



المهنة القومية لضمان
جودة التعليم والاعتماد
قطاع التعليم العالي

توصيف مقرر المصارعة (1)

1. معلومات أساسية: Basic Information

المصارعة (1)				اسم المقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)
(108) م.ف				كود/رمز المقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)
--				القسم/الأقسام العلمية المشاركة في تدريس المقرر
إجمالي	اخرى (تحدد)	عملي	نظري	عدد الساعات / النقاط المعتمدة للمقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)
3	-	2	1	
اجباري				نوع المقرر
الفرقة الأولى				الفرقة الدراسية / المستوى الدراسي الذي يقدم فيه المقرر
المنازلات والرياضات الفردية				البرنامج الأكاديمي
كلية علوم الرياضة				الكلية/المعهد
جامعة المنيا				الجامعة/الأكاديمية
أ.د/ عامر لطفي احمد عثمان				اسم منسق المقرر
2025/9/1م				تاريخ اعتماد توصيف المقرر
مجلس قسم المنازلات والرياضات الفردية				جهة اعتماد توصيف المقرر (يرفق قرار/محضر مجلس القسم /الأقسام/ الجهة المختصة/....)

2. الوصف العام للمقرر Course overview

يهدف هذا المقرر إلى تعريف الطالب التطور التاريخي لرياضة المصارعة والمبادئ والاسس العلمية والمفاهيم والخطوات التعليمية والفنية الخاصة باللعبة، كما يتناول المقرر القواعد الأساسية والخطوات التعليمية والفنية للأداء المهاري وكيفية تصحيح الأخطاء، ويتناول المقرر كيفية تطبيق عوامل الأمن والسلامة ومعرفة الاصابات المتوقع حدوثها في رياضة المصارعة، بالإضافة الي تطوير قدرات الطالب البدنية والمهارية والنفسية، كما يتناول المقرر التدريبات التطبيقية والعملية علي المهارات الأساسية، كما يشمل المقرر باللوائح والقواعد والقوانين التنظيمية الخاصة برياضة المصارعة.



3. نواتج التعلم للمقرر: Course Learning Outcomes

اتساق نواتج التعلم للمقرر مع مخرجات البرنامج (المعايير المتبناة)

