

نموذج وصف المقرر

1. اسم المقرر	الجناستك				
2. رمز المقرر	MU1212006				
3. الفصل / السنة	نظام سنوي				
4. تاريخ إعداد هذا الوصف	2024 / 9 / 21				
5. أشكال الحضور المتاحة	أسبوعي (عملي +نظري)				
6. عدد الساعات الدراسية (الكلي)/ عدد الوحدات (الكلي)	60 ساعة بمعدل 2 ساعة في الأسبوع/ 2 وحدة				
7. اسم مسؤول المقرر الدراسي (اذا اكثر من اسم يذكر)	الاسم: م.م طيبة فيصل الآيميل :				
8. اهداف المقرر	اهداف المادة الدراسية				
1 تعريف الطالب بمفهوم رياضة الجناستك					
2 توضيح الاختلاف والتشابه بين اجهزة الجناستك القانونية					
3 تعريف الطالب بالصفات البدنية التي يتحلى بها لاعب الجناستك					
4 تعليم الطالب المهارات الحركية على بساط الحركات الارضية					
5 تعليم الطالب بالمهارات الحركية على جهاز المتوازي والحلق والعقلة					
6 تعليم الطالب المهارات الحركية على طاولة الفرز وحصان المقابض					
9. استراتيجيات التعليم والتعلم	الاستراتيجية				
1. طريقة المحاضرة					
2. طريقة المناقشة وإبداء الآراء الخاصة بالموضوع					
3. التطبيق العملي في قاعة الجناستك					
4. النموذج الحركي					
10. بنية المقرر					
طريقة التقييم	طريقة التعليم	اسم الوحدة / المساق أو الموضوع	مخرجات التعلم المطلوبة	الساعات	الأسبوع
	المحاضرة	الجناستك الفني	1 لقاء تعريفي	2	الأسبوع الاول

	والعرض					
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	2بذه تاريخية عن الجمناستك	2	الاسبوع الثاني	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	القييم التربوية عن الجمناستك أجهزة الذكور والإناث	2	الاسبوع الثالث	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	الدرجة الامامية المكورة	2	الاسبوع الرابع	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	الدرجة الامامية فتحا	2	الاسبوع الخامس	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	الدرجة الخلفية الدرجة الجانبية	2	الاسبوع السادس	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	الميزان وانواعه وتطبيق المهارة	2	الاسبوع السابع	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	مهارة الوقوف على الراس	2	الاسبوع الثامن	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	مهارة الوقوف على اليدين	2	الاسبوع التاسع	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	بساط الحركات الأرضية شرح	2	الاسبوع العاشر	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	العجلة البشرية	2	الاسبوع الحادي عشر	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	إعادة المهارات السابقة لتدكير	2	الاسبوع الثاني عشر	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	القفزة العربية مع السند	2	الاسبوع الثالث عشر	
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	امتحان نظري+عملي	2	الاسبوع الرابع عشر	
			امتحان نصف السنة		الاسبوع الخامس عشر	
			عطلة نصف السنة		الاسبوع السادس عشر	
اختبار	الحاضرة	الجمناستك الفني	القفزة العربية بدون سند	2	الاسبوع السابع عشر	

	والعرض				
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	العجلة البشرية	2	الاسبوع الثامن عشر
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	دحرجة الامامية من الغطس	2	الاسبوع التاسع عشر
اختبار		الجمناستك الفني	جهاز العقلة	2	الاسبوع العشرون
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	تعلم مهارة الطلوع على جهاز العقلة	2	الحادي والعشرون
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	جهاز الحلق	2	الاسبوع اثنان والعشرون
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	منصة القفز	2	الاسبوع الثالث والعشرون
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	المتوازي للرجال	2	الاسبوع الرابع والعشرون
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	تعلم مهارة الطلوع	2	الاسبوع الخامس والعشرون
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	جهاز عارضة التوازن	2	الاسبوع السادس والعشرون
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	جهاز المتوازي مختلف الارتفاعات	2	الاسبوع السابع والعشرون
اختبار	الحاضرة والعرض	الجمناستك الفني	مواصفات الجهاز وتعلم المهارات	2	الاسبوع الثامن والعشرون
اختبار			امتحان نظري	2	الاسبوع التاسع والعشرون
			امتحان نظري + عملي	2	الاسبوع الثلاثون

