الهيئة القومية لضمان جودة التعليم والاعتماد



نموذج رقم (12)

 جامعة: الزقازيق

 كلية: التربية الرياضية بنات

قسم: التمرينات والجمباز والتعبير الحركى

توصيف مقرر الجمباز الفرقة الثالثة (الفصل الدراسى الثانى)

للعام الدراسى 2013/ 2014م

1. بيانات المقرر

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| الرمز الكودى**:**  | اسم المقرر**:** الجمباز  | الفرقة**/** الثالثة (الفصل الدراسى الثانى ) |
| التخصص**:** عام | عدد الوحداتالدراسية**: 4** | **نظرى**1ساعة | **عملى** 3 ساعات |

|  |  |
| --- | --- |
| 1. هدف المقرر
 | إكساب الطالبة المعارف والمعلومات الخاصه بطرق تدريس الجمباز والاسس العلمية والطبيعية وتطبيقاتها فى الجمباز مع استخدام الاجهزة والادوات لاتقان وتثبيت الأداء المهاري للمهارات الحركية وطرق الأمن والسلامة والتطور الحادث علي جهازي الحركات الارضية وعارضة التوازن ومعرفة بعض مصطلحات الجمباز . |
| 1. المستهدف من المقرر:
 |
| 1. المعلومات والمفاهيم
 | 1. تشرح كيفية اعداد دارس الجمباز .
2. تحدد طرق تعليم المهارات الحركية فى الجمباز.
3. تشرح توظيف التوازن فى تعليم المهارات .
4. توضح الأجهزة المساعدة واستخدامها فى تعليم مهارات الجمباز.
5. تحدد اساليب تدريس الامن والسلامة في درس الجمباز.
6. تذكر الاسس العلمية والطبيعية وتطبيقاتها فى الجمباز ( الميكانيكا و التشريحية والفسيولوجية )
7. تذكر بعض مصطلحات الجمباز الفني.
8. تحدد الاجهزة القانونية والادوات البديلة فى تدريس جزء الجمباز.
9. تشرح المراحل الفنية والتعليمية وطرق السند والاخطاء الشائعة

 وطرق اصلاحها للمهارات الأساسية لجهازى الحركات الارضية  وعارضة التوازن .1. تشرح نماذج لبعض دروس الجمباز.

أ/11 تذكر خصائص عمل المدرب . أ/12تشرح اسس الحركة واهميتها التطبيقية فى الجمباز . |
| 1. المهارات الذهنية
 | 1. تفاضل طرق تعليم المهارات الحركية فى الجمباز.
2. تفسر اسباب الاخطاء الشائعة وطرق اصلاحها.
3. توظف الاسس العلمية والطبيعية وتطبيقاتها فى الجمباز ( الميكانيكاو التشريحية والفسيولوجية).
4. تقارن بين الأداء الضعيف والأداء الجيد.

ب/5 تميز بين المهارات المتشابهة علي جهاز الأرضى وعارضة التوازن |
| 1. المهارات المهنية الخاصة بالمقرر
 | 1. تؤدي الطالبة التسلسل الحركي للجملة الحركية علي جهاز عارضة التوازن
2. تؤدي الطالبة التسلسل الحركي للجمله الحركية علي جهازالحركات الارضية.
3. تؤدى الطالبة المهارات التى درستها فى التدريب الميدانى لدرس الجمباز.
4. تؤدي الطالبة نموذج جيد للأداء.
 |
| 1. المهارات العامة
 | 1. تتواصل مع الزملاء أثناء التطبيق العملي .
2. تشارك في العمل الجماعي لإنجاز التكليفات .
3. تتعامل بروح الفريق واستخدام الاتصال الفعال للتدريب خارج اليوم الدراسي.
4. تستخدم شبكة المعلومات الدولية للتعرف علي كل ما هو جديد.
 |
| 1. محتوى المقرر
 | الموضوع | عدد الساعات | محاضرة نظرية | دروس عملية |
| الأسبوع الأولالجزء النظرى* **كيفية اعداد دارس الجمباز .**
* **طرق تعليم المهارات الحركية فى الجمباز .**

