

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الإشراف والتقويم العلمي
دائرة ضمان الجودة والاعتماد الأكاديمي

وصف البرنامج الأكاديمي للكلية والمعاهد
للعام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤

الجامعة : واسط

الكلية /المعهد : التربية البدنية و علوم الرياضة

تاريخ ملء الملف : ٢٠٢٣/٩/١٠ - ٢٠٢٣/١١/١

التوقيع :
اسم المعاون العلمي : أ.م.د. عامر راشد شيال

كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
ضمان الجودة و الاداء الجامعي

دقق الملف من قبل
شعبة ضمان الجودة والأداء الجامعي

اسم مدير شعبة ضمان الجودة والأداء الجامعي: م.م. مروة نافع الحجامي

مصادقة السيد العميد

وصف البرنامج الأكاديمي

يوفر وصف البرنامج الأكاديمي هذا إيجازاً مقتضياً لأهم خصائص البرنامج ومخرجات التعلم المتوقعة من الطالب تحقيقها مبرهنًا عما إذا كان قد حقق الاستفادة القصوى من الفرص المتاحة . ويصاحبه وصف لكل مقرر ضمن البرنامج

١. المؤسسة التعليمية	جامعة واسط
٢. القسم العلمي / المركز	كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
٣. اسم البرنامج الأكاديمي او المهني	الدراسة الاولى لمنح شهادة البكالوريوس في التربية البدنية و علوم الرياضة
٤. اسم الشهادة النهائية	بكالوريوس
٥. النظام الدراسي : سنوي /مقررات/اخرى	سنوي
٦. برنامج الاعتماد المعتمد	NCATE
٧. المؤثرات الخارجية الأخرى	-
٨. تاريخ إعداد الوصف	٢٠٢٣/٩/١٠ – ٢٠٢٣/١١/١
٩. أهداف البرنامج الأكاديمي	
١. اعداد مدرسين للتربية الرياضية لمختلف المراحل وتشمل الاعداد التربوي والعلمي بالتدريس والتدريب والتنظيم والادارة في مجالات التربية الرياضية والصحية والترويج.	
٢. استخدام الاساليب العلمية الحديثة في التدريس والتدريب والتأليف والبحث العلمي.	
٣. تقديم البحوث والدراسات العلمية والتربوية التي تعمل على تسريع العملية التربوية والتعليمية .	
٤. العمل على تطوير الحركة الرياضية لجميع قطاعات المجتمع بالتعاون مع المؤسسات الرياضية .	
٥. اعداد قادة من الشباب لقيادة الحركة الرياضية والشبابية في المنطقة والعمل في الاندية والاتحادات الرياضية التابعة الى اللجنة الاولمبية الوطنية العراقية .	
٦. نشر الوعي الرياضي والثقافة البدنية وتشجيع البحث العلمي .	

١٠. مخرجات البرنامج المطلوبة وطرائق التعليم والتعلم والتقييم
أ- الاهداف المعرفية . أ 1- معرفة الحقائق المحددة- . أ 2- معرفة المصطلحات الفنية وطرق البحث- . أ 3- معرفة الاصطلاحات المتعارف عليها للتعامل مع الظواهر او المعارف- . أ 4- القدرة على الشرح والايضاح والتفسير والوصف والرسم- . أ 5- معرفة التصنيفات والفئات والمنهجية- . أ 6- معرفة منهجية وطرائق البحث.
ب - الاهداف المهاراتية الخاصة بالبرنامج : ب 1- ان يتعرف الطالب . ب 2- ان يتذكر الطالب . ب 3- ان يشرح الطالب.
طرائق التعليم والتعلم
١ . طريقة المحاضرة. ٢ . الكتب المنهجية المساعدة. ٣ . الانشطة العملية. ٤ . ورش العمل .
طرائق التقييم
١. التقارير والبحوث العلمية للمواد. ٢ . الحضور الدائم . ٣ . النشاطات والمشاركات اليومية . ٤ . الاختبارات النظرية والشفوية والعملية.
ج- الاهداف الوجدانية والقيمية ج 1- القدرة على التحليل ج 2- القدرة على التفكير الابداعي . ج 3- تحديد وحل المشاكل ج 4- التصور والقدرة على النقد البناء.

طرائق التعليم والتعلم
١. الواجبات . ٢. العمل الجماعي. ٣. الأنشطة العملية والمختبرية . ٤. دراسات الحالة الوصفية.
طرائق التقييم
١. الاختبارات التحريرية . ٢. المشاريع المستقلة . ٣. البحوث العلمية

د - المهارات العامة والتأهيلية المنقولة (المهارات الأخرى المتعلقة بقابلية التوظيف والتطور الشخصي). د 1- الاتصال والتواصل والتحرير الشفوي - . د 2- استخدام الادوات والتكنولوجيا الحديثة - . د 3- تكنولوجيا المعلومات والاتصال - . د 4- التعامل مع الحاسوب الالي.
طرائق التعليم والتعلم
١- القدرة على الاتصال والتواصل. ٢- القدرة على العمل الجماعي. ٣- القدرة على ادارة الوقت. ٤- القدرة على الالقاء والتقديم
طرائق التقييم
١- كتابة التقارير ٢- كتابة المقالات العلمية . ٣- تقديم العروض الشفوية. ٤- مهارات فريق العمل

المرحلة الاولى

اسم المادة (عربي)	اسم المادة (انكليزي)	الساعات	الوحدات
علم التشريح	Anatomy	٢	٤
الساحة والميدان	Track and field	٢	٢
كرة السلة	Basketball	٢	٤
كرة القدم	Soccer	٢	٤
السباحة	Swimming	٢	٤
الكشافة والمخيمات	Scouts and camps	٢	٢
رفع اثقال طلاب	Weightlifting (male students)	٢	٢
لياقة بدنية طالبات	Fitness(male students)	٢	٢
اللغة العربية	Arabic language	٢	٤
تاريخ التربية الرياضية	History of physical education	٢	٤
حقوق الانسان	Human rights	٢	٢
اللغة الانكليزية	English Language	٢	٢
الحاسوب	Coputer	٢	١

المرحلة الثانية

اسم المادة (عربي)	اسم المادة (انكليزي)	الساعات	الوحدات
علم البايوميكانيك	Biomechanics	٢	٤
الساحة والميدان	Track and Field	٢	٢
كرة السلة	Basketbal	٢	٢
كرة اليد	Handball	٢	٤
الكرة الطائرة	Volleyball	٢	٢
جمناستك الاجهزة	Artistic Gymnastics	٢	٤
الملاكمة طلاب	Boxing (Male Students)	٢	٢
جمناستك ايقاعي طالبات	Rhythmic Gymnastics (Female Students)	٢	٢
طرائق التدريس	Teaching methods	٢	٢

٤	٢	Sports training	التدريب الرياضي
٤	٢	Sports statistics	الاحصاء الرياضي
٤	٢	Test and Measurement	الاختبارات والقياس
٢	٢	English Language	اللغة الانكليزية
١	٢	Computer	الحاسوب
2	2		جرائم حزب البعث
٤	٢	Arabic language	اللغة العربية

المرحلة الثالثة			
الوحدات	الساعات	اسم المادة (انكليزي)	اسم المادة (عربي)
٤	٢	Physiology	علم الفسلجة
٤	٢	Injuries and Rehabilitation	الاصابات والتأهيل
٤	٢	Motor Learning	التعلم الحركي
٤	٢	Scientific Research	البحث العلمي
٢	٢	Track and Field	الساحة والميدان
٤	٢	Volleyball	الكرة الطائرة
٢	٢	Soccer	كرة القدم
٢	٢	Handball	كرة اليد
٢	٢	Artistic Gymnastics	جمناستك الاجهزة
٢	٢	Fencing	المبارزة
٢	٢	(Racket Games (Tennis	الغاب المضرب (التنس)
٢	٢	Wrestling	المصارعة طلاب
٢	٢	Rhythmic Gymnastics	جمناستك ايقاعي طالبات

المرحلة الرابعة			
الوحدات	الساعات	اسم المادة (انكليزي)	اسم المادة (عربي)
٤	٢	Foundations of education	اسس التربية
٤	٢	Sports psychology	علم النفس الرياضي
٤	٢	Sports training	التدريب الرياضي
٤	٢	Management and Organization	الادارة والتنظيم

٤	٢	Motor Analyses	التحليل الحركي
٢	٢	Track and Field	الساحة والميدان
٢	٢	Volleyball	الكرة الطائرة
٢	٢	Soccer	كرة القدم
٢	٢	Handball	كرة اليد
٢	٢	Basketball	كرة السلة
٤	٢	Scientific research project	مشروع البحث العلمي
٤	٢	(Teaching methods (field application	طرائق تدريس (التطبيق الميداني)
٢	٢	Teaching methods	طرائق تدريس

١٢. التخطيط للتطور الشخصي

- ١- عمل دورات تدريبية في الاختصاص بشكل دوري.
- ٢- دمج الطلبة في المعاهد التأهيلية للعمل في مؤسسات الدولة.
- ٣- استخدام شبكة الانترنت العالمية للتوسع والتطور العلمي.
- ٤- الحث على زيارة المكتبة باستمرار
- ٥- اقامة معارض مشتركة تعكس مدى قابلية الطلبة على العمل والابداع والتطور.
- ٦- المتابعة المستمرة للطلبة التي تحتاج الى زيادة للمعلومات والادراك والفهم لمفردات بعض المواد.

١٣. معيار القبول (وضع الأنظمة المتعلقة بالالتحاق بالكلية أو المعهد)

- ١- اختبار محك القبول 60 والذي يتمثل بالمعدل العام للطلاب.
- ٢- اختبار الفحص الطبي.
- ٣- اجتياز الاختبارات التنافسية والمتمثلة بالاختبارات (البدنية المهارية).
- ٤- اجتياز الاختبار النظري والمقابلة الشخصية.
- ٥- استخدام المعايير في القبول من خلال الاعتماد على الاسس العلمية للاختبارات وقبول الافضل وحسب خطة القبول المركزي

١٤. أهم مصادر المعلومات عن البرنامج

- ١- المذكرات.
- ٢- الكتب الدراسية للمقرر.
- ٣- المجالات العلمية.
- ٤- المجالات الدورية.
- ٥- الشبكة المعلوماتية (الانترنت)

مخطط مهارات المنهج

يرجى وضع اشارة في المربعات المقابلة لمخرجات التعلم الفردية من البرنامج الخاضعة للتقييم

مخرجات التعلم المطلوبة من البرنامج																أساسي أم اختياري	اسم المقرر	رمز المقرر	السنة / المستوى
المهارات العامة والتأهيلية المنقولة (المهارات الأخرى المتعلقة بقابلية التوظيف والتطور الشخصي)				الاهداف الوجدانية والقيمية				الاهداف المهاراتية الخاصة بالبرنامج				الاهداف المعرفية							
٤د	٣د	٢د	١د	٤ج	٣ج	٢ج	١ج	ب ٤	ب ٣	ب ٢	ب ١	٤أ	٣أ	٢أ	١أ				
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	حاسبات		الاول
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	العاب الساحة والميدان		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة القدم – طلاب		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	جمناستك – طالبات		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة السلة		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	سباحة		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كشافة		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	تاريخ التربية الرياضية		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	التشريح		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	اللغة الانكليزية		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	حقوق الانسان		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	رفع الاثقال		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	لياقة بدنية - طالبات		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	اللغة العربية		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة السلة		الثاني

✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	الكرة الطائرة		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	ملاكمة – طلاب		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	العاب مضرب		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	طرائق التدريس		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	اختبارات و قياس		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	التدريب الرياضي		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	الاحصاء الرياضي		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	العاب الساحة و الميدان		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة اليد		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	الجمناستك		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	البايوميكانيك		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	حاسبات		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	جرائم حزب البعث		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	اللغة الانكليزية		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	البحث العلمي		الثالث
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	التعلم الحركي		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	الطب الرياضي		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	طرائق التدريس		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	الفلسفة		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة الطائرة		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	العاب المضرب		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة اليد		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة القدم طلاب		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	جمناستك ايقاعي طالبات		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	المبارزة		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	جمناستك اجهزة		

✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	مصارعة طلاب		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	لياقة طالبات		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	التطبيق العملي		الرابع
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	مشروع البحث		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	علم النفس الرياضي		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	علم التدريب الرياضي		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	الادارة و التنظيم		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	اسس التربية		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	العاب الساحة و الميدان		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة السلة		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة اليد		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة القدم		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	لياقة طالبات		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	كرة الطائرة		
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	اساسي	طرائق التدريس		

وصف المقرر

يوفر وصف المقرر هذا إيجازاً مقتضياً لأهم خصائص المقرر ومخرجات التعلم المتوقعة من الطالب تحقيقها مبرهناتاً عما إذا كان قد حقق الاستفادة القصوى من فرص التعلم المتاحة. ولا بد من الربط بينها وبين وصف البرنامج.

