



توصيف مقرر مصارعة (2)

جامعة: المنيا

كلية: التربية الرياضية

قسم: المنازلات والرياضات الفردية

توصيف المقرر

1- بيانات المقرر	
الرمز الكودي: كود (410 م.ف)	أسم المقرر: مصارعة (2)
التخصص: المنازلات والرياضات الفردية	عدد الوحدات الدراسية: نظري (1)، عملي (2)
2- هدف المقرر:	يطبق المعلومات والمعارف النظرية والتطبيقية عن المصارعة الحرة وإسهامات الحضارة الفرعونية في تطورها وبعض مواد القانون الدولي.
3- المستهدف من تدريس المقرر:	
أ. المعلومات والمفاهيم	1- يعرف مفهوم المصارعة الحرة وإسهامات الفرعنة في تطويرها. 2- يحدد القيم المستحقة للنقاط لكل مهارة طبقاً لما تم دراسته بالقانون الدولي. 3- يعرف أهمية الانتقاء لاختيار لاعبي المصارعة.
ب. المهارات الذهنية	1. يميز مهارات المصارعة الرومانية عن مهارات المصارعة الحرة. 2. يقارن بين المواد القانونية للمصارعة الحرة والرومانية. 3. يحلل مهارات المصارعة في ضوء الأسس العلمية السليمة.
ج. المهارات المهنية والعملية	1- يحلل الخطوات الفنية لمهارات المصارعة الحرة بشكل سليم. 2- يصمم تمارين خاصة لتنمية مهارات المصارعة الحرة 3- يستخدم التكنولوجيا كعامل مساعد في التعليم.
د. المهارات العامة والقابلة للنقل	1- يجمع المعلومات من المصادر المختلفة. 2- يدير فرق العمل بكفاءة في البيئة التدريبية والمنافسات. 3- يتعامل مع الضغوط المهنية.



المحاضرة	عدد الساعات	الموضوع	تمارين/ عملي
1	3	ماهية المصارعة الحرة ونبذه عن تاريخها - تمارين بنائية عامة	2
1	3	اهداف المصارعة للفرد والمجتمع + تمارين على القدرات التوافقية للاعب المصارعة	2
1	3	التقسيم الفني لرياضة المصارعة - تمارين بنائية خاصة	2
1	3	القدرات البدنية الخاصة بلاعبي المصارعة	2
1	3	الانتقاء الرياضي ونماذج الاتحاد الدولي لانتقاء المصارعين المبتدئين - تمارين بنائية خاصة	2
1	3	فلسفة المدرب + بعض مواد القانون وتطبيقها عملياً	2
1	3	الإعداد النفسي للمصارعين + بعض مواد القانون	2
1	3	مهارة السقوط على رجل واحدة من الداخل (خطوات تعليمية ومراحل فنية) + بعض مواد القانون	2
1	3	مهارة السقوط على القدمين من الامام (خطوات تعليمية ومراحل فنية) + بعض مواد القانون	2
1	3	مهارة رفعة رجل المطافى + بعض مواد القانون	2
1	3	مهارة الإجلاس من الامام بالسقوط على الرجلين + بعض مواد القانون	2
1	3	تطوير زاوية الفخذ البعيدة والرمي من أعلى (الريبو)	2
1	3	الإصابات الشائعة في المصارعة وطرق العلاج	2
1	3	مراجعة على المهارات العملية + تصحيح الاخطاء	2
المحاضرة. • التدريب العملي. • العروض المرئية. • العصف الذهني.			5- أساليب التعليم والتعلم
			6- تقييم الطلاب:
أعمال السنة			أ. الأساليب المستخدمة
الاختبارات العملية			
الاختبارات النظرية			
أعمال السنة			ب. التوقيت
اختبار الأسبوع السادس، الأسبوع الثاني عشر، تكاليفات طول العام.			



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

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

أستاذ المادة: