

## نموذج وصف المقرر

1. اسم المقرر					
الجمناستك					
2. رمز المقرر					
MU1212006					
3. الفصل / السنة					
نظام سنوي					
4. تاريخ إعداد هذا الوصف					
2024 / 9/ 21					
5. أشكال الحضور المتاحة					
اسبوعي ( 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 الأيمل :					
8. اهداف المقرر					
1 تعريف الطالب بمفهوم رياضة الجمناستك					
2 توضيح الاختلاف والتشابه بين اجهزة الجمناستك القانونية					
3 تعريف الطالب بالصفات البدنية التي يتحلى بها لاعب الجمناستك					
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 القفز وحصان المقابض					
9. استراتيجيات التعليم والتعلم					
1. طريقة المحاضرة					
2. طريقة المناقشة وإبداء الآراء الخاصة بالموضوع					
3. التطبيق العملي في قاعة الجمناستك					
4. النموذج الحركي					
10.بنية المقرر					
الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة / المساق أو الموضوع	طريقة التعليم	طريقة التقييم
الاسبوع الاول	2	1 لقاء تعريفى	الجمناستك الفني	المحاضرة	

	والعرض				
الاىبوع الثانى	2	2نبذه تاريخية عن الؤمناسلك	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع الثالث	2	الؤيم التربوية عن الؤمناسلك أؤهزة الذكور والاناث	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع الرابع	2	الدرجة الامامية المكورة	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع الخامس	2	الدرجة الامامية فتحا	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع السادس	2	الدرجة الخلفية الدرجة الجانبية	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع السابع	2	الميزان وانواعه وتطبيق المهارة	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع الثامن	2	مهارة الوقوف على الراس	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع التاسع	2	مهارة الوقوف على الؤدين	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع العاشر	2	بساط الحركات الأرضية شرح	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع الحادي عشر	2	العجلة البشرية	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع الثانل عشر	2	إعادة المهارات السابقة لتذكير	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع الثالث عشر	2	القفرة العربية مع السند	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع الرابع عشر	2	امتحان نظري+عملي	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة والعرض	اختبار
الاىبوع الخامس عشر		امتحان نصف السنة			
الاىبوع السادس عشر		عطلة نصف السنة			
الاىبوع السابع عشر	2	القفرة العربية بدون سند	الؤمناسلك الفنل	المحاضرة	اختبار

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

## 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 ،الجناساتك الفني التطبيقي،النجم دار الضياء للطباعة 2013</p> <p>عادل عبد البصير، النظريات والاسس العلمية في تدريب الجمباز الحديث ،القاهرة ،دار الفكر العربي 2003</p> <p>حمد ابراهيم شحاتة أسس تعليم الجمباز، دار الفكر العربي، الاسكندرية 2003</p> <p>صائب العبيدي ، الجناساتك للرجال ،بغداد 1999</p> <p>الاتحاد العربي السوري. قواعد التقويم الدولية للرجال بالجناساتك ، ترجمة فايز الخطيب وآخرين ، 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 عطية احمد , إبراهيم خليل مراد : <u>الجناساتك</u> ،بغداد ، مطبعة جامعة بغداد ، 1985 .</p>	<p>المراجع الرئيسة ( المصادر )</p>
	<p>الكتب والمراجع الساندة التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير .... )</p>
<p><a href="https://ar.wikipedia.org/wiki">/https://ar.wikipedia.org/wiki</a></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	<b>Objectives of the study subject</b>
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	<b>The strategy</b>

## 10.Course structure

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

11. Course evaluation	
<b>Theoretical exam first semester 10%</b> <b>Practical exam first semester 15%</b> <b>Theoretical exam first semester 10%</b> <b>Practical exam, second semester, 15%</b> <b>Theoretical final exam 20%</b> <b>Final practical exam 30%</b> <b>Final grade 100%</b>	
12. Learning and teaching resources	
<p>Saleh Al-Azzawi and Basman Abdul-Wahhab, Applied Artistic Gymnastics, Najaf, Dar Al-Diyaa Printing 2013</p> <p>Adel Abdel Basir, Theories and Scientific Foundations in Modern Gymnastics Training, Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2003.</p> <p>Hamad Ibrahim Shehata, Foundations of Gymnastics Education, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Alexandria 2003.</p> <p>Saeb Al-Obaidi, men's gymnastics, Baghdad 1999</p> <p>Syrian Arab Union .<u>International calendar rules for men in gymnastics</u> ,translated by Fayez Al-Khatib and others, 2001.</p> <p>Amin Anwar Al-Khouly, Osama Kamel Rateb :<u>Kinetic Education</u>1 ,st edition ,Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1998.</p>	Required textbooks (methodology, if any)
<p>Saeb Attiya Ahmed, Ibrahim Khalil Murad : <u>Gymnastics</u> , Baghdad, Baghdad University Press, 1985.</p>	Main references (sources)
	Recommended supporting books and references) scientific journals, reports(....
<a href="https://ar.wikipedia.org/wiki/">https://ar.wikipedia.org/wiki/</a>	Electronic references, Internet sites