

نموذج وصف المقرر

1. اسم المقرر		العاب القوى			
2. رمز المقرر		MU1211007			
3. الفصل / السنة		سنوي			
4. تاريخ إعداد هذا الوصف		4/1/2026			
5. أشكال الحضور المتاحة		اسبوعي			
6. عدد الساعات الدراسية (الكلّي) / عدد الوحدات (الكلّي)		60 ساعة			
7. اسم مسؤول المقرر الدراسي :		الاسم: م.م. واثق عبد الساده غضب			
8. اهداف المقرر		watheq.eabdalsadat.ghadab@uomus.edu.iq			
9. استراتيجيات التعليم والتعلم		اهداف المادة الدراسية			
10. بنية المقرر		<ul style="list-style-type: none"> - التعرف على نشأة وتاريخ وملعب العاب القوى - التعرف على تقسيم الفعاليات وملعب العاب القوى - التعرف على الأداء الفني والخطوات التعليمية والقانون لسباقات (عدو المسافات القصيرة ، التتابعات ، دفع الجلة ، رمي القرص ، الوثب العالي) - القدرة على أداء مسابقات العاب القوى (عدو المسافات القصيرة ، التتابعات ، دفع الجلة، رمي القرص، الوثب العالي) 			
1. طريقة المحاضرة و المناقشة والعصف الذ					
الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة	طريقة التعليم	طريقة التقييم
لاسبوع الاول	2	شرح مفردات المنهج المقرر و التجهيزات المطلوب أن يوفرها الطالب لتنفيذ هذه المفردات	العاب القوى	المحاضرة والعرض وعرض النماذج	الاختبارات النظرية -اسئلة شفوية
لاسبوع الثاني	2	شرح مفردات المنهج المقرر و التجهيزات المطلوب أن يوفرها الطالب لتنفيذ هذه المفردات	العاب القوى	المحاضرات النظرية التفاعلية(العروض والفيديوهات التعليمية	التقييم التطبيقي الخططي

التقويم المستمر	التعلم القائم الممارسة (التطبيق العملي)	العاب القوى	شرح تاريخ ونشأة وتصنيف مسابقات العاب القوى	2	الاسبوع
الاختبارات النظر -اسئلة شفوية	التغذية الراجعة الفورية	العاب القوى	شرح تاريخ ونشأة وتصنيف مسابقات العاب القوى	2	الاسبوع الرابع
التقييم التطبيقي الخططي	التقنيات الحديثة في التعلم	العاب القوى	شرح وتطبيق عدو المسافات القصيرة	2	الاسبوع لخامس
التقويم المستمر	التغذية الراجعة الفورية	العاب القوى	شرح وتطبيق عدو المسافات القصيرة	2	الاسبوع لسادس
الاختبارات العملية	التعليم القائم على حل المشكلات	العاب القوى	شرح القواعد القانونية وأداء سباق 100 متر	2	الاسبوع السابع
البحوث والتقارير	التعلم القائم الممارسة (التطبيق العملي)	العاب القوى	شرح القواعد القانونية وأداء سباق 100 متر	2	الاسبوع لثامن
التقويم السلوكي الانضباطي	التعليم المصغر	العاب القوى	شرح وتطبيق عدو المسافات القصيرة 200 و400 متر	2	الاسبوع للتاسع
الاختبار العملي النهائي	التعلم التعاوني (العمل الجماعي)	العاب القوى	شرح وتطبيق عدو المسافات القصيرة 200 و400 متر	2	الاسبوع للعاشر
التقييم التطبيقي الخططي	التغذية الراجعة الفورية	العاب القوى	امتحان نظري امتحان عملي	2	الاسبوع لحادي
التقييم التطبيقي الخططي	التعليم القائم على حل المشكلات	العاب القوى	امتحان نظري امتحان عملي	2	الاسبوع لثاني عشر
التقويم المستمر	التعلم القائم على الممارسة (التطبيق العملي)	العاب القوى	شرح وتطبيق فعالية التتابع 4 * 100م	2	الاسبوع الثالث عشر
الاختبارات العملية	التعليم القائم على حل المشكلات	العاب القوى	شرح وتطبيق فعالية التتابع 4 * 100م	2	الاسبوع الرابع عشر
البحوث والتقارير	التعلم التعاوني (العمل الجماعي)	العاب القوى	شرح وتطبيق فعالية التتابع 4 * 400م	2	الاسبوع لخامس عشر
التقويم السلوكي الانضباطي	التغذية الراجعة الفورية	العاب القوى	شرح وتطبيق فعالية التتابع 4 * 400م	2	الاسبوع لسادس عشر
الاختبار العملي النهائي	التقنيات الحديثة في التعلم	العاب القوى	شرح وأداء فعالية دفع الجلة (تمرينات تعليمية – تصحيح الأخطاء.	2	الاسبوع السابع عشر
التقييم التطبيقي الخططي	التعليم المصغر	العاب القوى	شرح وأداء فعالية دفع الجلة (تمرينات تعليمية – تصحيح الأخطاء.	2	الاسبوع الثامن عشر
التقويم المستمر	التعلم القائم الممارسة	العاب القوى	شرح القانون وامتحان عملي لدفع الجلة	2	الاسبوع التاسع عشرا