١. المؤسسة التعليمية	جامعة واسط
٢. القسم العلمي / المركز	كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
٣. اسم / رمز المقرر	
٤. أشكال الحضور المتاحة	سنوي
٥. الفصل / السنة	٢٠٢٣-٢٠٢٤
٦. عدد الساعات الدراسية (الكلي)	١٣٢ اسبوعيا
٧. تاريخ إعداد هذا الوصف	٢٠٢٣/٩/١٠ – ٢٠٢٣/١١/١
٨. أهداف المقرر	
١ - اعداد مدرسين للتربية الرياضية لمختلف المراحل وتشمل الاعداد التربوي والعلمي بالتدريس والتدريب والتنظيم والادارة في مجالات التربية الرياضية والصحية والترويج.	
٢ - استخدام الاساليب العلمية الحديثة في التدريس والتدريب والتأليف والبحث العلمي.	
٣ - تقديم البحوث والدراسات العلمية والتربوية التي تعمل على تسريع العملية التربوية والتعليمية .	
٤ - العمل على تطوير الحركة الرياضية لجميع قطاعات المجتمع بالتعاون مع المؤسسات الرياضية.	
٥ - اعداد قادة من الشباب لقيادة الحركة الرياضية والشبابية في المنطقة والعمل في الاندية والاتحادات الرياضية التابعة الى اللجنة الاولمبية الوطنية العراقية .	
٦ - نشر الوعي الرياضي والثقافة البدنية وتشجيع البحث العلمي .	

٩. بنية المقرر

وصف المقرر الدراسي للمرحلة الاولى

الأسبوع	الساعات	اسم الوحدة / أو الموضوع	مخرجات التعلم المطلوبة	طريقة التعليم	طريقة التقييم
استمارة الخطة التدريسية للمادة					
الاسم	م.د وسام زكي/م.د عصام مهاوش/م.د حامد علي عبد الحسين / م.م حسن عبد الرزاق / م.م مؤتمن جبار				
البريد الالكتروني	Hamedab.abdulhussien606@uowasit.edu.iq				
اسم المادة	الكشافة				
المرحلة	الاولى				
الفرع	العلوم الفردية				
اهداف المادة	التعريف بالحركة الكشفية وكيفية نشوئها.				
التفاصيل الاساسية للمادة	الحركة الكشفية / ماهية الحركة الكشفية/ مراحل الحركة الكشفية/ المثل في الحركة الكشفية/ الاعلام/ الفنون الكشفية / الخيمة الكشفية / الاسعافات الاولى/ مراسيم رفع العلم وخفضه .				
الكتب المنهجية	الكتاب المنهجي لمادة الكشفية				
المصادر الخارجية	- كتب الكشفية المنهجية من جامعة الاسكندرية - الشبكة المعلوماتية الانترنت.				
تقديرات الفصل	الفصل الدراسي الاول	المختبر	الفصل الدراسي الثاني	المشروع	الامتحان النهائي
	٢٥٪	٠	٢٥٪	٠	٥٠٪
معلومات اضافية					
استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات					
الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية والعملية			
١	٢٢/١١/٢٠٢٣	التعريف بالحركة الكشفية وكيفية نشوئها			
٢	٢٩/١١	الحركة الكشفية في العالم والدول العربية والعراق			
٣	٦/١٢	ماهية الحركة الكشفية – وسائلها واهدافها (حياة الخلاء – نظام الطلائع – الشارات والالوسمة – الوعد – القانون)			
٤	١٣/١٢	مراحل الحركة الكشفية ،الاشبال والزهرات الكشاف والمرشدة المبتدئ ،الكشاف والمرشد المتقدم الجولة و الدليلات			

٥	١٢/٢٠	المثل في الحركة الكشفية وتشمل المعنوية (القائد – الرموز – الشارات)
٦	١٢/٢٧	المادية (الوعد – القانون)
٧	٢٠٢٤/١/٤	الاعلام (تقاليد الاعلام – انواع الاعلام الكشفية-مراسيم رفع وخفض العلم – التحية الكشفية-العلامة الكشفية – المصافحة)
٨	١/١١	مراسيم رفع العلم وخفضه
٩	١/١٨	مراسيم رفع العلم وخفضه
١٠	١/٢٥	مراسيم رفع العلم وخفضه
١١	٢/٢	امتحان الاول
١٢	٢/٩	الفرقة الكشفية وكيفية تكوينها – سجلاتها اجتماعاتها
١٣	٢/١٦	النظام والضبط والتفتيش في المخيمات الكشفية
١٤	٢/٢٣	اشارات الايادي و اشارات الصافرة
١٥		
١٦		
١٧	٣/١	الفنون الكشفية وتشمل – انواع المخيمات الكشفية – الشروط الواجب توفرها في المخيمات العمل قبل واثناء المخيم الكشفى
١٨	٣/٨	الخيمة الكشفية (اجزاء الخيمة – كيفية نصبها وتقويضها العناية بها)
١٩	٣/١٥	الحوال (انواعها – كيفية العناية بها – العقد الكشفية – الربطات – الدورات – اعمال الريادة)
٢٠	٣/٢٢	حفل السمر (تهئية واعداد مكان السمر-برنامج السمر-نار السمر وكيفية ايقادها)
٢١	٣/٢٩	الحراسة الصباحية والمسائية في المخيمات
٢٢	٤/٦	لنيران وطهي الطعام (انواع النيران واستخدامها – كيفية ايقاد النار – طريقة طهي الطعام وحفظه)
٢٣	٤/١٣	الاسعافات الاولى وتشمل: الجروح والنزف – الكسور – الحروق – ضربة الشمس – استخدامات الربطة الكشفية في ربط الجروح والكسور
٢٤	٤/٢٠	العقد الكشفية والربطات والدورات
٢٥	٤/٢٧	ايقاد النار
٢٦	٥/٤	-نماذج ريادة مختلفة
٢٧	٥/١١	
٢٨	٥/١٨	-نصب الخيمة وتقويضها
٢٩	٥/٢٥	قائمة مخيم تجريبي

٣٠	٦/٢	الامتحان الثاني	
٣١			
٣٢			

استمارة الخطة التدريسية للمادة

الاسم	ا.م.د. عماد خليف جابر مروح العاصمي / ا.م.د. بشار بنوان الزامل		
البريد الالكتروني	ejaber@uowasit.edu.iq		
اسم المادة	التشريح الرياضي		
المرحلة	الاولى		
الفرع	العلوم الفردية		
اهداف المادة	التعريف بتشريح جسم الانسان ومعرفة اجهزة واعضاء الجسم ووظائفها .		
التفاصيل الاساسية للمادة	علم التشريح / الاتجاهات والمستويات / الخلية ومكوناتها ووظائفها , اجهزة (العظمي و العضلي والمفاصل والدوي التنفسي بشكل مختصر .		
الكتب المنهجية	كتاب منهجي التشريح الرياضي في جامعة واسط - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة		
المصادر الخارجية	- كتب التشريح منهجية في جامعة بغداد - الشبكة المعلوماتية الانترنت.		
تقديرات الفصل	الفصل الدراسي الاول	المختبر	الفصل الدراسي الثاني
	٢٥٪	٠	٢٥٪
معلومات اضافية			
المشروع			
الامتحان النهائي			
٥٠٪			

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية والعملية	الملاحظات
١	٢٠٢٣/١١/٢٢	موضوع علوم التشريح، فروع علم التشريح الوضع التشريحي ، المستويات	
٢	١١/٢٩	الخلية و مكوناته	
٣	١٢/٦	الهيكل العظمي أقسام الهيكل العظمي العظام ، تكوين العظام ، انواع النسيج العظمي، تكوين ونمو العظام ، انواع العظام	
٤	١٢/١٣	العمود الفقري ، وصف العمود الفقري ، مكوناته ، وظائفه ، الاقراص بين الفقرات	
٥	١٢/٢٠	الفص الصدري ، مكوناته ، وظائفه ،	
٦	١٢/٢٧	عظم القص اثناء عملية التنفس ، الاضلاع حركة الاضلاع اثناء التنفس	
٧	٢٠٢٤/١/٤	الامتحان الاول	

٨	١/١١	الطرف العلوي ، عظام حزام المنكب، عظم الترقوة وظائفه وتركيبه
٩	١/١٨	عظم الكتف تركيبه حركته اثناء حركة الطرف العلوي
١٠	١/٢٥	عظم العضد ، عظمي الساعد الزند الكعبرة ، حكة الساعد الكب والبسط
١١	٢/٢	اليذ ، هيكل اليذ ، عظم الرسخ وتركيبها ،
١٢	٢/٩	وظائف الامشاط والسلاميات الطرف السفلي، حزام الطرف السفلي
١٣	٢/١٦	الامتحان الثاني
١٤	٢/٢٣	عظم الفخذ، عظمي الساق، الظنبوب والشظية
١٥		
١٦		
١٧	٣/١	مفصل الركبة (الاقراص الهلالي لمفصل الركبة، حركة المفصل الركبة
١٨	٣/٨	
١٩	٣/١٥	القدم (هيكل القدم ، عظام لكاحل ، اقواس القدم ،
٢٠	٣/٢٢	، الامشاط ، السلامةيات
٢١	٣/٢٩	توزيع وزن الجسم على عظام القدم
٢٢	٤/٦	الامتحان الثالث
٢٣	٤/١٣	العضلات
٢٤	٤/٢٠	انواع العضلات
٢٥	٤/٢٧	تأثير النشاط الرياضي على العضلات
٢٦	٥/٤	الجهاز الدوري
٢٧	٥/١١	الجهاز التنفسي
٢٨	٥/١٨	اهمية القياسات الجسمية للرياضيين
٢٩	٥/٢٥	اعادة المادة للكورس الثاني
٣٠	٦/٢	الامتحان الرابع
٣١		
٣٢		

استمارة الخطة التدريسية للمادة

الاسم
ا.م.د عماد خليف جابر مرواح العاصمي / م. د سعد جاسم جلاب
م.م محمد جبران عبد الصاحب

البريد الالكتروني
ejaber@uowasit.e u.iq

اسم المادة
رفع الاثقال

المرحلة
الاولى

الفرع
الالعاب الفردية

اهداف المادة					التعريف برياضة رفع الأثقال وتعليم الاداء الفني للرفعات الأولمبية في رفع الأثقال (الخطف والنتر) ومعرفة الطلاب بقانون رياضة رفع الأثقال والمسابقات.
التفاصيل الأساسية للمادة					نبذة عن تاريخ تأسيس ومسابقات رفع الإثقال / مراحل الأداء الفني والميكانيكي لرفعة الخطف / مراحل الأداء الفني والميكانيكي لرفعة النتر (الكلين و الجيرك) اضافة الى القانون الدولي للعبة بشكل مختصر.
الكتب المنهجية					كتاب منهجي لرفع الأثقال يدرس في جامعة واسط - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
المصادر الخارجية					- القانون الدولي لرفع الأثقال. - عبد علي نصيف، صباح عبيد، المهارات والتدريب في رفع الأثقال، بغداد، - منصور جميل و آخرون، الأسس النظرية والعملية في رفع الأثقال، جامعة بغداد. - الشبكة المعلوماتية الانترنت.
تقديرات الفصل					الفصل الدراسي الاول المختبر الفصل الدراسي الثاني المشروع الامتحان النهائي
					٢٥٪ ٠ ٢٥٪ ٠ ٥٠٪
معلومات اضافية					

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية والعملية	الملاحظات
١	١١/٢٢ / ٢٠٢٣	نبذة عن تاريخ تأسيس ومسابقات رفع الإثقال	
٢	١١/٢٩	تمارين خاصة بالفعالية: السكوات - بنج بريس - عقلة- ضغط امامي. الخ..	
٣	١٢/٦	مراحل الأداء الفني والميكانيكي لرفعة الخطف	
٤	١٢/١٣	تعليم وضع البدء وانتزاع الثقل + مرحلة السحبة الاولى	
٥	١٢/٢٠	مرحلة السحبة الثانية لفعالية الخطف	
٦	١٢/٢٧	مرحلة الامتداد والسقوط تحت الثقل لفعالية رفعة الخطف	
٧	٢٠٢٤/١/٤	القانون الخاص قواعد ومعدات رفع الأثقال والخاص برفعة الخطف	
٨	١/١١	امتحان نظري	
٩	١/١٨	مرحلة الطيران والهبوط تحت الثقل لفعالية رفعة الخطف	
١٠	١/٢٥	النهوض والوضع النهائي لفعالية رفعة الخطف	
١١	٢/٢	القانون (الايخطاء والمحاولات الفاشلة) للرفعة الخطف اثناء الاداء.	
١٢	٢/٩	مراحل الأداء الفني والميكانيكي لرفعة الخطف كاملة	
١٣	٢/١٦	امتحان نظري	
١٤	٢/٢٣	امتحان عملي	
١٥			
١٦			
١٧	٣/١	مراحل الاداء الفني والميكانيكي لرفعة الرفع الى الصدر ثم النتر	
١٨	٣/٨	القسم الاول الرفع الى الصدر (كلين)	
١٩	٣/١٥	وضع البدء لحركة الرفع الى الصدر + مرحلة السحبة الاولى	
٢٠	٣/٢٢	مرحلة السحبة الثانية + مرحلة النزول اسفل الحديد	