الجزء العملى* **الإعداد البدني العام والخاص علي جهازى عارضة التوازن وجهاز الارضى**
 | **4** | **1** | **3** |
| الأسبوع الثانىالجزء النظرى* **تشرح توظيف التوازن فى تعليم المهارات**

الجزء العملى* **مراجعة على المراحل الفنية والمهارات التى سبق تدريسها لجهازى عارضة التوازن والحركات الارضية.**
 | **4** | **1** | **3** |
| الأسبوع الثالث الجزء النظرى* **الأجهزة المساعدة واستخدامها فى تعليم مهارات الجمباز علي جهازي عارضة التوازن والحركات الارضية.**
* **تشرح المراحل الفنية والتعليمية وطرق السند والاخطاء الشائعة للمهارة الاسبوع**

الجزء العملى* **تعليم مهارة الدحرجة الامامية كبداية على عارضة التوازن**
* **تدريبات علي الوثبات والدورانات علي الجهاز**
 | **4** | **1** | **3** |
| الأسبوع الرابعالجزء النظرى* **اساليب تدريس الامن والسلامة في درس الجمباز .**
* **تشرح المراحل الفنية والتعليمية وطرق السند والاخطاء الشائعة للمهارة الاسبوع**

الجزء العملى* **تعليم الشقلبة الأمامية البطيئة على جهاز الارضى.**
 | **4** | **1** | **3** |
| **الأسبوع الخامس** الجزء النظرى* **الاسس العلمية والطبيعية وتطبيقاتها فى الجمباز ( الميكانيكا)**
* **تشرح المراحل الفنية والتعليمية وطرق السند والاخطاء الشائعة للمهارة الاسبوع**
* **تدريس بعض مصطلحات الجمباز الفني**

الجزء العملى* **تعليم الشقلبة الخلفية البطيئة على جهاز الارضى**
* **تعليم الشقلبة الخلفية البطيئة على جهاز عارضة التوازن او شقلبة جانبية**
 | **4** | **1** | **3** |
| **الأسبوع السادس** الجزء النظرى* **الاجهزة القانونية والادوات البديلة فى تدريس جزء الجمباز من درس التربية الرياضية بالمدرسة .**
* **امتحان نظري**

الجزء العملى* **تدريبات عمليه علي ماسبق .**
* **امتحان عملى.**
 | **4** | **1** | **3** |
| **الأسبوع السابع** الجزء النظرى* **اساليب تدريسية مختلفة لبعض دروس الجمباز .**
* **الاسس العلمية والطبيعية وتطبيقاتها فى الجمباز ( التشريحية والفسيولوجية )**
* **تشرح المراحل الفنية والتعليمية وطرق السند والاخطاء الشائعة للمهارة الاسبوع**

الجزء العملى* **تعليم الشقلبة الامامية السريعة على جهاز الحركات الارضية**
* **تعليم الشقلبة الأمامية السريعة كنهاية على عارضة التوازن**
 | **4** | **1** | **3** |
|  | **الأسبوع الثامن** الجزء النظري * **نماذج لبعض دروس الجمباز لمرحلة التعليم الاساسي.**

الجزء العملى* **اتقان الشقلبة الامامية السريعة على جهاز الحركات الارضية.**
* **اتقان الشقلبة الأمامية السريعة كنهاية على عارضة التوازن.**
 | **4** | **1** | **3** |
| **الأسبوع التاسع**الجزء النظرى* **نماذج لبعض دروس الجمباز لمرحلة التعليم الاساسى**

الجزء العملى* **تدريب على عمل جمل حركية من مهارات الحركات الارضية**
* **تدريب على عمل جمل حركية على عارضة التوازن.**
* **امتحان عملى**
 | **4** | **1** | **3** |
| **الأسبوع العاشر** الجزء النظرى* **نماذج لبعض دروس الجمباز لمرحلة التعليم**

الجزء العملى* **اتقان جملة جهاز عارضة التوازن .**
 | **4** | **1** | **3** |
| **الأسبوع الحادى عشر**الجزء النظرى* **خصائص عمل مدرب الجمباز**
* **مصطلحات الجمباز الفني**

الجزء العملى* **اتقان جملة جهاز الارضى**
* **التدريبعلى ماسبق تدريسه .**
 | **4** | **1** | **3** |
| **الأسبوع الثانى عشر**الجزء النظرى* **اسس الحركة واهميتها التطبيقية فى الجمباز**
* **امتحان نظرى .**