	(التطبيق العملي)				
الاختبارات العملية	التعليم المصغر	العاب القوى	شرح القانون وامتحان عملي لدفع الجلة	2	لاسبوع لعشرون
البحوث والتقارير	التعلم التعاوني (العمل الجماعي)	العاب القوى	شرح وأداء فعالية رمى القرص (تمارينات تعليمية – تصحيح الأخطاء.	2	لاسبوع واحد والعشرون
التقويم السلوكي الانضباطي	التغذية الراجعة الفورية	العاب القوى	شرح وأداء فعالية رمى القرص (تمارينات تعليمية – تصحيح الأخطاء.	2	لاسبوع اثنان والعشرون
لاختبار العملي النهائي	التقنيات الحديثة في التعلم	العاب القوى	شرح القانون وامتحان عملي لرمي القرص	2	لاسبوع الثالث والعشرون
التقييم التطبيقي الخططي	التعليم المصغر	العاب القوى	شرح القانون وامتحان عملي لرمي القرص	2	لاسبوع الرابع والعشرون
التقويم المستمر	التعلم التعاوني (العمل الجماعي)	العاب القوى	شرح وأداء فعالية الوثب العالي (تمارينات تعليمية – تصحيح الأخطاء.	2	لاسبوع لخامس والعشرون
الاختبارات العملية	التقنيات الحديثة في التعلم	العاب القوى	شرح وأداء فعالية الوثب العالي (تمارينات تعليمية – تصحيح الأخطاء.	2	لاسبوع لسادس والعشرون
البحوث والتقارير	التغذية الراجعة الفورية	العاب القوى	شرح القانون وامتحان عملي الوثب العالي	2	لاسبوع السابع والعشرون
التقويم السلوكي الانضباطي	التعلم القائم الممارسة (التطبيق العملي)	العاب القوى	شرح القانون وامتحان عملي الوثب العالي	2	لاسبوع الثامن والعشرون
لاختبار العملي النهائي	التعليم القائم على حل المشكلات	العاب القوى	امتحان نظري وعملي	2	لاسبوع التاسع والعشرون
التقييم التطبيقي الخططي	التعلم التعاوني (العمل الجماعي)	العاب القوى	امتحان نظري وعملي	2	لاسبوع لثلاثون

11. تقييم المقرر

امتحان نظري فصل اول 10%
امتحان عملي فصل اول 15%
امتحان نظري فصل ثاني 10%
امتحان عملي فصل ثاني 15%
امتحان نظري نهائي 20%
امتحان عملي نهائي 30%
الدرجة النهائية 100%

12. مصادر التعلم والتدريس

جاسم شاني عوده ، ناهده حامد مشكور ، ف محمد علي (2017) الاسس التعل والتحكيمية الحديثة في العاب القوى , بغداد

الكتب المقررة المطلوبة (المنهجية أن وجدت)

09) هارلد مولر ، فولفجانج ريتزدورف اجرى إقفز إرعى، الاتحاد الدولى لالعاب القا مرشد الاتحاد الدولى الرسمى لتعليم ال القوى.	المراجع الرئيسية (المصادر)
https://scholar.google.com متابعة الابحاث العلمية على موقع جو العلمى	الكتب والمراجع الساندة التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير....)

Course description template

13. Course Name	
Athletics	
14. Course code	
MU1211007	
15. Semester/Year	
annual	
16. Date this description was prepared	
4 / 1 / 6 202	
17. Available forms of attendance	
weekly	
18. Number of study hours (total) / Number of units (total)	
hours 60	
19. :Name of course coordinator	
:the name M.M. Watheq Abdul-Sada Ghadab watheq.eabdalsadat.ghadab@uomus.edu.iq	
objectives Course .20	
Course objectives	Learn about the origin, - history, and athletics stadium Identifying the division of - events and the athletics stadium Understanding the technical - performance, educational steps, and rules of short- distance running races. Relays shot put, discus throw, high , jump

