



## توصيف مقرر مصارعة (1)

جامعة: المنيا

كلية: التربية الرياضية

قسم: المنازلات والرياضات الفردية

### توصيف المقرر

1- بيانات المقرر	
الفرقة: الاولى	أسم المقرر: مصارعة (1)
التخصص: (المنازلات والرياضات الفردية)	عدد الوحدات الدراسية: نظري (1)، عملي (2)
2- هدف المقرر:	اكتساب المعلومات والمعارف النظرية وتطبيق المهارات العملية للمصارعة.
3- المستهدف من تدريس المقرر:	
أ- المعلومات والمفاهيم	1- يعرف تطور رياضة المصارعة على مدار الحضارات المختلفة. 2- يشرح الاختلافات بين أنواع المصارعة المعتمدة والمهارات الخاصة بكل نوع. 3- يتعرف على مواد القانون الدولي الخاص بالمصارعة.
ب- المهارات الذهنية	1- يصف المهارات تعليمياً وفنياً وفقاً لأسس القانون الدولي. 2- يحلل مهارات المصارعة في ضوء الأسس العلمية السليمة. 3- يبتكر أفكار جديدة للمعوقات التي تواجه ممارسة رياضة المصارعة.
ج- المهارات المهنية والعملية	1- ينفذ مهارات المصارعة بإتقان 2- يستخدم تكنولوجيا التعليم في المعارف العملية والنظرية كوسائل مساعدة. 3- يطبق الأساليب والطرق الحديثة في تعليم وتدريب المصارعة.
د- المهارات العامة والقبالة للنقل	1- يدير فرق العمل بكفاءة في البيئة التدريبية والمنافسات. 2- توظيف التكنولوجيا في عملية الوصول للهدف من المقرر. 3- يتعامل بشكل إيجابي تحت الضغوط.

تمارين / عملي	المحاضرة	عدد الساعات	الموضوع
2	1	3	مقدمة عن ماهية وتعريف رياضة المصارعة - تمارينات بنائية عامة.
2	1	3	نبذة تاريخية عن التطور التاريخي لرياضة المصارعة - تمارينات بنائية عامة.
2	1	3	آداب وأهداف رياضة المصارعة - بعض مواد القانون الدولي - تمارينات بنائية خاصة.
2	1	3	المبادئ والأوضاع الأساسية في المصارعة.
2	1	3	عوامل الامن والسلامة في رياضة المصارعة - بعض مواد القانون الدولي
2	1	3	الصفات العامة والخاصة للاعب المصارعة - بعض مواد القانون الدولي.
2	1	3	بعض الإصابات المتوقعة حدوثها في رياضة المصارعة وطرق العلاج.
2	1	3	مهارة الكوبري/الجسر (خطوات تعليمية + مراحل فنية) + بعض مواد القانون.
2	1	3	مهارة الكوبري/الجسر (التمارين المستخدمة لتعليمية) + بعض مواد القانون.
2	1	3	أوضاع الصراع الأرضي (للمهاجم-للمدافع) + بعض مواد القانون.
2	1	3	مهارة البرولية (مسك الذراع بالذراعين والرمي عن طريق الظهر) + بعض مواد القانون.
2	1	3	المصارعة الحديثة في مصر + مراجعة على البرولية.
2	1	3	مهارة الانكا (مسك الذراع وتطويق الرقبة والرمي عن طريق الظهر) + بعض مواد القانون.
2	1	3	مهارة النص دويل (تطويق الرقبة والذراع من أسفل الخصر والدفع على الجانب).
4- محتوى المقرر:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• المحاضرة.</li> <li>• التدريب العملي.</li> <li>• العروض المرئية.</li> <li>• العصف الذهني.</li> </ul>			
5- أساليب التعليم والتعلم			
6- تقييم الطلاب:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• أعمال السنة</li> <li>• الاختبارات العملية</li> <li>• الاختبارات النظرية</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• أعمال السنة</li> </ul>			
اختبار الأسبوع السادس، الأسبوع الثاني عشر، تكاليفات طول العام.			ب. التوقيت



الأسبوع الرابع عشر	• الاختبارات العملية	
الأسبوع الخامس عشر	• الاختبارات النظرية	
30 درجة	• أعمال السنة	ج. توزيع الدرجات
30 درجة	• الاختبارات العملية	
40 درجة	• الاختبارات النظرية	
7- قائمة الكتب الدراسية والمراجع:		
كتاب المصارعة الخاص بالفرقة الاولى بالكلية <a href="https://courses.minia.edu.eg">https://courses.minia.edu.eg</a>	أ- مذكرات	
-	ب- كتب ملزمة	
مسعد علي محمود: موسوعة المصارعة الرومانية والحررة للهواة (تعليم - تدريب - إدارة - تحكيم)، دار الكتب القومية، المنصورة، 2003م.	ج- كتب مقترحة	
المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية - بورسعيد <a href="https://jsps.journals.ekb.eg">https://jsps.journals.ekb.eg</a> مجلة علوم الرياضة - جامعة المنيا <a href="https://sja.journals.ekb.eg">https://sja.journals.ekb.eg</a>	د- دوريات علمية أو نشرات	

رئيس القسم: ا.د/ عبد الحلیم فتحی عبد الحلیم

أستاذ المادة: