نموذج رقم (١٢)

جامعة / أكاديمية : الزقازيق

كلية / معهد : التربية الرياضية بنين

قســم : نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات الفردية

توصيف مقرر المنازلات (ملاكمة٢ – مبارزة٢ – كاراتيه٢)

الفرقة الثانية الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م

١ – بيانات المقرر					
الرمز الكودي: ٩٠٠٤	اسم المقرر: المنازلات (ملاكمة٢ – مبارزة٢ – كاراتيه٢)			الفرقة/ المستوى: الثانية	
التخصص:عام	عدد الوحدات الدراسية: ٤ساعات	نظري	١	عملي	٣
٢–هدف المقرر:	أداء بعض مهارات رياضات المنازلات (ملاكمة، مبارزة، كاراتيه)،وتطبيق المعارف والمعلومات المرتبطة برياضة المنازلات.				
٣–المستهدف من تدريس المقرر:					
أ–المعلومات والمفاهيم:	بعد الانتهاء من المقرر يصبح الطالب قادراً على أن : أ/١ يذكر تاريخ وماهية رياضة المنازلات، وعلاقتها بالعلوم الأخرى . أ/٢ يعدد الطرق الخاصة بأنتقاء الناشئين فى رياضة المنازلات. أ/٣ يذكر الادوات والاجهزة المستخدمة فى تعليم وتدريب رياضة المنازلات، وتأثيره على الأجهزة الحيوية . أ/٤ يعدد المكونات البدنية والمهارية والقيم التربوية الخاصة برياضة المنازلات. أ/٥ يشرح الخطوات الفنية لبعض مهارات رياضات المنازلات. أ/٦ يعدد انواع الهجوم والدفاع فى رياضة المنازلات، وطرق التدريس المستخدمة. أ/٧ يعرف بعض المصطلحات المستخدمة ومواد القانون في رياضات المنازلات. أ/٨ يذكر معايير احتساب النقاط والاماكن المصرح فيها بالضرب في رياضات المنازلات، وواجبات ومسؤوليات طاقم التدريب . أ/٩ يصف المعوقات النفسية ومشكلات تعليم وتدريب اللاعبين في رياضات المنازلات.				

ب-المهارات الذهنية:	بعد الأنتهاء من المقرر يصبح الطالب قادراً على أن : ب/١ يستخلص الاصابات الاكثر شيوعاً. ب/٢ يقارن بين الهجوم والدفاع فى رياضة المنازلات. ب/٣ يستخلص اهم الادوات والاجهزة المستخدمة فى رياضة المنازلات. ب/٤ يقارن بين الكاتا والكومتيه في رياضة الكاراتيه.
ج-المهارات المهنية الخاصة بالمقرر:	بعد الأنتهاء من المقرر يصبح الطالب قادراً على أن : ج/١ يطبق نموذج للاداء الحركى لمهارات رياضة المنازلات الاساسية. ج/٢ يكتشف الاخطاء الشائعة للمهارات الاساسية لرياضة المنازلات. ج/٣ يطبق تدريبات مقترحة لتطوير وتحسين الاداء.
د-المهارات العامة:	بعد الأنتهاء من المقرر يصبح الطالب قادراً على أن : د/١ يتواصل على الشبكة الدولية في التعرف على ما هو جديد في المنازلات. د/٢ يتعاون مع الزملاء في إنجاز التكليفات المطلوبة منه. د/٣ يتواصل مع المكتبة في الاطلاع على ما يخص رياضة المنازلات والعلوم المرتبطة.

٤-محتوى المقرر:

الأسبوع	الموضـــــوع	عدد الساعات	محاضرة	دروس عملية
	أولاً: الملاكمة :			
٢، ١	– أنتقاء الموهوبين فى رياضة الملاكمة. – الاصابات فى الملاكمة.	2	٢	
4	– امتحان أعمال سنة تحريري	1	1	
١٠، ٩	– الادوات والاجهزة المستخدمة فى تعليم وتدريب الملاكمة. – بعض مواد القانون.	2	٢	
٣،٢،١	– اللكمات الجانبية (اليسرى واليمنى).	3		3
٧،٦،٤	– اللكمات الصاعدة (اليسرى واليمنى).	3		3
١١،١٠،٩	– الدفاعات الخاصة باللكمات المنحنية.	3		3
١٢،١٣ ١٥،	– المجموعات اللكمية. – التدريب على الادوات والاجهزة المستخدمة فى تعليم وتدريب الملاكمة.	3		3
	ثانياً: المبارزة :			
٥،٣	– التطور التاريخي للرياضة المبارزة. – ماهية المبارزة الحديثة.	2	٢	
8	– امتحان أعمال سنة تحريري	1	1	
١٣،١١	– المعوقات النفسية للمبارزين.	2	٢	