٢١	٣/٢٩	القانون الخاص برفعة النتر (الكلين). تصنيف فئات الازان وفقا للاتحاد الدولي والأعمار المشاركون في المسابقات.	
٢٢	٤/٦	امتحان نظري	
٢٣	٤/١٣	القسم الثاني النتر (جيرك)	
٢٤	٤/٢٠	الثني التمهيدي للرجلين والنتر + فتح الرجلين والنهوض	
٢٥	٤/٢٧	القانون الخاص برفعة النتر (الجيرك). تعليمات البطولات, أحكام عامة	
٢٦	٥/٤	قانون المادة (٧): اداريو المسابقة.	
٢٧	٥/١١	امتحان نظري	
٢٨	٥/١٨	مراحل الاداء الفني والميكانيكي لرفعة الرفع الى الصدر ثم النتر كاملة (كلين + جيرك)	
٢٩	٥/٢٥	امتحان عملي الكورس الثاني	
٣٠	٦/٢	امتحان عملي الفاينل	
٣١			
٣٢			
استمارة الخطة التدريسية للمادة			
الاسم	م.م علي حميد فرج + م.م مروة نافع		
البريد الالكتروني	aaltaee@uowasit.edu.iq		
اسم المادة	الحاسوب		
المرحلة	الأولى (الدراسة الصباحية) + (الدراسة المسائية)		
الفرع	العلوم النظرية		
اهداف المادة	تعلم مهارة استخدام الحاسوب ومعرفة ملحقاته (Hardware+Software) وكيفية التعامل معه بنظام ويندوز 7		
التفاصيل الاساسية للمادة	تدريس وتعليم المادة بصورة نظرية وعملية من خلال شرح المادة العلمية بطريقة تمكن الطالب من فهم واستيعاب الدرس من خلال الشرح الوافي لمدرس المادة والاستعانة بمقاطع تعليمية معدة من قبله وبعدها يقوم الطالب بالتطبيق العملي ويتخلل ذلك الإجابة عن بعض الاستفسارات المتعلقة بالتطبيق العملي لزيادة الفائدة للجميع		
الكتب المنهجية	لا يوجد		
المصادر الخارجية	كتب متنوعة ومصادر عربية واجنبية متعددة في جامعة واسط وبعضها من مواقع الانترنت ذات الصلة بموضوع الحاسوب		
تقديرات الفصل	الفصل الدراسي	المختبر	الامتحانات اليومية
	٢٥ %	٢٠ %	٥ %
			المشروع
			الامتحان النهائي
			٥٠ %

معلومات اضافية			
استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات			
الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية
١		شرح مفردات منهج مادة الحاسوب للمرحلة الأولى وكيفية إعطاء المحاضرة النظرية وكيفية التطبيق العملي مع إعطاء فكرة عن الحاسوب وكيفية التعامل معه	الملاحظات
٢		الحاسوب وفوائده وأنواعه حسب الحجم	
٣		تشغيل وإطفاء الحاسوب ونظام التشغيل ويندوز ٧ (Windows 7)	التطبيق العملي لكيفية تشغيل وإطفاء الحاسوب بالطريقة الصحيحة وكيفية عمل نظام التشغيل من البداية حتى ظهور نافذة سطح المكتب
٤		أجزاء الحاسوب : المادية الهاردوير (Hardware) والبرمجية السوفتوير (Software)	
٥		المكونات الأساسية للحاسوب ومحتوى وحدة النظام (System Unit) , الكيس Case مع شرح وفائدة كل جزء منها	
٦		أنواع الطابعات والفرق بينها	
٧		وحدات الإدخال و وحدات الإخراج في الحاسوب	
٨		البرمجيات ووحدات التخزين في الحاسوب	
٩		وحدة المعالجة المركزية وأنواع الذاكرات	
١٠		الفأرة Mouse ومفاتيحها وكيفية استعماله	تطبيق عملي عن كيفية مسك الماوس وكيفية التعامل مع مفاتيحه وفوائد استخداماتها
١١		لوحة المفاتيح Keyboard وشرح مجموعة من المفاتيح وفائد استخداماتها في العمل بالحاسوب	تطبيق عملي عن كيفية أداء كل مفتاح يتم شرحه نظرياً
١٢		مكونات سطح المكتب والتعرف عليه مع شرح مفصل للإيقونات الرئيسية والثانوية فيه وكيفية إظهارها وإخفائها مع عرض وترتيب الأيقونات جميعاً على سطح المكتب والتحكم بها	تطبيق عملي عن كيفية التغييرات التي يمكن تطبيقها على أيقونات سطح المكتب
١٣		شريط المهام وقائمة خصائصه Taskbar Properties وكيفية التعامل معه	تطبيق عملي عن كيفية التعامل مع شريط المهام وكيفية إظهار نافذته والتغييرات التي يمكن أن نجريها من خلاله
١٤		ترتيب أيقونات سطح المكتب حسب الاسم والحجم والنوع وتاريخ التعديل	

١٥	الامتحان النظري (للفصل الأول)		
١٦	الامتحان العملي (للفصل الأول)		
عطلة نصف السنة			
١٧	قائمة ابدأ Start Menu ومكوناتها		
١٨	الملفات والمجلدات وكيفية انشائها والفرق بينهما وكيفية اجراء التغييرات على المجلد (تغيير الاسم والنسخ واللصق والحذف والارسال وغيرها)	تطبيق عملي عن كيفية انشاء المجلدات والملفات والتغييرات التي يمكن ان نجريها عليها من نسخ ولصق وحذف مؤقت ودائمي وارسالها وغيرها	
١٩	التغييرات التي يمكن اجرائها على المجلد (تغيير الاسم والنسخ واللصق والحذف والارسال وغيرها)	تطبيق عملي حول التغييرات التي يمكن اجرائها على المجلد	
٢٠	تغيير شكل الايقونات على سطح المكتب	التطبيق العملي لكيفية تغيير الشكل للايقونات على سطح المكتب	
٢١	تغيير خلفية سطح المكتب Change Desktop Background	التطبيق العملي لكيفية تغيير خلفية سطح المكتب وكيفية التعامل مع الاوامر التي تحتويها	
٢٢	قائمة خصائص النظام الحاسوب Computer Properties	التطبيق العملي لكيفية اظهار قائمة خصائص نظام الحاسوب وكيفية التعامل معها	
٢٣	قائمة إدارة جهاز الحاسوب او مدير المكونات Device Manager	التطبيق العملي لكيفية اظهار قائمة مدير المكونات وكيفية التعامل معها	
٢٤	إعادة لقائمة مدير المكونات	التطبيق العملي لكيفية اظهار قائمة مدير المكونات وكيفية التعامل معها	
٢٥	قائمة إدارة القرص الصلب Disk Management	تطبيق عملي عن كيفية فتح قائمة إدارة القرص الصلب والفائدة منها	
٢٦	إعادة لقائمة إدارة القرص الصلب	التطبيق العملي لكيفية اظهار قائمة القرص الصلب وكيفية التعامل معها	
٢٧	قائمة مدير المهام Start Task Manager	تطبيق عملي عن كيفية فتح نافذة مدير المهام والفائدة منها	
٢٨	إعادة لقائمة مدير المهام Tas Manager	التطبيق العملي لكيفية اظهار قائمة مدير المهام وكيفية التعامل معها	
٢٩	كيفية انشاء حساب مستخدم جديد Create New User Account وكيفية ادارته والفائدة من انشائه	التطبيق العملي عن كيفية انشاء حساب مستخدم جديد وكيفية ادارته والتغييرات التي يمكن اجرائها من خلاله	
٣٠	إعادة لكيفية انشاء حساب مستخدم جديد وكيفية ادارته	التطبيق العملي عن كيفية انشاء حساب مستخدم جديد وكيفية ادارته	
٣١	الامتحان النظري (للفصل الثاني)		
٣٢	الامتحان العملي (للفصل الثاني)		
استمارة الخطة التدريسية للمادة			
الاسم	أ.م.د علي حميد جبيل البديري		
البريد الالكتروني	alihameed@uow sit.edu.iq		

اسم المادة	السباحة
المرحلة	الاولى
الفرع	الالعاب الفردية
اهداف المادة	تعليم مفاهيم السباحة وانواعها
التفاصيل الاساسية للمادة	تدريس المادة بصورة عملية
الكتب المنهجية	السباحة الاولمبية الحديثة
المصادر الخارجية	
تقديرات الفصل	الفصل الدراسي الاول المختبر الفصل الدراسي الثاني المشروع الامتحان النهائي
	٢٥% ٠ ٢٥% ٠ ٥٠%
معلومات اضافية	

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ الساعات	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
١	١٠/٤ ٢	نبذه عن السباحة وتاريخها وانواع المسابح		محاضرة نظرية وعرض شرائح
٢	١٠/١١ ٢	اهمية السباحة وفوائدها	بيان فوائد السباحة فنيا وصحيا	محاضرة نظرية وعرض شرائح
٣	١٠/١٨ ٢	بيان اهمية التمارين الارضية	عرض شرائح	محاضرة نظرية وعرض شرائح
٤	١٠/٢٥ ٢	الخوف من الوسط المائي	كيفية ازالة الخوف	محاضرة نظرية وعرض شرائح
٥	١١/١ ٢	المبادئ الاولى في السباحة	توضيح وبالطريقة الجزيئية	محاضرة نظرية وعرض شرائح
٦	١١/٨ ٢	الثقة مع الماء	التاقل مع البيئة الجديدة	محاضرة نظرية استخدام عرض شرائح توضح ذلك
٧	امتحان الشهر الاول الفصل الاول			

٨	١١/٢٢	مهاره الانسياب الامامي	عرض شرائح مع التطبيق
٩	١١/٢٩	مهاره الانسياب الامامي والخفي	عرض شرائح مع التطبيق
١٠	١٢/٦	حركة الرجلين	عرض شرائح مع التطبيق
١١	١٢/١٣	امتحان الشهر الثاني الفصل الاول	
١٢	١٢/٢٠	ربط التنفس مع حركة الرجلين	عرض مصور مع التطبيق
١٣	١٢/٢٧	الانسياب مع ربط التنفس وحركة الرجلين	عرض مصور مع التطبيق
١٤	١/٣	حركة الذراعين	عرض مصور مع التطبيق
١٥	١/١٠	ربط التنفس مع حركة الذراعين	عرض مصور مع التطبيق
١٦		السباحة الكاملة	عرض مصور مع التطبيق
العطلة الربيعية			
١٧	٢/٧	تعلم انواع القفز وبيان الارتفاع للقفاز	عرض شرائح مع التطبيق
١٨	٢/١٤	اهمية انقاذ الغريق وهنا تكم احد اسباب تعلم السباحة	عرض شرائح مع التطبيق
١٩	٢/٢١	بيان انواع وسائل الانقاذ	عرض شرائح مع التطبيق
٢٠	٢/٢٨	بيان انواع المسكات وانواع السباحة التي يستخدمها المنقذ	عرض شرائح مع التطبيق
٢١	٣/٦	بيان اهمية الاسعافات الاولى للغريق	عرض شرائح
٢٢	٣/١٣	تأثيرها على القلب والدورة الدموية	عرض شرائح
٢٣	٣/٢٠	تأثيرها على الجهاز التنفسي	عرض شرائح
٢٤	٣/٢٧	تأثيرها على الجهاز العضلي	عرض شرائح
٢٥	٤/٣	تأثيرها على الجهاز الهضمي وتبادل التغذية	عرض شرائح
٢٦	٤/١٠	امتحان الشهر الثاني الفصل الثاني	
٢٧	٤/١٧	السباحة الحرة: بيان وضعية الجسم وحركة الذراعين ونسبتها وحركة الرجلين ونسبتها والتنفس وميلان الجسم ونسبته	عرض شرائح مصوره مع التطبيق
٢٨	٤/٢٤	سباحة الظهر: بيان وضعية الجسم وحركة الذراعين وحركة الرجلين والتنفس ومنسبة ميلان الجسم	عرض شرائح مصوره مع التطبيق
٢٩	٥/١	سباحة الفراشة: بيان وضعية الجسم وحركة الذراعين وحركة الرجلين والتنفس والتوافق	عرض شرائح مصوره مع التطبيق
٣٠	٥/٨	سباحة الصدر: بيان وضعية الجسم وحركة الذراعين وحركة الرجلين	عرض شرائح مصوره مع التطبيق
٣١	٥/١٥	السباحة الحرة وسباحة الظهر	عرض شرائح مصوره مع