الجزء العملى* **تدريبات على الجمل الحركيه لكل من الجهازين**
* **إمتحان عملي.**
 | **4** | **1** | **3** |
| **الأسبوع الثالث عشر**الجزء النظرى* **اسباب الاخطاء الشائعة وطرق اصلاحها**

الجزء العملى* **تدريبات على الجمل الحركيه لكل من الجهازين**
* **امتحان عملى**
 | **4** | **1** | **3** |
| 1. أساليب التعليم والتعلم
 | * محاضرة نظرية (باستخدام اسلوب الالقاء و الحوار)
* محاضرة عملية التعلم بالخبرة المباشرة من خلال

 التعلم التعاوني - التعلم الجماعي التعلم الذاتي- التعلم بالنمذجة - التعلم بالاكتشاف-   التعلم عن طريق المحاولة والخطأ مع اسيخدام بعض الوسائل التعليميه والتكنولوجية. |
| 1. أساليب التعليم والتعلم للطلاب ذوى القدرات المحدوده
 | * تدريبات للطالبات المتعثرات بعد انتهاء اليوم الدراسي بدون أجر
* التشجيع والاثابة عند تحقيق مستويات متقدمة
 |
| 1. تقويم الطلاب:
 |
| 1. الأساليب المستخدمة
 | 1. التوقيت
 | ج- توزيع الدرجات |
| أعمال السنة | ورقة دراسيةاو لوحة تعليمية  | الإسبوع الرابع والحادي عشراو الاسبوع الثامن  | 5 درجات |
| تحريرى  |  – السادس - الحادى عشر | 5 درجات |
| تطبيقى | الاسبوع الخامس – التاسع – الثانى عشر – الثالث عشر  |  30درجة |
| الامتحان التطبيقي النهائي | نهاية الفصل الدراسى الثانى ويتم تحديدة من قبل مجلس الكلية  | 30 درجة |
| الامتحان التحريري النهائي | نهاية الفصل الدراسى الثانى ويتم تحديدة من قبل مجلس الكلية  | 30 درجة |
| 1. قائمة الكتب الدراسية والمراجع:
 |
| 1. مذكرات
 | \* الجمباز الفنى للفرقة الثالثة (شعبة الجمباز)  |
| 1. كتب ملزمة
 |  |
| 1. كتب مقترحة
 | 1. على جلال الدين : الاصابة الرياضية الوقاية والعلاج ، الطابعة الثانية 2005.
2. محمد ابراهيم شحاتة : التحليل الحركى لرياضة الجمباز ، المكتبة المصرية ، 2004م.
3. عادل عبد البصير على : أسس ونظريات الجمباز الحديث ،المكتبة المصرية 2004م
4. محمد ابراهيم شحاتة : اسس تعليم الجمباز ، دار الفكر العربى ، 2003م.
5. محمد ابراهيم شحاتة : تدريب الجمباز المعاصر ، دار الفكر العربى ، 2003م.
6. مفتى ابراهيم حماد : المهارات الرياضية اسس التعلم والتدريب والدليل المصور ، مركز الكتاب للنشر 2002م
7. محمد محمود عبد السلام: الجمباز للمبتدئين، دار الوفاء لدونيا الطباعة والنشر،2002م
8. وفيقة معطي سالم: تكنولوجيا التعليم والتعلم في الرياضة منشأة المعارف الإسكندرية 2001 م
9. عزيزة سالم وآخرون : رياضة الجمباز بين النظرية والتطبيق مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2000 م
 |
| 1. دوريات علمية أو نشرات ... الخ
 | 1. http:://.www.frggympstocs.com
2. http:://.www.usa.gymnostics.org/6ymnastics/history/ortistic-b.tml-2002
3. Bttp-www-6ymnova-fr
4. http:://.www.6ymnedio-com/cottbas/idex.htm.2002
5. http:://.wwwunttedathlrtiecom/loorsystem.htm2002
 |

أستاذ المادة: أ. د/ جيهان احمد بدر رئيس القسم العلمى:أ.د/ نادية عبد القادر

تاريخ مجلس القسم: 5/8/2013م