نواتج التعلم للمقرر عند الانتهاء من المقرر سيكون الطالب قادرا على:		مخرجات البرنامج/ المعايير الأكاديمية المتبناة (التي يحققها المقرر تبعا للمصفوفة في توصيف البرنامج)	
النص	الكود	النص	الكود
أن يشرح الأسس العلمية والتاريخية والفنية لرياضة المصارعة.	1/1/2	المعارف الأساسية التاريخية والفلسفية والتربوية والاجتماعية والنفسية للتربية الرياضية.	1/2
أن يميز بين مدارس وأساليب المنازلات المختلفة وخصائص كل منها.	2/1/2		
أن يعرف المصطلحات العلمية واللغوية الأساسية المستخدمة في رياضة المصارعة.	1/6/2	المصطلحات العلمية واللغوية المناسبة في مجالات الأنشطة الرياضية المختلفة.	6/2
أن يدمج ويربط المصطلحات العلمية ببعضها في التعليم والتدريب والمنافسة.	2/6/2		
أن يؤدي المهارات الحركية في رياضة المصارعة وفق المسار الحركي الصحيح.	1/1/3	يؤدي النماذج التطبيقية للمهارات الحركية في مختلف أنواع الرياضات الأساسية.	1/3
أن ينفذ المهارات التخصصية في رياضة المصارعة بإتقان وكفاءة وفق المعايير الفنية المعتمدة.	2/1/3		
أن يطبق إجراءات الأمن والسلامة ومبادئ الإسعافات الأولية في بيئة تدريب و منافسات المصارعة.	1/3/3	يطبق إجراءات الأمن والسلامة القانونية والصحية في بيئة الممارسة الرياضية.	3/3
أن يلم بجميع إجراءات الأمن والسلامة حفاظا على جميع القائمين على ممارسة الأنشطة الرياضية.	2/3/3		
أن يميز بين أساليب التعليم والتقويم المختلفة المستخدمة في الأنشطة الرياضية.	1/1/4	يفاضل بين أساليب التعليم والتقويم لاختيار أنسبها للأنشطة الرياضية المختلفة.	1/4
أن يستخدم أساليب التعليم المناسبة والتي تخدم طبيعة الأنشطة الرياضية المختارة.	2/1/4		
أن يستخدم الوسائل التدريبية وتقنيات التدريب الحديثة لتحسين كفاءة التعلم والإداء في المصارعة.	1/2/4	يحلل مهارات الرياضات الفردية والجماعية في ضوء الجوانب الحيوية والأسس الحركية الرياضية.	2/4
أن يقوم بالتحليل الحركي للمهارات الأساسية للرياضات الفردية.	2/2/4		
أن يتوقع التحديات التي تواجه مستقبليا في البيئات الرياضية المختلفة	1/3/4	يحدد المعوقات ويتوقع التحديات التي تواجه بيئة الممارسة الرياضية ويختار الأنسب بين البدائل لحلها.	3/4
أن يستنتج المشكلات التي سوف تؤثر علي جودة التعليم والتدريب في الممارسات الرياضية.	2/3/4		
أن يستخدم الوسائل التدريبية المساعدة ومهارات الاتصال والتواصل اللفظي وتقنيات التدريب الحديثة لتحسين كفاءة التعلم والأداء في المصارعة.	1/2/5	استخدام وسائل مهارات الاتصال الفعال والقدرة على العمل الجماعي لتنفيذ العمليات المرتبطة بالمجال الرياضي.	2/5
أن يلم بجميع مهارات الاتصال من أجل التواصل والتفاعل بين أفراد الفريق الرياضي.	2/2/5		



4. طرق التعليم والتعلم: Teaching and Learning Methods

1. المحاضرة Lecture

2. التطبيقات العملية Practical Training

3. العروض المرئية Visual presentations

الجدول الدراسي للمقرر:

رقم الاسبوع الدراسي	المحتوى العلمي للمقرر (موضوعات المقرر)	إجمالي عدد الساعات الأسبوعية	عدد ساعات التعلم المتوقعة		
			تدريس نظري (محاضرات/ مجموعات مناقشة/)	تدريب (عملي/إكلينيكي/)	تعلم ذاتي (مهام/ تكليفات/ مشاريع/ ...)
1	مقدمة عن ماهية وتعريف رياضة المصارعة - تدريبات بنائية عامة.	3	1	2	-
2	نبذة تاريخية عن التطور التاريخي لرياضة المصارعة - تدريبات بنائية عامة.	3	1	2	-
3	آداب وأهداف رياضة المصارعة - بعض مواد القانون الدولي - تدريبات بنائية خاصة.	3	1	2	-
4	المبادئ والأوضاع الأساسية في المصارعة.	3	1	2	-
5	عوامل الامن والسلامة في رياضة المصارعة - بعض مواد القانون الدولي	3	1	2	-
6	الصفات العامة والخاصة للاعب المصارعة - بعض مواد القانون الدولي.	3	1	2	-
7	بعض الإصابات المتوقع حدوثها في رياضة المصارعة وطرق العلاج.	3	1	2	-
8	مهارة الكوبري(الجسر) (خطوات تعليمية + مراحل فنية) + بعض مواد القانون.	3	1	2	-
9	مهارة الكوبري(الجسر) (التمارين المستخدمة لتعليمية) + بعض مواد القانون.	3	1	2	-
10	أوضاع الصراع الأرضي (للمهاجم-للمدافع) + بعض مواد القانون.	3	1	2	-
11	مهارة البرولية (مسك الذراع بالذراعين والرمي عن طريق الظهر) +بعض مواد القانون.	3	1	2	-
12	المصارعة الحديثة في مصر+ مراجعة على البرولية.	3	1	2	-
13	مهارة "الانكا" (مسك الذراع وتطويق الرقبة والرمي عن	3	1	2	-