التطبيق				
عرض شرائح مصوره مع التطبيق	سباحة الفراشة وسباحة الصدر			٣٢

استمارة الخطة التدريسية لمفردات الساحة والميدان

الاسم	ا.م.د مهدي لفته راهي م.د ذو الفقار اديب م.م احمد عليوي م.م حنين ميسم				
البريد الالكتروني	mahdilafta@uowasit.edu.iq				
اسم المادة	الساحة والميدان				
المرحلة	الاولى				
الفرع	فرع الالعاب الفردية				
اهداف المادة	ان يتعلم الطالب المبدئ الاساسية لالعاب الساحة والميدان وكيفية تطبيقها				
التفاصيل الاساسية للمادة	مادة علمية تدرس ٢ ساعة اسبوعياً				
الكتب المنهجية	الكتب المنهجية المقررة ضمن الخطة القطاعية للتعليم العالي والكتب المساعدة في مجال الاختصاص				
المصادر الخارجية	- موسوعة العاب القوى (محمد عثمان) – الاسس النظرية والتطبيقية لالعاب القوى (عويس الجبالي) موقع للاكاديمية الرياضية العراقية : https://iraqacad.net ألعاب قوى – ويكيبيديا > https://ar.wikipedia.org/wiki/ألعاب_قوى				
تقديرات الفصل	الفصل الدراسي الاول	الفصل الدراسي الثاني	السعي السنوي	الامتحان النهائي	الدرجة النهائية
	٢٥ %	٢٥ %	٥٠ %	٥٠ %	١٠٠ %
معلومات اضافية	- ان تكون هناك ساعات عملية للتطبيق الميداني - ان تتوفر اجهزة وادوات حديثة لتسهيل عملية التعليم				

استمارة الخطة التدريسية لمفردات الساحة والميدان

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
١	٢٠٢٣/١١/١٢	محاضرة تعريفية بمفردات مادة الفصل الدراسي الاول	التعرف على مضمار الساحة والميدان وميدان الرمي والوثب	
٢	٢٠٢٣/١١/١٩	ميكانيكية الركض	تطبيق عملي لميكانيكية حركات الرياضي	
٣	٢٠٢٣/١١/٢٦	الايعاز للبداية الصحيحة	التطبيق العملي للبدايات وفق الايعاز الخاص بها	
٤	٢٠٢٣/١٢/٣	انواع البدايات في الاركاض	التطبيق الميداني لانواع البدايات	

		السريعة		
٥	٢٠٢٣/١٢/١٠	التأكيد على الاداء الصحيح	التطبيق العملي للبداية المنخفضة في المسافات القصيرة	
٦	٢٠٢٣/١٢/١٧	الامتحان النظري لميكانيكية الركض والبدايات في الاركاض القصيرة	الامتحان العملي لميكانيكية الركض واداء البدايات في الاركاض السريعة	
٧	٢٠٢٣/١٢/٢٤	نبذة تاريخية عن فعالية (١٠٠م) حرة	الاداء العملي لفعالية ١٠٠م	
٨	٢٠٢٣/١٢/٣١	التعرف على المراحل الفنية لفعالية ١٠٠م	التطبيق العملي لاداء المراحل الفنية لفعالية ١٠٠م	
٩	٢٠٢٤/١/٧	القواعد وقانون الفعالية	التطبيق الميداني لفعالية ١٠٠م وفقا للقواعد والقوانين الخاصة بها	
١٠	٢٠٢٤/١/١٤	الامتحان النظري للفعالية	الامتحان العملي لاداء للفعالية	
١١	٢٠٢٤/١/٢١	نبذة تاريخية عن فعالية رمي الرمح	التطبيق الميداني لفعالية رمي الرمح	
١٢	٢٠٢٤/١/٢٨	التعرف على لمراحل الفنية لفعالية رمي الرمح	التطبيق الميداني للمراحل الفنية لفعالية رمي الرمح	
١٣	٢٠٢٤/٢/٤	التعرف على قواعد وقانون الفعالية	تطبيق عملي للفعالية وفقا للقوانين الخاصة بها	
١٤	٢٠٢٤/٣/١١	الامتحان النظري لفعالية رمي الرمح	الامتحان العملي لاداء فعالية رمي الرمح	
٢٠٢٤ /2/ 24 - 17		العطلة الربيعية		
١٦	٢٠٢٤/٢/٢٥	نبذة تاريخية عن فعالية ٢٠٠م	التطبيق الميداني لفعالية (٢٠٠م)	
١٧	٢٠٢٤/٣/٣	التعرف على المراحل الفنية لفعالية ٢٠٠م	التطبيق العملي لاداء المراحل الفنية لفعالية (٢٠٠م)	
١٨	٢٠٢٤/٣/١٠	التعرف على القواعد وقانون الفعالية	التطبيق الميداني لفعالية (٢٠٠م) وفقا للقواعد والقوانين الخاصة بها	
١٩	٢٠٢٤/٣/١٧	الامتحان النظري لفعالية (٢٠٠م)	الامتحان العملي لاداء لفعالية (٢٠٠م)	
٢٠	٢٠٢٤/٣/٢٤	نبذة تاريخية عن فعالية التتابع بالعاب الساحة والميدان	التطبيق العملي لفعالية (٤×١٠٠م) تتابع	
٢١	٢٠٢٤/٣/٣١	التعرف على المراحل الفنية لفعالية (٤×١٠٠م) تتابع	التطبيق العملي لاداء المراحل الفنية لفعالية (٤×١٠٠م) تتابع	
٢٢	٢٠٢٤/٤/٧	التعرف على قواعد وقانون الفعالية	التطبيق الميداني لفعالية (٤×١٠٠م) تتابع وفقا للقواعد الخاصة بها	
٢٣	٢٠٢٤/٤/١٣	الامتحان النظري لفعالية (٤×١٠٠م) تتابع	الامتحان العملي لاداء لفعالية (٤×١٠٠م) تتابع	
٢٤	٢٠٢٤/٤/٢١	نبذة تاريخية عن فعالية الوثب العالي	التطبيق الميداني لفعالية الوثب العالي	
٢٥	٢٠٢٤/٤/٢٨	التعرف على لمراحل الفنية لفعالية الوثب العالي	التطبيق العملي للمراحل الفنية لفعالية الوثب العالي	
٢٦	٢٠٢٤/٥/٥	التعرف على استمارة ترتيب المتسابقين وحل عقدة كسر التعادل	التطبيق العملي لتحسين الاداء	

٢٧	٢٠٢٤/٥/١٢	التعرف على القواعد قانون الفعالية	التطبيق العملي للفعالية وفقا للقوانين الخاصة بها
٢٨	٢٠٢٤/٥/١٩	الامتحان النظري لفعالية الوثب العالي	الامتحان العملي لاداء فعالية الوثب العالي
٢٩	٢٠٢٤/٥/٢٦	مراجعة عامة	

استمارة الخطة التدريسية للمادة

الاسم	أ.م. د. رنا محمد مطير الجبوري م. د. رسل شعلان — م. م. فاطمة حيدر — م. م. رسل سلام — م. م. ميلاد سعيد		
البريد الالكتروني	ra a.aljbori@uowasit.edu.iq		
اسم المادة	اللياقة البدنية		
المرحلة	الاولى		
الفرع	الالعاب الفردية		
اهداف المادة	مفاهيم واهمية عناصر اللياقة البدنية (السرعة – القوة – التحمل – الرشاقة – المرونة)		
التفاصيل الاساسية للمادة	*تعريف عناصر اللياقة البدنية *أهميتها *العوامل المؤثرة بها *طرق تنميتها *التمارين الخاصة بها		
الكتب المنهجية			
المصادر الخارجية	الانترنت / محمد حسن علاوي		
تقديرات الفصل	الفصل الدراسي الاول	المختبر	الفصل الدراسي الثاني
	٢٥٪	٠	٢٥٪
معلومات اضافية			

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية والعملية	الملاحظات
١	٢٠٢٢/١١/٢٢	التعريف باللياقة البدنية / أهداف اللياقة البدنية / انواعها / مكوناتها	
٢	١١/٢٩	***تعريف القوة العضلية وأهميتها والعوامل المؤثرة بها	
٣	١٢/٦	أنواع القوة العضلية محاضرة عملية اداء تمارين على كل نوع	
٤	١٢/١٣	انواع الانقباض العضلي محاضرة عملية اداء تمارين خاصة بأنواع الانقباض العضلي	
٥	١٢/٢٠	امتحان بعنصر القوة العضلية (عملي)	

٦	١٢/٢٧	*** تعريف السرعة / انواعها محاضرة عملي
٧	٢٠٢٣/١/٤	اهمية السرعة محاضرة عملي
٨	١/١١	العوامل المؤثرة بالسرعة/ محاضرة عملي
٩	١/١٨	طرق تنمية السرعة / محاضرة عملي
١٠	١/٢٥	التمارين الخاصة بالسرعة / محاضرة عملي
١١	٢/٢	امتحان بعنصر السرعة (عملي)
١٢	٢/٩	الامتحان النظري لعنصري (القوة- السرعة)
١٣	٢/١٦	تعريف التحمل (المطاولة)/ اهمية التحمل محاضرة عملي
١٤	٢/٢٣	العوامل المؤثرة بعنصر التحمل محاضرة عملي
١٥		
١٦		
١٧	٣/١	تكملة العوامل المؤثرة بعنصر التحمل محاضرة عملي
١٨	٣/٨	طرق تنمية التحمل / محاضرة عملي
١٩	٣/١٥	التمارين الخاصة بالتحمل / محاضرة عملي
٢٠	٣/٢٢	امتحان عملي بعنصر التحمل
٢١	٣/٢٩	التعريف بعنصر الرشاقة وأهميتها / محاضرة عملي
٢٢	٤/٦	أنواع الرشاقة / محاضرة عملي
٢٣	٤/١٣	العوامل المؤثرة بعنصر الرشاقة / محاضرة عملي
٢٤	٤/٢٠	طرق تنمية الرشاقة / محاضرة عملي
٢٥	٤/٢٧	امتحان عملي بعنصر الرشاقة
٢٦	٥/٤	التعريف بعنصر المرونة الحركية / محاضرة عملي
٢٧	٥/١١	أنواع المرونة الحركية / طرق تنمية المرونة / محاضرة عملي
٢٨	٥/١٨	العوامل المؤثرة بالمرونة العضلية / محاضرة عملي
٢٩	٥/٢٥	الامتحان العملي لعنصر المرونة
٣٠	٦/٢	الامتحان النظري الثاني للعناصر (التحمل – الرشاقة – المرونة)
٣١		
٣٢		

استمارة انجاز الخطة التدريسية للمادة

الاسم واللقب العلمي					ا.د امين عطا م.م اثير حمزة جيجان م.م علي بركاوي
البريد الالكتروني					Atheerh.ch ichan600@uowasit.edu.iq
اسم المادة					جمناستك الأجهزة للرجال
الفرع					الالعاب الفردي
اهداف المادة					تطوير قابليات الطلاب البدنية
التفاصيل الاساسية للمادة					تاريخ جمناستك الاجهزة ,أنواع الاجهزة ,مجموعة حركات المرجحة ,مراحل تدريب الجمناستك المساعدة وطرقها , قياسات ومهارات الأجهزة، الحركات الأرضية، جهاز الحلق والمتوازي ومنصة القفز وحصان المقابض والعقلة
الكتب المنهجية					موسوعة الجمناز العصرية (عبدالمعظم سليمان برهم)
المصادر الخارجية					شبكة معلومات الانترنت.
تقديرات الفصل					الفصل الدراسي
					المختبر
					الفصل الدراسي الثاني
					المشروع
					الامتحان النهائي
					%٢٥
					%٢٥
					%٥٠
معلومات اضافية					

استمارة الخطة التدريسية

التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
٢٠٢٣/١٠/١	فكرة عامة عن الجمناستك		
	نبذة تاريخية عن رياضة الجمناستك		
٢٠٢٣/١٠/٣	أنواع الجمناستك واكثر الأنواع شهر	اعداد بدني عام	
	الاعتبارات التي يجب ان يراعيها المدرب	اعداد بدني عام	
٢٠٢٣/١٠/٨	بساط الحركات الأرضية متطلبات وعرض التمرين	اعداد بدني خاص	
	قياسات بساط الحركات الارضية	تمريبات خاصة للجمناز	
٢٠٢٣/١٠/١٠	شرح مهارة الدرجة الامامية	تمارين عامة وخاصة	
	تطبيق مهارة الدرجة الامامية	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٣/١٠/١٥	شرح مهارة الدرجة الخلفية	تمارين عامة وخاصة	
	تطبيق مهارة الدرجة الخلفية	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٣/١٠/٢٤	شرح مهارة الدرجة الامامية فتحاً	تمارين عامة وخاصة	
	تطبيق مهارة الدرجة الامامية فتحاً	تمارين خاصة بالمهارة	
٧	شرح مهارة الدرجة الخلفية فتحاً	تمارين عامة وخاصة	