				The ability to perform - athletics competitions (sprints, relays , shot put,) (discus throw, high jump)	
Teaching and learning strategies .21					
strategy				The lecture method .2 involves discussion and .brainstorming	
Course structure .22					
Week	Hours	Required learning outcomes	Unit name	Teaching method	Evaluation Method
Week 1	2	Explanation of the prescribed curriculum and the equipment the student is required to provide to implement these .concepts	Athletics	Lecture, presentation, and model display	theoretical tests Oral questions
Week 2	2	Explanation of the prescribed curriculum and the equipment the student is required to provide to implement these .concepts	Athletics	theoretical lectures (cational presentations (and videos	Practical and strategic assessment
Week	2	Explanation of the history, origins, and classification of athletics competitions	Athletics	Practice-based learning (Practical) (application	Continuous assessment
Week 4	2	Explanation of the history, origins, and classification of athletics competitions	Athletics	Immediate feedback	theoretical tests Oral questions
Week 5	2	Explanation and application of short-distance running	Athletics	Modern learning technologies	Applied planning assessment
Week 6	2	Explanation and application of short-distance running	Athletics	Immediate feedback	Continuous assessment
Week 7	2	Explanation of the legal rules and performance of the 100-meter race	Athletics	Problem-based learning	Practical tests
Week 8	2	Explanation of the legal rules and performance of the 100-meter race	Athletics	Practice-based learning (Practical) (application	Research and Reports
Week 9	2	Explanation and application of short-distance running (200 and (meters 400	Athletics	Microlearning	Behavioral and disciplinary assessment

Week 10	2	Explanation and application of short-distance running (200 and meters 400)	Athletics	Cooperative learning (teamwork)	Final practical test
Week 11	2	Theory exam practical exam	Athletics	Immediate feedback	Practical and strategic evaluation
Week Twelve	2	Theory exam practical exam	Athletics	Problem-based learning	Practical and strategic evaluation
Week 13	2	Explanation and application of the 4 x 100m relay race activity	Athletics	Practice-based learning practical) (application	Continuous assessment
Week Fourteen	2	Explanation and application of the 4 x 100m relay race activity	Athletics	Problem-based learning	Practical tests
Week fifteen	2	Explanation and application of the 4 x 400m relay race activity	Athletics	Cooperative learning (teamwork)	Research and Reports
Week 16	2	Explanation and application of the 4 x 400m relay race activity	Athletics	Immediate feedback	Behavioral and disciplinary assessment
Week 17	2	Explanation and performance of the shot put activity educational exercises - error) .(correction	Athletics	Modern learning technologies	Final practical test
Week 18	2	Explanation and performance of the shot put activity educational exercises - error) .(correction	Athletics	Microlearning	Practical and strategic evaluation
Week 19	2	Explanation of the rules and a practical shot put exam	Athletics	Practice-based learning Practical) (application	Continuous assessment
Week 20	2	Explanation of the rules and a practical shot put exam	Athletics	Microlearning	Practical tests
Week 21	2	Explanation and performance of the discus throw activity educational exercises - error) .(correction	Athletics	Cooperative learning (teamwork)	Research and Reports
Week 22	2	Explanation and performance of the discus throw activity educational exercises - error) .(correction	Athletics	Immediate feedback	Behavioral and disciplinary assessment
Week 23	2	Explanation of the rules and a practical discus throw exam	Athletics	Modern learning technologies	final practical test

Week 24	2	Explanation of the rules and a practical discus throw exam	Athletics	Microlearning	Practical and strategic evaluation
Week 25	2	Explanation and performance of the high jump activity educational exercises - error) .(correction	Athletics	Cooperative learning (teamwork)	Continuous assessment
Week 26	2	Explanation and performance of the high jump activity educational exercises - error) .(correction	Athletics	Modern learning technologies	Practical tests
Week 27	2	Explanation of the rules and practical high jump exam	Athletics	Immediate feedback	Research and Reports
Week 28	2	Explanation of the rules and practical high jump exam	Athletics	Practice-based learning (Practical) (application)	Behavioral and disciplinary assessment
Week 29	2	and practical exam	Athletics	Problem-based learning	final practical test
Week 30	2	and practical exam	Athletics	Cooperative learning (teamwork)	Practical and strategic evaluation

Course evaluation .23

Theoretical exam first semester 10%
 Practical exam first semester 15%
 Theory exam, second semester, 10%
 Practical exam, second semester, 15%
 Final theory exam 20%
 Final practical exam 30%
 Final grade 100%

Learning and teaching resources .24

Required textbooks (methodology, if applicable)	sim Shani Awda, Nahida Hamed Mashkour, Qusay Mohammed Ali (2017) Modern Educational and Arbitration Foundations in Athletics , Baghdad
Main references (sources)	Harald Müller, Wolfgang Ritzdorf (2009) Jump Throw me , the International Federation For athletics, the International Federation 's

	guide Official Athletics . Training Center
Recommended supporting books and references (scientific (...journals, reports	https://scholar.google.com ollow scientific research on the Google Science website