عدد ساعات التعلم المتوقعة				إجمالي عدد الساعات الأسبوعية	المحتوى العلمي للمقرر (موضوعات المقرر)	رقم الاسبوع الدراسي
أخرى	تعليم ذاتي (مهام/ تكليفات/ مشاريع/ ...)	تدريب (عملي/إكلينيكي/	تدريس نظري (محاضرات/ مجموعات مناقشة/			
					طريق الظهر) + بعض مواد القانون.	
-	-	2	1	3	مهارة النص دويل (تطويق الرقبة والذراع من أسفل الخصر والدفع على الجانب).	14
-	-	2	1	3	بعض الأدوات والأجهزة المستخدمة في تعليم وتدريب وتحكيم المصارعة.	15

5. طرق تقييم الطلاب: Student Assessment Methods

م	طرق التقييم *	توقيت التقييم المتوقع (رقم الأسبوع الدراسي)	درجات التقييم	النسبة المئوية من إجمالي درجة المقرر
1	امتحان 1 عملي (أعمال سنة)	6	10	10%
2	امتحان 2 تحريري (أعمال سنة)	12	10	10%
3	تكليفات / مشروع / ملف الإنجاز / كتيب الأنشطة	خلال الفصل الدراسي	10	10%
4	امتحان نهائي عملي	16	30	30%
5	امتحان نهائي تحريري	17	40	40%

6. مصادر التعلم والتسهيلات الداعمة:

قسم المنازلات والرياضات الفردية (2025 . 2026): مذكرة المصارعة (1).	المرجع الأساسي للمقرر (لابد من كتابة البيانات كاملة وفقا لطريقة توثيق علمي)	مصادر التعلم (الكتب والمراجع العلمية وغيرها) *
<ul style="list-style-type: none"> مسعد علي محمود: موسوعة المصارعة الرومانية والحررة للهواة (تعليم - تدريب - إدارة - تحكيم)، دار الكتب القومية، المنصورة، 2003م. الاتحاد المصري للمصارعة (2001): المبادئ الأساسية في تدريب المصارعة، مطابع الناشر العربي، القاهرة. 	المراجع الأخرى	
مجلة علوم الرياضة - جامعة المنيا	المصادر الإلكترونية (لابد من إضافة الروابط)	
https://courses.minia.edu.eg	المنصة التعليمية (لابد من إضافة الرابط)	
https://sja.journals.ekb.eg		

المجلة العلمية للبحوث والدراسات في التربية الرياضية - بورسعيد https://jsps.journals.ekb.eg	أخرى (تذكر)	التجهيزات التعليمية المساندة للتعليم والتعلم *
-	الأجهزة	
صالة مصارعة - بساط مصارعة - شواخص حرة - كرات طبية - أساتك مطاطة.	المستلزمات	
<u>النسخة التجريبية # Dr_Wrestling تطبيق #</u> تطبيق لتعلم المصارعة بخطط تدريب يومية بالفيديو تشمل أساسيات المصارعة، القوة، المرونة، والرشاقة، والتحمل واللياقة البدنية wrestling Revolution تطبيق يحتوي على العاب ومحاكاة المصارعة - برنامج التدريب والتعليم الفني - منصات المشاهدة والبيت	البرامج الالكترونية	
-	معامل المهارات/ المحاكات	
-	المعامل الافتراضية	
-	أخرى (تذكر)	

اسم وتوقيع
منسق البرنامج

أ.د/ بسمات محمد علي شمس الدين

اسم وتوقيع
منسق المقرر

أ.د/ عامر لطفي احمد عثمان