٢٠٢٣/١٠/٢٩	تطبيق مهارة الدرجة الخلفية فتحاً	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٣/١٠/٣١	شرح مهارة الغطس	تمارين عامة وخاصة	٨
	تطبيق مهارة الغطس	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٣/١١/٥	الميزان الامامي + الميزان الخلفي	تمارين خاصة بالمهارة	٩
	الميزان الجانبي + ميزان الركبة	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٣/١١/٧	شرح مهارة الوقوف على الرأس	تمارين عامة وخاصة	١٠
	تطبيق مهارة الوقوف على الرأس	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٣/١١/١٢	شرح مهارة الوقوف على اليدين	تمارين عامة وخاصة	١١
	تطبيق مهارة الوقوف على اليدين	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٣/١١/١٤	شرح مهارة العجلة البشرية	تمارين عامة وخاصة	١٢
	تطبيق مهارة العجلة البشرية	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٣/١١/١٩	استذكار لمهارات بساط الحركات الارضية	تمارين عامة وخاصة	١٣
	استذكار لمهارات بساط الحركات الارضية	تمارين عامة وخاصة	
٢٠٢٣/١١/٢١	استذكار لمهارات بساط الحركات الارضية	تمارين عامة وخاصة	١٤
	استذكار لمهارات بساط الحركات الارضية	تمارين عامة وخاصة	
٢٠٢٤/١/٩	امتحان الفصل الاول		١٥

الفصل الدراسي الثاني

٢٠٢٤/٢/٢٥	حصان المقابض قياسات الجهاز (شرح مهارة المرجحة برجل واحدة)	تمارين عامة وخاصة	١٦
	تطبيق مهارة المرجحة برجل واحدة	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٤/٢/٢٧	شرح مهارة المرجحة لليمين لدخول رجل اليسار او العكس	تمارين عامة وخاصة	١٧
	تطبيق مهارة المرجحة لليمين لدخول رجل اليسار او العكس	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٤/٣/٣	جهاز الحلق قياسات الجهاز (شرح مهارة المرجحة البندولية على جهاز الحلق)	تمارين عامة وخاصة	١٨
	تطبيق مهارة المرجحة البندولية على جهاز الحلق	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٤/٣/٥	شرح مهارة الوقوف على اليدين على جهاز الحلق	تمارين عامة وخاصة	١٩
	تطبيق مهارة الوقوف على اليدين على جهاز الحلق	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٣/٣/١٠	شرح مهارة دوران الكتف امام	تمارين عامة وخاصة	٢٠
	تطبيق مهارة دوران الكتف امام	تمارين خاصة بالمهارة	
٢٠٢٤/٣/١٢	شرح مهارة دوران الكتف للخلف	تمارين عامة وخاصة	٢١

	تمارين خاصة بالمهارة	تطبيق مهارة دوران الكتف للخلف		
٢٢	تمارين عامة وخاصة	منصة القفز قياسات الجهاز شرح مهارة القفز فتحاً	٢٠٢٤/٣/١٧	
	تمارين خاصة بالمهارة	تطبيق مهارة القفز فتحاً		
٢٣	تمارين عامة وخاصة	شرح مهارة القفز ضمماً	٢٠٢٤/٣/١٩	
	تمارين خاصة بالمهارة	تطبيق مهارة القفز ضمماً		
٢٤	تمارين عامة وخاصة	جهاز المتوازي قياسات الجهاز شرح مهارة المرجحة البندولية من الارتكاز على اليدين	٢٠٢٤/٣/٢٤	
	تمارين خاصة بالمهارة	تطبيق مهارة المرجحة البندولية من الارتكاز على اليدين		
٢٥	تمارين عامة وخاصة	شرح مهارة الوقوف على الاكتاف	٢٠٢٣٤/٣/٢٦	
	تمارين خاصة بالمهارة	شرح مهارة الوقوف على الاكتاف		
٢٦	تمارين عامة وخاصة	شرح مهارة الهبوط من المرجحة الخلفية	٢٠٢٣/٣/٣١	
	تمارين خاصة بالمهارة	تطبيق مهارة الهبوط من المرجحة الخلفية		
٢٧	تمارين عامة وخاصة	جهاز العقلة قياسات الجهاز شرح مهارة التعلق الثابت (المرجحة الابتدائية)	٢٠٢٤/٤/٢	
	تمارين خاصة بالمهارة	تطبيق مهارة التعلق الثابت (المرجحة الابتدائية)		
٢٨	تمارين عامة وخاصة	شرح مهارة المرجحة السفلية بثني الذراعين	٢٠٢٤/٤/٧	
	تمارين خاصة بالمهارة	تطبيق مهارة المرجحة السفلية بثني الذراعين		
٢٩	تمارين عامة وخاصة	استذكار للمهارات السابقة	٢٠٢٤/٥/٢٦	
	تمارين عامة وخاصة	استذكار للمهارات السابقة		
٣٠		امتحان الفصل الثاني	٢٠٢٤/٥/٢٨	

استمارة الخطة التدريسية للمادة

الاسم	ا.د غفار سعد عيسى
البريد الالكتروني	gaffar@uowasit.ed.iq
اسم المادة	البايوميكانيك
المرحلة	الثانية
الفرع	النظري
اهداف المادة	معرفة الاسس النظرية والتطبيقية للبايوميكانيك

التفاصيل الاساسية للمادة					تدريس المادة بصورة نظرية				
الكتب المنهجية					البايوميكانيك ٢٠٠٧م				
المصادر الخارجية					البايوميكانيك الرياضي ٢٠٢٢م				
تقديرات الفصل					الفصل الدراسي	المختبر	الامتحانات اليومية	المشروع	الامتحان النهائي
معلومات اضافية									

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
١		ماهية علم البايوميكانيك والمدخل له وعلاقته واقسامه وواجباته		
٢		الحركة واشكالها والعوامل المؤثرة في نوعها والحركات الاساسية		
٣		علاقة الحركة بالمحاور والمستويات ونسبية الحركة		
٤		الكينماتيك وطرق تعيين المدلولات الكينماتيكية		
٥		الكينماتيك المستقيم / المسافة ولازاحه / السرعه		
٦		التمثيل البياني لمكونات السرعه والسرعه كميته متجهه وتحليلها		
٧		التعجيل		
٨		حركة الاجسام المقذوفه بزوايا مع الخط الافقي		
٩		حركة الاجسام المقذوفه بمستويات مختلفه وخطوات تعيين انطلاق الجسم المقذوف لحظه كسر الاتصال		
١٠		الكينماتيك الزاوي		
١١		المسافه الزاويه والازاحه الزاويه		
١٢		السرعه الزاويه والسرعه المحيطيه		
١٣		التعجيل الزاوي		
١٤		امتحان نظري ١		
١٥		مراجعته		
١٦		امتحان نظري ٢		
عطلة نصف السنة				
١٧		مراجعته		
١٨		مركز ثقل الجسم		

١٩	الكينيتك وطرق تعيين المدلولات الكينيتيكية
٢٠	قوانين نيوتن
٢١	قوانين نيوتن في الحركات الدائرية
٢٢	القوة/ محصلة القوة/ تحليل محصلة القوة
٢٣	القوة الطاردة والقوة المركزي
٢٤	الشغل
٢٥	القدرة
٢٦	القوى الخارجية والداخلية في الحركات الرياضية
٢٧	العتلات وانواعها وفوائدها
٢٨	امتحان نظري ١
٢٩	مراجعته ١
٣٠	مراجعته ٢
٣١	امتحان نظري ٢
٣٢	تداول ومناقشة حول المواضيع

استمارة الخطة التدريسية للمادة

الاسم					غزوان انهير لامي القريشي علي شهب حمد
البريد الالكتروني					ghazwan.enheer.lamy634@owasit.edu.iq
اسم المادة					الملاكمة
المرحلة					الثانية
الفرع					الالعاب الفردية
اهداف المادة					تعليم المهارات الاساسية بالملاكمة والقانون الدولي
التفاصيل الاساسية للمادة					- تتكون المادة من المهارات الاساسية الاتية وهي : وضع القبضة _ وقفة الاستعداد _ حركات القدمين _ اللكمات _ اللكم المضاد _ الطرائق الدفاعية تاريخ لعبة الملاكمة قديما وحديثا - تعليم قانون الملاكمة من المادة ١-٣٠
الكتب المنهجية					5- محمود عبد الله احمد وآخرون : تعليم وتدريب الملاكمة , ١٩٩٠.
المصادر الخارجية					١- شبكة الانترنت العالمية ٢- القانون الدولي لملاكمة الهواة ٣- سامي محب ومحي الدين عابد : المدخل الى الملاكمة الحديثة , ١٩٩٩ . ٤- عبد الفتاح فتحي خضر : المرجع في الملاكمة , ١٩٩٦ . ٥- محمود عبد الله احمد وآخرون : تعليم وتدريب الملاكمة , ١٩٩٠.
تقديرات الفصل					الفصل الدراسي الاول
					المختبر
معلومات اضافية					الفصل الدراسي الثاني
					المشروع
					الامتحان النهائي
					٥٠
					٢٥
					٠
					٢٥
					٠

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية والعملية	الملاحظات
١	٢٠٢٣/٩/١٧	تاريخ لعبة الملاكمة قديما وحديثا	
٢	٩/٢٤	مكونات لعبة الملاكمة	
٣	١٠/١	متطلبات لعبة الملاكمة	
٤	١٠/٨	وضعية القبضة	
٥	١٠/١٥	قانون لعبة الملاكمة من المادة ١-٦	
٦	١٠/٢٢	وقفة الاستعداد	
٧	٢٠٢٣/١٠/٢٩	وقفة الاستعداد	
٨	١١/٥	حركات القدمين	
٩	١١/١٢	حركات القدمين	
١٠	١١/١٩	تعليم اللكمات المستقيمة	
١١	١١/٢٦	تعليم اللكمات المستقيمة	
١٢	١٢/٣	تطبيقات عن اللكمات المستقيمة	
١٣	١٢/١٠	الطرائق الدفاعية عن اللكمات المستقيمة	
١٤	١٢/١٧	ربط اللكمات المستقيمة مع حركات القدمين	
١٥	١٢/٢٤	ربط اللكمات المستقيمة مع حركات القدمين	
١٦	١٢/٣١	امتحان الفصل الاول النظري	
١٧	١/٧	امتحان الفصل الاول العملي	
١٨	٢٠٢٤/١/٢٨	اللكمات الخطافية	
١٩	٢/٤	طرائق الدفاع عن اللكمات الخطافية	
٢٠	٢/١١	اللكمات الصاعدة	
٢١	٢/١٨	طرائق الدفاع عن اللكمات الصاعدة	
٢٢	٢/٢٥	اللكم المضاد	
٢٣		اساليب الدفاع بالملاكمة	
٢٤	٣/٣	الاعداد الخططي بالملاكمة	
٢٥	٣/١٠	الخطط الهجومية	
٢٦	٣/١٧	الخطط الدفاعية –	
٢٧	٣/٢٤	الخطط المضادة	
٢٨	٣/٣١	قانون الملاكمة مادة ٧-١٢	
٢٩	٤/٧	قانون الملاكمة مادة ١٢ - ٢٠	
٣٠	٤/١٤	قانون الملاكمة مادة ٢١-٣٠	
٣١	٤/٢١	اعادة شرح المهارات من البداية الى النهاية	
٣٢	٤/٢٨	امتحان الفصل الثاني النظري	
٣٣	٥/٥	امتحان الفصل الثاني العملي	
استمارة الخطة التدريسية للمادة			
الاسم		م.د سعادة حسنين عبد المنعم م. م هبة صلاح عبد المحسن	

SaadahH.Abdalmunim624@uowasit.edu.iq Hiba.Al.mohsen648@uowasit.edu.iq					البريد الالكتروني
جمناستك ايقاعي					اسم المادة
الثانية					المرحلة
الألعاب الفردية					الفرع
تعليمية - تربوية - تطويرية (تعليميه وتربويه وتطويريه)					اهداف المادة
					التفاصيل الاساسية للمادة
الجمناستك الحديث (الجمناستك الرياضي الايقاعي) تأليف: وجيه محجوب & اسيا كاظم					الكتب المنهجية
بعض المواد الخاصة بالقانون الدولي.					المصادر الخارجية
الامتحان النهائي	المشروع	الفصل الدراسي الثاني	المختبر	الفصل الدراسي الاول	تقديرات الفصل سنوي
٥٠٪	.	٢٥٪	.	٢٥٪	
امتحان عدد(٢) نظري فصل اول وامتحان نظري(٢) فصل ثاني +امتحان يومي نظري وعملي بشكل دوري +امتحان عملي فصلي للدورين الاول والثاني .-					معلومات اضافية

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية والعملية	الملاحظات
١	٢٠٢٣/٩/١٧	لياقه عامه .	
٢	٢٠٢٣/٩/٢٤	الاوضاع الاساسيه للذراعين . الايوضاع الاساسيه للقدمين .	
٣	٢٠٢٣/١٠/١	السير الايقاعي بانواعه . الركض الايقاعي بانواعه .	
٤	٢٠٢٣/١٠/٨	خطوة الزحلقة بانواعها . قفزة الزحلقة بانواعها .	
٥	٢٠٢٣/١٠/١٥	خطوة الثني والمد	
٦	٢٠٢٣/١٠/٢٢	القفز ضما بالنهوض الزوجي . القفز فتحا بالنهوض الزوجي	
٧	٢٠٢٣/١٠/٢٩	(الشخص) دوران الشخص حول الخصر وحول الرجلين. دوران الشخص من الرسغ ورميه من اسفل الرجل المرجحه واستلامه من الجهة الاخرى	
٨	٢٠٢٣/١١/٥	اداة الشخص (المرجحه الدائريه الاماميه والجانبية بذراع وبذراعين.المرجحه العكسيه البنذولييه .الحركه الدائريه من الكتف ومن الرسغ ومن المرفق) .	
٩	٢٠٢٣/١١/١٢	خطوة التناوب (اماما.خلفا.جانبا) . قفزة التناوب (اماما.خلفا.جانبا) .	