11. تقييم المقرر

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

12. مصادر التعلم والتدريس

<p>صالح العزاوي وبسمان عبد الوهاب ،الجمناستك الفنى التطبيقى،النجف دار الضياء للطباعة2013</p> <p>عادل عبد البصير،النظريات والاسس العلميةفي تدريب الجمباز الحديث ،القاهرة ،دار الفكر العربي 2003</p> <p>حمد ابراهيم شحاته أسس تعليم الجمباز،دار الفكر العربي،الاسكندرية 2003</p> <p>صائب العبيدي ، الجمناستك للرجال ،بغداد 1999</p> <p>الاتحاد العربي السوري. قواعد التقويم الدولية للرجال بالجمناستك ، ترجمة فائز الخطيب واخرين ،2001 .</p> <p>أمين أنور الخولي ، أسامة كامل راتب : <u>التربية الحركية</u> ،ط1،القاهرة ،دار الفكر العربي ،1998 .</p>	<p>الكتب المقررة المطلوبة (المنهجية أن وجدت)</p>
<p>صائب عطيه احمد ، إبراهيم خليل مراد : <u>الجمناستك</u> ،بغداد ، مطبعة جامعة بغداد . 1985،</p>	<p>المراجع الرئيسية (المصادر)</p>
	<p>الكتب والمراجع الساندة التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير....)</p>
<p>/https://ar.wikipedia.org/wiki/</p>	<p>المراجع الإلكترونية ، مواقع الانترنت</p>

Course Description Form

1. Course Name

gymnastics

2. Course Code

3. Semester /year

First semester + second semester/annual system

4. Date this description was prepared

2025/9/21

5. A. Available attendance forms

Weekly (practical + theoretical)

6. Number of study hours (total)/number of units (total)

60hours, 2 hours per week 2 / units

7. Name of the course administrator (if more than one name is mentioned)

Name: Email :

8. Course objectives

- | | |
|---|--|
| 1 Introducing the student to the concept of gymnastics
2 Explaining the differences and similarities between legal gymnastics equipment
3 Introducing the student to the physical characteristics of a gymnast
4 Teaching the student motor skills on the ground floor movements
5 Teaching the student motor skills on the parallel bar, barbell, and barbell
6 Teach the student motor skills on the jumping table and horse handles | Objectives of the study subject |
|---|--|

9. Teaching and learning strategies

- | | |
|--|---------------------|
| 1 Lecture method
2 How to discuss and express opinions on the topic
3 Practical application in the gymnasium hall
4 Kinetic model | The strategy |
|--|---------------------|

10. Course structure

the week	hours	Required learning outcomes	Name of the unit/course or subject	Teaching method	Evaluation method
The first week	2	1 introductory meeting	Artistic gymnastics	Lecture and presentation	
second week	2	2A historical overview of gymnastics	Artistic gymnastics	Lecture and presentation	a test
the week the third	2	Educational evaluations about gymnastics Male and female devices	Artistic gymnastics	Present and presentation	a test
fourth week	2	Rolled front roll	Artistic gymnastics	Lecture and presentation	a test
The fifth week	2	Front roll open	Artistic gymnastics	Present and presentation	a test
the sixth week	2	Back roll Lateral roll	Artistic gymnastics	Lecture and presentation	a test
The seventh week	2	Libra ,its types, and application of the skill	Artistic gymnastics	Present and presentation	a test

11. Course evaluation

Theoretical exam first semester 10%

Practical exam first semester 15%

Theoretical exam first semester 10%

Practical exam, second semester, 15%

Theoretical final exam 20%

Final practical exam 30%

Final grade 100%

12. Learning and teaching resources

Saleh Al-Azzawi and Basman Abdul-Wahhab, Applied Artistic Gymnastics, Najaf, Dar Al-Diyaa Printing 2013

Adel Abdel Basir, Theories and Scientific Foundations in Modern Gymnastics Training, Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2003.

Hamad Ibrahim Shehata, Foundations of Gymnastics Education, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Alexandria 2003.

Saeb Al-Obaidi, men's gymnastics, Baghdad 1999

Syrian Arab Union .International calendar rules for men in gymnastics ,translated by Fayez Al-Khatib and others, 2001.

Amin Anwar Al-Khouly, Osama Kamel Rateb :Kinetic Education1 ,st edition ,Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1998.

Required textbooks (methodology, if any)

Saeb Attiya Ahmed, Ibrahim Khalil Murad :Gymnastics , Bagdad, Bagdad University Press, 1985.

Main references (sources)

<https://ar.wikipedia.org/wiki/>

Recommended supporting books and references) scientific journals, reports(....

Electronic references, Internet sites