	– مشكلات تعليم وتدريب المبارزة. – مصطلحات رياضة المبارزة.			
٤،٣،٢،١	– الدفاع بأنواعة فى المبارزة.	4		4
١٠،٩،٧،٦	– الهجوم البسيط والمركب.	٤		٤
١٢،١١	– مسافة المبارزة بانواعها.	٢		٢
١٥،١٣	– نماذج المبارزين.	2		٢
	ثالثاً: الكاراتيه :			
٧،٦	– الكاتا في رياضة الكاراتيه – معايير تقييم مستوى أداء الكاتا – الكومتيه في رياضة الكاراتيه – معايير احتساب النقاط في مسابقة الكومتيه – الاماكن المصرح فيها بالهجوم	2	٢	
12	– امتحان أعمال سنة تحريري	1	1	
١٥،١٤	– أهمية الاعداد البدني الخاص في رياضة الكاراتيه – أهم القدرات البدنية الخاصة بللاعب الكاراتيه – الاعداد المهاري في رياضة الكاراتيه	2	٢	
١٥:١	– بعض المهارات الأساسية في رياضة الكاراتيه.	12		١٢
	الإجمالي	48	١٢	٣٦

٥–أساليب التعليم والتعلم:	– محاضرات نظرية. – محاضرات عملية – حوار ومناقشة – تعلم ذاتي وجماعي – وسائل إيضاح
٦–أساليب التعليم والتعلم للطلاب ذوى القدرات المحدودة	– محاضرات نظرية إضافية. – لقاءات في الساعات المكتبية مع عضو هيئة التدريس. – دروس عملية إضافية بمساعدة معاوني أعضاء هيئة التدريس.

٧–تقويم الطالب:

أ–الأساليب المستخدمة		ب–التوقيت	ج – توزيع الدرجات
أعمال السنة	أوراق دراسية	الاسبوع (٣ – ٥ - ٩)	١٠
	أعمال سنة تحريري	الاسبوع (٤ – ٨ - ١٢)	15
	أعمال سنة تطبيقي	الأسبوع (٥-١٠-١٤)	15
الامتحان التطبيقي النهائي		فى نهاية الفصل الدراسي الثاني	٣٠
الامتحان التحريري النهائي		فى نهاية الفصل الدراسي الثاني	٣٠

الإجمالي	١٠٠

٨-قائمة الكتب الدراسية والمراجع:

أ-مذكرات	١- يحيى السيد الحاوى : الملاكمة (اسس نظرية وتطبيقات عملية)، مكتبة الزهراء، كلية التربية الرياضية للبنين – جامعة الزقازيق، ٢٠١٦ م. ٢- شعبة المبارزة : المبارزة آراء تعليمية وتطبيقية (الجزء الثانى)، المركز العربى للنشر، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ٢٠١٦م. ٣- محمد سعيد أبو النور : المنهاج فى رياضة الكاراتيه (الجزء الثانى)، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق،٢٠١٦م. ٤- وتم رفعهم على منصة مايكروسوفت تيمز الخاصة بالكلية
ب-كتب ملزمة	لا يوجد
ج-كتب مقترحة	٥- أحمد محمود إبراهيم (٢٠٠٥م): موسوعة محددات التدريب الرياضي النظرية والتطبيقية لتخطيط البرامج التدريبية برياضة الكاراتيه, منشاة المعارف, الإسكندرية. ٦- شريف محمد العوضي، عمر محمد لبيب (٢٠٠٤م): قواعد الهجوم كومتيه، ٢٠٠٤م. ٧- عبدالحميد أحمد (١٩٧٨م): الملاكمة , ط٥، دار الفكر العربي، القاهرة. ٨- عمرحنفى السكرى (١٩٩٣م): دليل المبارزة، الطبعة الاولى، دار العالم للمعرفة، القاهرة. ٩- ابراهيم نبيل عبدالعزيز (١٩٩٨م): اساسيات المبارزة، مذكرات غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين بالهرم، جامعة حلوان.
د-دوريات علمية أو منشورات ... الخ	- www.sonomafencing.com - http:www.iraqcad.org/lib/amro.html - www.internationalfencing.com - www.sonomafencing.com - http://www.sportislife.com/self.html http://www.karate.net

استاذ المادة: أ.د/ ايهاب محمد الصادق التوقيع.....

رئيس مجلس القسم العلمي: أ.د/ وائل جلال الاسيوطى التوقيع.....

تاريخ مجلس القسم: ٦ / ٩ / ٢٠٢٣م