١٠	٢٠٢٣/١١/١٩	(اداة الشاخص) (المرجحه المتقاطعه البندوليه والمتقاطعه الدائريه. المرجحه الافقيه امام الصدر بذراع وبذراعين .دحرجة الشاخص على الارض وعلى الذراعين) .	
١١	٢٠٢٣/١١/٢٦	الوقوف بالوخز على مشط قدم واحده وعلى مشطي القدمين الاثنين . الوقوف بالرفع على مشط قدم واحده وعلى مشطي القدمين الاثنين	
١٢	٢٠٢٣/١٢/٣	قفزة الحجله . اداة الشاخص) دوران الشاخص على شكل رقم ٨ & بانواعه وهي امام الجسم وخلف الجسم. دورانه للجانبين .دورانه امام الجسم فوق الراس مع دوران الجسم)(رمي الشاخص عاليا واستلامه وبوضاع مختلفه)	
١٣	٢٠٢٣/١٢/١٠	اداة الشاخص)دورا الشاخص من الرسغين ومن المرفقين ومن مفصل الكتف كالدوران اماما وخلفا والدوران العمودي والدوران الافقي بشاخص وبالشخصين.	
١٤	عطلة	التدريب على السلاسل الامتحانية واحده حره بدون اداة واخرى باداة الشاخص .	
١٥	٢٠٢٣/١٢/٢٤	اجراء الامتحان النظري للفصل الاول	
عطلة نصف السنه			
١٦	٢٠٢٤/٢/٤	لياقة عامة	
١٧	٢٠٢٤/٢/١١	تهيئه واعداد الجسم (لياقه عامه ولياقه خاصه) . اعاده لحركات الفصل الاول . (الدوران بالوخز على مشط قدم واحده وعلى مشطي القدمين . الدوران بالرفع على مشط قدم واحده وعلى مشطي القدمين	
١٨	٢٠٢٤/٢/١٨	(مرجحة الرجل اماما مع نصف دوره للجلوس . اداة الكره) (المرجحه البندوليه الاماميه والجانبية بذراع وبذراعين المرجحه الافقيه امام الصدر بذراع وبذراعين) .	
١٩	٢٠٢٤/٢/٢٥	الميزان الامامي . الميزان الخلفي . وثبة الخطوه	
٢٠	٢٠٢٤/٣/٣	اداة الكره) (المرجحه الدائريه بذراع وبذراعين بالمستويين الامامي والجانبية .دوران الكره على شكل رقم ٨ & بانواعها وهي الدوران للجانبين .والدوران امام الجسم فوق الراس وربطها مع دوران الجسم) (طبطة الكره بانواعها كالطبطة باليد وباليدين وبالركبه وبالقدم وبالمرفق من اوضاع مختلفه من السير والركض والقفز والوثب ومع الزميله) .	
٢١	٢٠٢٤/٣/١٠	قفزة القطه .	

		القفزة المقصية . اداة الكره (رمي واستلام الكره بذراع وبذراعين من الوقوف رمي واستلام مع الزميله .رمي واستلام من الركض والقفز والوثب .رفع الكره بعمل قوس فوق الراس واستلام الكره باليد الاخري) .	
٢٢	٢٠٢٤/٣/١٧	(عملي) القفزة المقصية مع نصف دوره . خطوة التقاطع .	
٢٣	٢٠٢٤/٣/٢٤	اداة الكره (دوران الكره بيد وباليدين وتكون حول محورها دوران حول الرسغ .دوران حول الخصر .دوران حول الرجلين) .	
٢٤	٢٠٢٤/٣/٣١	اداة الكره(دحرجة الكره بذراع وبذراعين على الجسم وعلى الارض من اوضاع مختلفة كالدحرجة على الذراع وعلى الذراعين وعلى الصدر وعلى الظهر .دحرجة الكره من الصدر الى الظهر خلفا وبالعكس من الظهر الى الصدر) .	
٢٥	٢٠٢٤/٤/٧	الخطوه الثلاثيه الاماميه (الفالس الامامي) . الخطوه الثلاثيه الجانييه (الفالس الجانيي) .	
٢٦	٢٠٢٤/٣/١٤	ربط مجموعه حركات باداة الكره بسلسله حركيه اجباريه .	
٢٧	٢٠٢٤/٤/٢١	ربط مجموعه حركات باداة الشاخص بسلسله حركيه اجباريه	
٢٨	٢٠٢٤/٤/٢٨	التدريب على السلسلتين الاجباريتين بالكره وبالشاخص	
٢٩	٢٠٢٤/٥/٥	اجراء الامتحان النظري والعملي للكورس الثاني	
٣٠	٢٠٢٤/٥/١٢	امتحان نهائي للسلاسل الامتحانيه الاجباريه . اجراء الامتحان النظري النهائي .	امتحان نهائي عملي ونظري

المرحلة الثانية / استمارة مادة الاختبارات و القياس

الأسبوع (١)	٢	التقويم	ان يعرف الطالب ما هو التقويم وكيف نكون الاحكام التقويمية	الشرح والمناقشة المشتركة	المشاركة الفعالة في المحاضرة
الأسبوع (٢)	٢	انواع التقويم	ان يميز الطالب بين انواع التقويم وتطبيقاتهما	=	=
الأسبوع (٣)	٢	القياس	ان يعرف الطالب ما هو القياس وكيف نقيس	=	=
الأسبوع (٤)	٢	انواع القياس	ان يعرف الطالب انواع القياس والتمييز بينهما	=	=
الأسبوع (٥)	٢	الاختبار	ان يعرف الطالب ما هو الاختبار وكيف نختبر	=	=
الأسبوع (٦)	٢	انواع الاختبارات	ان يعرف الطالب انواع الاختبارات والتمييز بينهما	=	=
الأسبوع	٢	امتحان شهري	ان يعرف الطالب كيف يتم التقويم	اختبارات	اختبار ورقة وقلم

(٧)			وما هي قدرته التحصيلية	نظرية	
الأسبوع (٨)	٢	محاضرة تقييمية	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة ومعاللتها	مناقشة نتائج الامتحان وتحديد الاسباب	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة
الأسبوع (٩)	٢	خطوات تصميم الاختبار واعداده	ان يعرف الطالب ماهي خطوات بناء الاختبارات	الشرح والمناقشة المشتركة	المشاركة الفعالة في المحاضرة
الأسبوع (١٠)	٢	مراحل بناء الاختبار	ان يتعرف الطالب على المراحل الاساسية لبناء الاختبارات	=	=
الأسبوع (١١)	٢	مواصفات الاختبار الجيد	ان يحدد الطالب الصفات العامة للاختبار الجيد	=	=
الأسبوع (١٢)	٢	الشروط التنظيمية والادارية للاختبار الجيد	ان يستطيع الطالب تحديد شروط الاختبار الجيد	=	=
الأسبوع (١٣)	٢	الاسس العلمية للاختبار	ان يعرف الطالب ما هي الاسس العلمية للاختبار	=	=
الأسبوع (١٤)	٢	انواع الاسس العلمية للاختبار	ان يميز الطالب بين الاسس العلمية للاختبار	=	=
الأسبوع (١٥)	٢	امتحان شهري	ان يعرف الطالب كيف يتم التقييم وما هي قدرته التحصيلية	اختبارات نظرية	اختبار ورقة وقلم
الأسبوع (١٦)	٢	محاضرة تقييمية	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة ومعاللتها	مناقشة نتائج الامتحان وتحديد الاسباب	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة

الأسبوع (١٧)	٢	مراحل ادارة وتنظيم الاختبارات	ان يتعرف الطالب على مراحل ادارة وتنظيم الاختبارات	الشرح والمناقشة المشتركة	المشاركة الفعالة في المحاضرة
الأسبوع (١٨)	٢	مرحلة ما قبل تطبيق الاختبارات	ان يفهم الطالب ما هي الاجراءات الادارية والتنظيمية ما قبل تطبيق الاختبار	=	=
الأسبوع (١٩)	٢	مرحلة تطبيق الاختبارات	ان يفهم الطالب ما هي الاجراءات الادارية والتنظيمية في مرحلة تطبيق الاختبار	=	=

الأسبوع (٢٠)	٢	مرحلة ما بعد تطبيق الاختبارات	ان يفهم الطالب ما هي الاجراءات الادارية والتنظيمية ما بعد تطبيق الاختبار	=	=
الأسبوع (٢١)	٢	امتحان شهري	ان يعرف الطالب كيف يتم التقييم وما هي قدرته التحصيلية	اختبار نظري	اختبار ورقة وقلم
الأسبوع (٢٢)	٢	محاضرة تقييمية	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة ومعاللتها	=	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة
الأسبوع (٢٣)	٢	التصنيف في التربية الرياضية	ان يعرف الطال ما هو التصنيف في التربية الرياضية	=	المشاركة الفعالة في المحاضرة
الأسبوع (٢٤)	٢	اغراض التصنيف	ان يعرف الطالب ما هي اغراض التصنيف في التربية الرياضية	=	=
الأسبوع (٢٥)	٢	انواع التصنيف في التربية الرياضية	ان يعرف ويميز الطالب بين انواع التصنيف في التربية الرياضية	=	=
الأسبوع (٢٦)	٢	طرائق التصنيف في التربية الرياضية	ان يعرف الطالب ما هي طرائق التصنيف في التربية الرياضية	=	=
الأسبوع (٢٧)	٢	الطرق العامة والخاصة للتصنيف	ان يعرف الطالب على الطرق العامة والخاصة للتصنيف في التربية الرياضية	=	=
الأسبوع (٢٨)	٢	امتحان شهري	ان يعرف الطالب كيف يتم التقييم وما هي قدرته التحصيلية	اختبارات نظرية	اختبار ورقة وقلم
الأسبوع (٢٩)	٢	محاضرة تقييمية	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة ومعاللتها	مناقشة نتائج الامتحان وتحديد الاسباب	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة
الأسبوع (٣٠)	٢	مراجعة عامة	ان يعيد الطالب ذاكرت المعلومات المخزونة	الشرح والمناقشة المشتركة	الشرح والمناقشة المشتركة
الأسبوع (٣١)	٢	امتحان تجريبي نهائي	ان يقوم الطالب نفسه في التحصيل المعرفي لمادة الاختبارات والقياس	اختبار نظري عام	اختبار ورقة وقلم
الأسبوع (٣٢)	٢	محاضرة تقييمية عامة	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة ومعاللتها والاستعداد للاختبارات النهائية	مناقشة نتائج الامتحان وتحديد الاسباب	تشخيص نقاط القوة والضعف لدى الطلبة

المرحلة الثانية / استمارة مادة كرة اليد

الأسبوع (١)	٢	نبذة تاريخية عن كرة اليد	معرفة كرة اليد ونشاتها	توضيح وشرح ومناقشة الموضوع	سؤال وجواب
الأسبوع (٢)	٢	مهارة مسك الكرة	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٣)	٢	مهارة مسك الكرة بنوعيتها	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٤)	٢	مهارة استلام الكرة	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٥)	٢	مهارة استلام الكرات العالية	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٦)	٢	مهارة استلام الكرات الواطئة	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٧)	٢	مهارة تمرير الكرة	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٨)	٢	التمريري المسافات القصيرة	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٩)	٢	التمرير في المسافات المتوسطة	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (١٠)	٢	التمرير في المسافات الطويلة	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (١١)	٢	مواد القانون (١-٣)	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	عرض فديوي وصوري مع التوضيح والمناقشة	اسئلة واجوبة
الأسبوع (١٢)	٢	مهارة التنطيط بكرة اليد	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء

