا.د/ عبد الحليم فتحي عبد الحليم

أستاذ المادة: