



## توصيف مقرر (جمباز ٣ بنين)

جامعة: المنيا

كلية: التربية الرياضية

قسم: التمرينات والجمباز والتعبير الحركي

### توصيف المقرر

١ - بيانات المقرر	
الرمز الكودي: (٥٠٦ ت.ج)	أسم المقرر: جمباز ٣ بنين
التخصص: (----)	عدد الوحدات الدراسية: نظري (١) عملي (٢)
٢ - هدف المقرر:	اكتساب وتعلم الطلاب للمعارف والمعلومات والمفاهيم والمهارات الخاصة برياضة الجمباز الفني للرجال
٣ - المستهدف من تدريس المقرر:	
أ - المعلومات والمفاهيم	أ-١ يلم بأسس تدريس الجمباز أ-٢ يعرف المواصفات القانونية الخاصة بالأجهزة (الحركات الأرضية - طاولة القفز - حسان الحلق - العقلة) أ-٣ يذكر عوامل الامن والسلامة وطرق السند للمهارات.
ب - المهارات الذهنية:	ب-١ يقارن بين أداء المهارات على الأجهزة المختلفة. ب-٢ يصف طريقة الأداء الفني للمهارات المقررة. ب-٣ يركب المهارات المستخدمة في تكوين الجملة علي الأجهزة.
ج - المهارات المهنية والعملية:	ج-١ يؤدي المهارات الحركية على الأجهزة المقررة. ج-٢ يلاحظ طرق السند للمهارات. ج-٣ يطبق أساليب وطرق التعليم والتدريب علي المهارات. ج-٤ يمارس الخطوات التعليمية لتعلم المهارات. ج-٥ يراعي الفروق الفردية بين الطلاب واللاعبين.
د - المهارات العامة والقابلة للنقل:	د-١ يستخدم المصطلحات الأجنبية الخاصة بمهارات الجمباز. د-٢ يتقن استخدام الحاسب الآلي وتكنولوجيا المعلومات ومواقع التواصل الاجتماعي. د-٣ يمارس القواعد أثناء تنفيذ التمارين العملية.

#### رؤية القسم:

إعداد كوادر تعليمية وتدريبية متميزة قادرة على التنافس محليا وإقليميا في مجال التمرينات والجمباز والتعبير الحركي والعروض الرياضية من خلال تطوير المناهج وطرق وأساليب التعليم والتدريب ومواكبة المستجدات العالمية في ضوء معايير الجودة.

#### رسالة القسم:

اعداد خريج متميز مهنيأ وأكاديميا وأحالياً من خلال برامج دراسية معدة وفقاً لمعايير الجودة بهدف الوصول الي كيان علمي وبحثي متميز قادراً علي تلبية احتياجات ومتطلبات سوق العمل قادراً علي مناهضة خريجي كليات التربية الرياضية الأخرى علي المستوى المحلي والإقليمي وإجراء البحوث العلمية لمواجهة مشكلات القطاع التعليمي والتربوي وتنفيذ أنشطة تسهم في خدمة البيئة والمجتمع وتساوم في تطوير أداء معلمي التربية الرياضية ومدربي التمرينات والجمباز والتعبير الحركي وذلك في ضوء التنمية المعاصرة المستدامة



الموضوع	عدد الساعات	المحاضرة	تمارين / عملي
اسس تدريس الجمباز	٣	١	١
مواصفات اجهزة الجمباز القانونية المقررة	٣	١	١
الوقوف علي الزراعين درجة امامية	٣	١	١
الامان في تدريس مهارات الجمباز	٣	١	١
الدرجة الامامية من الطيران	٣	١	١
عجلة فتح -عجلة ضم + تقييم	٣	١	١
مرجحة الرجل اليميني داخلا والخروج منها علي حضان الحلق	٣	١	١
مرجحة الرجل اليميني داخلا والرجوع علي حضان الحلق	٣	١	١
مرجحة بالرجلين معا يسارا علي حضان الحلق	٣	١	١
النهاية نزول ضم جانبا للحضان	٣	١	١
الطلوع بالبطن علي العقلة	٣	١	١
مرجحات بالرجلين معا علي العقلة + تقييم	٣	١	١
النهاية مرجحة الرجلين معا والنزول من العقلة	٣	١	١
الشفقة الامامية علي طاولة القفز + تقييم	٣	١	١

٤- محتوى المقرر:

٥- أساليب التعليم والتعلم

- المحاضرة المعدلة.
- الطريقة الكلية.
- التعليم التعاوني.

٦- تقييم الطلاب:

أ- الاساليب المستخدمة

- أعمال السنة
- الاختبارات العملية
- الاختبارات النظرية

ب- التوقيت

الأسبوع السادس، الأسبوع الثاني عشر	أعمال السنة
الأسبوع الرابع عشر	الاختبارات العملية
الأسبوع الخامس عشر	الاختبارات النظرية

#### رؤية القسم:

إعداد كوادر تعليمية وتدريبية متميزة قادرة علي التنافس محليا وإقليميا في مجال التمرينات والجمباز والتعبير الحركي والعروض الرياضية من خلال تطوير المناهج وطرق وأساليب التعليم والتدريب ومواكبة المستجدات العالمية في ضوء معايير الجودة.

#### رسالة القسم:

اعداد خريج متميز مهنيأ وأكاديميا وأحلاقيا من خلال برامج دراسية معدة وفقاً لمعايير الجودة بهدف الوصول الي كيان علمي وبحثي متميز قائراً علي تلبية احتياجات ومتطلبات سوق العمل قائراً علي مناهضة خريجي كليات التربية الرياضية الأخرى علي المستوى المحلي والإقليمي وإجراء البحوث العلمية لمواجهة مشكلات القطاع التعليمي والتربوي وتنفيذ أنشطة تسهم في خدمة البيئة والمجتمع وتساوم في تطوير أداء معلمي التربية الرياضية ومدربي التمرينات والجمباز والتعبير الحركي وذلك في ضوء التنمية المعاصرة المستدامة



• أعمال السنة	• (٣٠) درجة	ج- توزيع الدرجات
• الاختبارات العملية	• (٣٠) درجة	
• الاختبارات النظرية	• (٤٠) درجة	
٧- قائمة الكتب الدراسية والمراجع:		
أ- مذكرات	مذكرة جمباز (٣) بنين	
ب- كتب ملزمة		
ج- كتب مقترحة	١- احمد سمير الجمال: اسس تدريب الجمباز الفني، مؤسسة عالم الرياضة، الاسكندرية. ٢٠١٩. ٢- احمد الهادي يوسف: قراءات موجهة في تدريب الجمباز ،مركز الكتاب الحديث، القاهرة، ٢٠١٦م. ٣- محمد ابراهيم شحاته: تدريب الجمباز المعاصر، دار الفكر العربي، القاهرة ، ٢٠٠٣م. ٤- محمد محمود عبدالسلام : الجمباز للمبتدئين ، دار الوفاء لذنيا الطباعة الاسكندرية ، ٢٠٠٢م. ٥- عبدالمنعم سليمان برهم : موسوعة الجمباز العصرية، دار الفكر للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ١٩٩٥م.	
د- دوريات علمية أو نشرات:		

رئيس القسم: أ.د/ ناصر الوصيف

أستاذ المادة: أ.د/ ناصر الوصيف & د/عبدالله الانصاري

قسم التمرينات والجمباز  
والتعبير الحركي

#### رواية القسم:

إعداد كوادر تعليمية وتدريبية متميزة قادرة على التنافس محليا وإقليميا في مجال التمرينات والجمباز والتعبير الحركي والعروض الرياضية من خلال تطوير المناهج وطرق وأساليب التعليم والتدريب ومواكبة المستجدات العالمية في ضوء معايير الجودة.

#### رسالة القسم:

اعداد خريج متميز مهنياً وأكاديمياً وأخلاقياً من خلال برامج دراسية معدة وفقاً لمعايير الجودة بهدف الوصول الي كيان علمي وبحثي متميز قادراً على تلبية احتياجات ومتطلبات سوق العمل قادراً على منافسة خريجي كليات التربية الرياضية الأخرى على المستوى المحلي والإقليمي وإجراء البحوث العلمية لمواجهة مشكلات القطاع التعليمي والتدريب وتنفيذ أنشطة تسهم في خدمة البيئة والمجتمع وتساوم في تطوير أداء معلمي التربية الرياضية ومدربي التمرينات والجمباز والتعبير الحركي وذلك في ضوء التنمية المعاصرة المستدامة