الأسبوع (١٣)	٢	انواع التنطيط بكرة اليد	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (١٤)	٢	مواد القانون (٤-٦)	معرفة قانون كرة اليد وتطبيقه	عرض فديوي وصور مع التوضيح والمناقشة	اسئلة واجوبة
الأسبوع (١٥)	٢	امتحان الفصل الاول العملي			
الأسبوع (١٦)	٢	امتحان الفصل الاول النظري			
العطلة التبريعية					
الأسبوع (١٧)	٢	الخداع بكرة اليد	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (١٨)	٢	التصويب في كرة اليد	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (١٩)	٢	العوامل المؤثرة على التصويب	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٢٠)	٢	مهارة التصويب من فوق مستوى الكتف	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٢١)	٢	مهارة التصويب من القفز عاليا	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٢٢)	٢	مهارة التصويب من القفز اماما	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٢٣)	٢	مواد القانون (٧-٩)	معرفة قانون كرة اليد وتطبيقه	عرض فديوي وصور مع التوضيح والمناقشة	اسئلة واجوبة
الأسبوع (٢٤)	٢	مهارة التصويب من السقوط	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٢٥)	٢	مهارة التصويب من الطيران	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء

الأسبوع (٢٦)	٢	مواد القانون (١٠-١١)	معرفة قانون كرة اليد وتطبيقه	عرض فديوي وصوري مع التوضيح والمناقشة	اسئلة واجوبة
الأسبوع (٢٧)	٢	حارس مرمى كرة اليد	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٢٨)	٢	المهارات الاساسية لحارس مرمى كرة اليد	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٢٩)	٢	خطط اللعب لحارس المرمى	تعلم الاداء الفني للمهارة واكتشاف نقاط القوة والضعف في مراحل الاداء الفني	شرح وتطبيق الاداء الفني للمهارة وتكرار تطبيقها من قبل الطلبة	طريقة الاداء
الأسبوع (٣٠)	٢	مواد القانون (١٣-١٤)	معرفة قانون كرة اليد وتطبيقه	عرض فديوي وصوري مع التوضيح والمناقشة	اسئلة واجوبة
الأسبوع (٣١)	٢	امتحان الفصل الثاني العملي			
الأسبوع (٣٢)	٢	امتحان الفصل الثاني النظري			

استمارة الخطة التدريسية للمادة

الاسم	م.م علي حميد فرج + م.م مروة نافع
البريد الالكتروني	aaltaee@uowasit.edu.iq mnafea@uowasit.edu.iq
اسم المادة	الحاسوب
المرحلة	الثانية (الدراسة الصباحية) + (الدراسة المسائية)
الفرع	العلوم النظرية
اهداف المادة	تعلم مهارة استخدام المايكروسوفت (Word + powerpoint)
التفاصيل الاساسية للمادة	تدريس وتعليم المادة بصورة نظرية وعملية من خلال شرح المادة العلمية بطريقة تمكن الطالب من فهم واستيعاب الدرس من خلال الشرح الوافي لمدرس المادة والاستعانة بمقاطع تعليمية معدة من قبله وبعدها يقوم الطالب بالتطبيق العملي ويتخلل ذلك الإجابة عن بعض الاستفسارات المتعلقة بالتطبيق العملي لزيادة الفائدة للجميع
الكتب المنهجية	لا يوجد

المصادر الخارجية					كتب متنوعة ومصادر عربية واجنبية متعددة في جامعة واسط وبعضها من مواقع الانترنت ذات الصلة بموضوع الحاسوب				
تقديرات الفصل					الفصل الدراسي	المختبر	الامتحانات اليومية	المشروع	الامتحان النهائي
					٢٥ %	٢٠ %	٥ %		٥٠ %
معلومات اضافية									

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
١		شرح مفردات منهج المادة و كيفية الوصول للبرنامج و التعرف على النوافذ		
٢		الحاسوب وفوائده وانواعه حسب الحجم		
٣		شرح قائمة file وكذلك الايعازات الخاصة بالخط من قائمة Home	التطبيق العملي لكيفية فتح البرنامج و تطبيق ايعازات النوافذ	
٤		شرح كيفية تغير نوع الخط و حجمة و ستايلة		
٥		كيفية التتقيط و الترفيم و المحاذات		
٦		امتحان يومي + مراجعة للمحاضرات السابقة		
٧		شرح كيفية البحث والاستبدال		
٨		شرح قائمة (page+ table) insert	تطبيق العملي للإيعازات	
٩		(picture+ clip art) insert		
١٠		(shapes+smartart+chart+screenshot) insert	تطبيق العملي للإيعازات	
١١		(header+footer+page number+textbox) insert	تطبيق العملي للإيعازات	
١٢		(Equation+ symbol) insert	تطبيق العملي للإيعازات	
١٣		شرح قائمة pagelayout الايعازات (margins+orientation+size+columns)	تطبيق العملي للإيعازات	
١٤		pagelayout الايعازات) break+linenumber+watermark+pagcolor+page (border	تطبيق العملي للإيعازات	

١٥		الامتحان النظري (الفصل الأول)	
١٦		الامتحان العملي (الفصل الأول)	
عطلة نصف السنة			
١٧		شرح قائمة Review + View مع الايعازات المهمة	تطبيق العملي للايعازات
١٨		مراجعة لبرنامج Word مع كوز عملي	تطبيق العملي للايعازات
١٩		التعرف على برنامج powerpoint مع تحديد نقاط التشابهة مع word	تطبيق العملي للايعازات
٢٠		التعرف على الشريحة و انواعها و طرق اضافتها	تطبيق العملي للايعازات
٢١		شرح عملي و نظري لاياعازات Home + insert	تطبيق العملي للايعازات
٢٢		شرح لتبويب التصميم	تطبيق العملي للايعازات
٢٣		شرح تبويب حركات الانتقال	تطبيق العملي للايعازات
٢٤		شرح تبويب الحركات المقطعية	تطبيق العملي للايعازات
٢٥		شرح تبويب showe slide	تطبيق العملي للايعازات
٢٦		شرح تبويب Reviwe	تطبيق العملي للايعازات
٢٧		شرح تبويب Viwe	تطبيق العملي للايعازات
٢٨		جعل الطلبة يعملون عرض تقديمي كامل	تطبيق العملي للايعازات
٢٩		مراجعة للمادة قبل الامتحان	تطبيق العملي للايعازات
٣٠			
٣١		الامتحان النظري (الفصل الثاني)	
٣٢		الامتحان العملي (الفصل الثاني)	

وصف المقرر للمرحلة الثالثة

استمارة الخطة التدريسية للمادة

الاسم					ا.د غفار سعد عيسى									
البريد الالكتروني					gaffar@uowasit.ed.iq									
اسم المادة					الساحة والميدان									
المرحلة					الثالثة									
الفرع					الالعاب الفردية									
اهداف المادة					معرفة الاسس النظرية والعملية والتحكيمية لبعض فعاليات العاب القوى									
التفاصيل الاساسية للمادة					تدريس المادة بصورة نظرية وعملية									
الكتب المنهجية														
المصادر الخارجية					موسوعة العاب القوى/ تطبيقات للمبادئ والاسس الفنية الالعاب الساحة والميدان									
تقديرات الفصل					الفصل الدراسي		المختبر		الامتحانات اليومية		المشروع		الامتحان النهائي	
معلومات اضافية														

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
١		التعريف بماهية العاب الساحة والميدان		
٢		شرح فعالية دفع الثقل ومراحل ادائها وقوانينها		
٣		اداء فعالية دفع الثقل بجزئها الاول		
٤		اداء فعالية دفع الثقل بجزئها الثاني		

٥		اداء فعالية دفع الثقل بصورة كامله	
٦		اداء فعالية دفع الثقل بصورة كاملة	
٧		شرح فعالية الوثبة الثلاثية ومراحل ادائها وقوانينها	
٨		اداء فعالية الوثبة الثلاثية بجزئها الاول	
٩		اداء فعالية الوثبة الثلاثية بجزئها الثاني	
١٠		اداء فعالية الوثبة الثلاثية بصورة كامله	
١١		اداء فعالية الوثبة الثلاثية بصورة كاملة	
١٢		شرح فعالية ٣٠٠٠م موانع ومراحل ادائها وقوانينها	
١٣		اداء فعالية ٣٠٠٠م موانع على ٣ موانع	
١٤		اداء فعالية ٣٠٠٠م موانع على ٥ موانع	
١٥		اداء فعالية ٣٠٠٠م موانع على ٥ موانع	
١٦		اداء فعالية ٣٠٠٠م موانع بصورة كاملة	
عطلة نصف السنة			
١٧		مراجعته لفعاليات الفصل الاول	
١٨		شرح فعالية ٤٠٠م حواجز ومراحل ادائها وقوانينها	
١٩		اداء فعالية ٤٠٠م موانع على مانع واحد	
٢٠		اداء فعالية ٤٠٠م موانع على ٣ موانع	
٢١		اداء فعالية ٤٠٠م موانع على ٥ موانع	
٢٢		اداء فعالية ٤٠٠م موانع بصورة كاملة	
٢٣		اداء فعالية ٤٠٠م موانع بصورة كاملة	
٢٤		شرح فعالية رمي المطرقة ومراحل ادائها	

		وقوانينها		
	مسك المطرقة والدوران			٢٥
	اداء فعالية رمي المطرقة من الوقوف			٢٦
	اداء فعالية رمي المطرقة من الوقوف			٢٧
	اداء فعالية رمي المطرقة بصورة كاملة			٢٨
	اداء فعالية رمي المطرقة بصورة كاملة			٢٩
		مراجعة		٣٠
		امتحان اول		٣١
		امتحان ثاني		٣٢

استمارة الخطة التدريسية للمادة

الاسم		م.د سعادة حسنين عبد المنعم م.م هبة صلاح عبد المحسن				
البريد الالكتروني		SaadahH.Abdalmunim624@uowasit.edu.iq Hiba.Al.mohsen648@uowasit.edu.iq				
اسم المادة		جمناستك ايقاعي				
المرحلة		الثالثة				
الفرع		الألعاب الفردية				
اهداف المادة		تعليمية - تربوية - تطويرية (تعليميه وتربويه وتطويريه)				
التفاصيل الاساسية للمادة						
الكتب المنهجية		الجمناستك الحديث (الجمناستك الرياضي الايقاعي) تأليف: وجيه محجوب & اسيا كاظم				
المصادر الخارجية		بعض المواد الخاصة بالقانون الدولي.				
تقديرات الفصل سنوي		الفصل الدراسي الاول	المختبر	الفصل الدراسي الثاني	المشروع	الامتحان النهائي
		٢٥%	.	٢٥%	.	٥٠%
معلومات اضافية		امتحان عدد(٢)نظري فصل اول وامتحان نظري(٢)فصل ثاني +امتحان يومي نظري وعملي بشكل دوري +امتحان عملي فصلي للدورين الاول والثاني .-				
استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات						
الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية والعملية		الملاحظات		
١	٢٠٢٣/٩/١٩	لياقة عامة				

٢	٢٠٢٣/٩/٢٦	اعاده للحركات التي تعلموها خلال السنه الماضيه .	
٣	٢٠٢٣/١٠/٣	عطلة	
٤	٢٠٢٣/١٠/١٠	(اداة الحبل) (الوثب بارتداد وبدون ارتداد على كلا القدمين مع دوران الحبل اماما. الوثب بارتداد وبدون ارتداد على قدم واحده مع دوران الحبل اماما . دوران الحبل مع الركض) . بارتداد وبدون ارتداد	
٥	٢٠٢٣/١٠/١٧	اداة الحبل (دوران الحبل اماما مع الركض بخطوتين ودوران الحبل اماما مع ٣ خطوات. الدوران المزدوج) .	
٦	٢٠٢٣/١٠/٢٤	. اداة الحبل (الوثب بتقاطع الذراعين من الدوران خلفا . وثبة الخطوه مع دوران الحبل اماما . القفزه المقصيه بثني الركبتين وبدون ثني مع دوران الحبل اماما) .	
٧	٢٠٢٣/١٠/٣١	اداة الحبل (قفزة الزحلقة مع دوران الحبل اماما . قفزة التناوب مع دوران الحبل اماما . المرجحه البندوليه الاماميه والجانبية بذراع وبذراعين . دوران الحبل فوق الراس بالتعاقب) .	
٨	٢٠٢٣/١١/٧	الخطوه الثلاثيه الاماميه (الفالس الامامي) . الخطوه الثلاثيه مع الدوران (الفالس مع الدوران) . قفزة المزوركا .	
٩	٢٠٢٣/١١/١٤	الخطوه الثلاثيه بالقفز (الفالس بالقفز) . اداة الحبل (مرجحة الحبل افقيا امام الصدر . تدوير الحبل بذراع وبذراعين اماما وخلفا وجانبا . دوران الحبل على شكل رقم ٨ بانواعها وهي الدوران للجانبين والدوران امام الجسم فوق الراس والدوران امام الجسم خلف الجسم والدوران فوق الراس تحت الرجلين) .	
١٠	٢٠٢٣/١١/٢١	القفزه المقصيه اماما ، خلفا . القفزه المقصيه مع نصف دوره . اداة الحبل (دوران الحبل مع قفزة الغزاله . دوران الحبل حول الجسم . دوران الحبل وادخاله من رجل واخراجه من الرجل الاخرى . رمي الحبل بيد وبيديين وبصوره مفرده ومزدوجه) .	
١١	٢٠٢٣/١١/٢٨	وثبة لمس القدم اماما ، خلفا . خطوة الباسك اداة الحبل (المرجحه البندوليه المتعاكسه الجانبيه مع خطوة الفالس الاماميه) .	
١٢	٢٠٢٣/١٢/٥	الدوران على الركبه . قفزة الزحلقة الخلفيه مع الدوران بالقفز على رجل واحده . ربط مجموعه حركات باداة الحبل .	
١٣	٢٠٢٣/١٢/١٢	الحبل بانواعه .	

		عطلة	٢٠٢٣/١٢/١٩	١٤
		اجراء الامتحان العملي .	٢٠٢٣/١٢/٢٦	١٥
	عطلة نصف السنة			
		لياقة عامة	٢٠٢٤/١/٣٠	١٦
		مراجعة للادوات السابقة	٢٠٢٤/٢/٦	١٧
		وثبة لمس القدم جانبا . وثبة لمس القدم مع نصف دوره .	٢٠٢٤/٢/١٣	١٨
		اداة الطوق (المرجحه البندوليه الاماميه والجانبية .المرجحه الافقيه امام الصدر .دائره على شكل رقم & امام الجسم فوق الراس مع الدوران) . وجانبه وفوق الراس بذراع واحده) .	٢٠٢٤/٢/٢٠	١٩
		اداة الطوق (دائره على شكل رقم & على الجانبين .رقم & امام الجسم خلف الجسم . تبديل الطوق من يد الى يد اخرى اثناء دورانه بشكل قوس فوق الراس .دوران الطوق امام الجسم	٢٠٢٤/٢/٢٧	٢٠
		قفزة المقص الجانبية مع الدوران . التموج الامامي بالجسم . التموج الخلفي بالجسم . تموج الذراعين لكل الاتجاهات .	٢٠٢٤/٣/٥	٢١
		تموج الجسم من وضع الاستلقاء . اداة الطوق(رمي الطوق بذراع وبذراعين واستلامه من الوقوف والركض والقفز والوثب .الرمي للاعلى مع الزميله افقيا بيد وبيدين .	٢٠٢٤/٣/١٢	٢٢
		قفزة القطة مع الدوران . قفزة الغزاله	٢٠٢٤/٣/١٩	٢٣
		اداة الطوق (دحرجة الطوق على الارض ومع الزميله .دحرجة الطوق على الارض من يد الى يد .الدحرجه بارتداد على الارض مع الوثب بانواعه)	٢٠٢٤/٣/٢٦	٢٤
		قفزة الاقعاء الاماميه . اعادة قفزة الغزاله . اداة الطوق (دحرجة الطوق على الارض مع اداء القفزات .دحرجة الطوق على الارض افقيا وعموديا .الدحرجه على اليدين والصدر والظهر) .	٢٠٢٤/٤/٢	٢٥
		اداة الطوق (ادخال الجسم بالطوق برجل واخراجه من الرجل الاخرى . الدخول بالطوق اثناء دحرجته على الارض .	٢٠٢٤/٤/٩	٢٦
		دوران الطوق حول محوره وحول الرسغ وحول الجسم .	٢٠٢٤/٤/١٦	٢٧

٢٨	٢٠٢٤/٤/٢٣	امتحان نظري . التدريب على السلاسل الجماعية النهائية باداة الطوق مع الموسيقى. التدريب على السلاسل الاجباريه باداتي الطوق والحبل .
٢٩	٢٠٢٤/٤/٣٠	التدريب على السلاسل الجماعية النهائية باداة الطوق مع الموسيقى. التدريب على السلاسل الاجباريه باداتي الطوق والحبل .
٣٠	٢٠٢٤/٥/٧	اجراء الامتحانات العملية النهائية . اجراء الامتحانات النظرية النهائية .

الاسم	م.م احمد عبدالله لفته م.م حسام ياسين خضر م.م محمد كاظم جبار			
البريد الالكتروني	AhmedA.Lafta601@uowasit.edu.iq Husam.Yaseen@uowasit.edu.iq			
اسم المادة	جمناستك الأجهزة للرجال			
المرحلة	الثالثة			
الفرع	الألعاب الفردية			
اهداف المادة	تعليم المهارات الأساسية الخاصة بالجمناستك وتطوير قابليات الطلاب البدنية			
التفاصيل الأساسية للمادة	تاريخ جمناستك الأجهزة ,أنواع الاجهزة ,مجموعة حركات المرجحة ,مراحل تدريب الجمناستك المساعدة وطرقها, قياسات ومهارات الأجهزة، الحركات الأرضية، جهاز الحلق والمتوازي ومنصة القفز وحصان المقابض والعقلة			
الكتب المنهجية	فن الحركات الأرضية للجمناز (احمد ابراهيم شحاته، احمد فؤاد الشاذلي) المبادئ الأساسية لتعلم المهارات الحركية في الجمناز الفني(بنين, بنات) (شيماء عبد مطر، يوسف عبد الزهرة)، الجمناستك الفني التطبيقي			
المصادر الخارجية	شبكة معلومات الانترنت.			
تقديرات الفصل	الفصل الدراسي الأول	النظري	العملي	النشاط والحضور
	١٠	١٠	١٠	٢٥

استمارة الخطة التدريسية للمادة

الاسم	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
١	٢٠٢٣/١٠/١	فكرة عامة عن الجمناستيك نبذة تاريخية عن رياضة الجمناستيك	_____	
٢	٢٠٢٣/١٠/٨	أنواع الجمناستيك واكثر الأنواع شهر الاعتبارات التي يجب ان يراعيها المدرب	اعداد بدني عام	
٣	٢٠٢٣/١٠/١٥	بساط الحركات الأرضية متطلبات وعرض التمرين	اعداد بدني خاص	
		قياسات بساط الحركات الارضية	تمرينات خاصة للجمايز	
٤	٢٠٢٣/١٠/٢٢	شرح مهارة الدرجة الأمامية تطبيق مهارة الدرجة الامامية	تمارين عامة وخاصة تمارين خاصة بالمهارة	
٥	٢٠٢٣/١٠/٢٩	شرح مهارة الدرجة الخلفية تطبيق مهارة الدرجة الخلفية	تمارين عامة وخاصة	
٦	٢٠٢٣/١١/٥	شرح مهارة الدرجة الامامية فتحاً تطبيق مهارة الدرجة الامامية فتحاً	تمارين عامة وخاصة تمارين خاصة بالمهارة	
٧	٢٠٢٣/١١/١٢	شرح مهارة الدرجة الخلفية فتحاً تطبيق مهارة الدرجة الخلفية فتحاً	تمارين عامة وخاصة تمارين خاصة بالمهارة	
٨	٢٠٢٣/١١/١٩	شرح مهارة الغطس تطبيق مهارة الغطس	تمارين عامة وخاصة تمارين خاصة بالمهارة	
٩	٢٠٢٣/١١/٢٦	الميزان الامامي + الميزان الخلفي الميزان الجانبي + ميزان الركبة	تمارين خاصة بالمهارة تمارين خاصة بالمهارة	
١٠	٢٠٢٣/١٢/٣	شرح مهارة الوقوف على الرأس تطبيق مهارة الوقوف على الرأس	تمارين عامة وخاصة تمارين خاصة بالمهارة	
١١	٢٠٢٣/١٢/١٠	شرح مهارة الوقوف على اليدين تطبيق مهارة الوقوف على اليدين	تمارين عامة وخاصة تمارين خاصة بالمهارة	
١٢	٢٠٢٣/١٢/١٧	شرح مهارة العجلة البشرية تطبيق مهارة العجلة البشرية	تمارين عامة وخاصة تمارين خاصة بالمهارة	
١٣	٢٠٢٣/١٢/٢٤	شرح مهارة العربية تطبيق مهارة العربية	تمارين عامة وخاصة تمارين خاصة بالمهارة	
١٤	٢٠٢٣/١٢/٣١	شرح سلسلة حركية في بساط الحركات الارضية تطبيق سلسلة حركية في بساط الحركات الارضية	تمارين عامة وخاصة تمارين خاصة بالمهارة	
١٥	٢٠٢٤/١/٧	امتحان الفصل الاول		
١٦	٢٠٢٤/١/٢٨	حصان المقابض قياسات الجهاز	تمارين عامة وخاصة	

الأسبوع (١)	٢	مواد قانون اللعبة	مواد قانون اللعبة	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٢)	٢	تدريب المهارات الأساسية	مدخل بمناهج التدريب	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٣)	٢	مناهج التدريب / نموذج لوحدة تدريبية	مدخل بمناهج التدريب	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٤)	٢	نموذج لوحدة تدريبية	مدخل بمناهج التدريب	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٥)	٢	طرائق التدريب البدني (التدريب العضلي , الفكري)	طرائق التدريب البدني	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٦)	٢	طرائق التدريب البدني (التدريب التكراري, المستمر)	طرائق التدريب البدني	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٧)	٢	طرائق التدريب البدني (التدريب الدائري)	طرائق التدريب البدني	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٨)	٢	امتحان الشهر الأول للفصل الأول			
الأسبوع (٩)	٢	التغذية / إصابات اللاعبين	التغذية - إصابات اللاعبين	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (١٠)	٢	اعادة بعض مواد قانون اللعبة	قانون كرة القدم	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (١١)	٢	تدريب حارس المرمى (بدني , مهاري)	تدريب حارس المرمى	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (١٢)	٢	تدريب حارس المرمى (مهاري , خططي)	تدريب حارس المرمى	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (١٣)	٢	توزيعات وتشكيلات اللعب (٤-٢-٤ و ٤-٣-٣) (٣)	توزيعات وتشكيلات اللعب	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (١٤)	٢	توزيعات وتشكيلات اللعب (٤-٤-٢ و ٣-٥-٥) (٢)	توزيعات وتشكيلات اللعب	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (١٥)	٢	امتحان عملي		التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (١٦)	٢	امتحان الشهر الثاني للفصل الأول			
العطلة الربيعية	العطلة الربيعية				
الأسبوع (١٧)	٢	الدفاع الفردي ودفاع المنطقة	الدفاع بكرة القدم	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (١٨)	٢	الدفاع المركب والدفاع المحوري	الدفاع بكرة القدم	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع	٢	الدفاع الجماعي والدفاع	الدفاع بكرة القدم	التعلم	اختبارات قصيرة ومدى

المشاركة الفاعلة للطلاب	التعاوني		الفرقي		(١٩)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	الهجوم بكرة القدم	الهجوم الفردي (مع الكرة وبدون كرة)	٢	الأسبوع (٢٠)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	الهجوم بكرة القدم	الهجوم الجماعي	٢	الأسبوع (٢١)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	الهجوم بكرة القدم	الهجوم الفرقي (البطيء , السريع , المرتد السريع)	٢	الأسبوع (٢٢)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	الحالات الثابتة	الحالات الثابتة (ركلة البداية , الرمية الجانبية , ركلة المرمى , إسقاط الكرة)	٢	الأسبوع (٢٣)
			امتحان الشهر الأول للفصل الثاني	٢	الأسبوع (٢٤)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	الحالات الثابتة	الحالات الثابتة (الركلة الركنية , ركلة الجزاء)	٢	الأسبوع (٢٥)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	الحالات الثابتة	الحالات الثابتة (الركلة الحرة المباشرة وغير المباشرة)	٢	الأسبوع (٢٦)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	الحالات الثابتة	الحالات الثابتة (مباراة تعليمية)	٢	الأسبوع (٢٧)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني		امتحان عملي	٢	الأسبوع (٢٨)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	مواد قانون اللعبة	مراجعة لجميع مواد قانون اللعبة	٢	الأسبوع (٢٩)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	مواد قانون اللعبة	مراجعة لجميع مواد قانون اللعبة	٢	الأسبوع (٣٠)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	مواد قانون اللعبة	مراجعة لجميع مواد قانون اللعبة	٢	الأسبوع (٣١)
	التعلم التعاوني	مواد قانون اللعبة	امتحان الشهر الثاني للفصل الثاني	٢	الأسبوع (٣٢)

وصف المقرر للمرحلة الرابعة

المرحلة الرابعة / مادة علم النفس الرياضي

اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	ماهية علم النفس الرياضي	علم النفس الرياضي	٢	الأسبوع (١)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم التعاوني	التعلم الحركي	أسس التعلم	٢	الأسبوع (٢)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطلاب	التعلم	التعزيز والتذكر والنسيان	العملية التعليمية	٢	الأسبوع

المشاركة الفاعلة للطالب	التعاوني				(٣)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	تقسيم أوقات التمرين	ظروف التعلم	٢	الأسبوع (٤)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	التربية الرياضية والشخصية	الشخصية	٢	الأسبوع (٥)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	العلاقة بين الشخصية والنشاط	تأثير دروس التربية الرياضية في تكوين الشخصية	٢	الأسبوع (٦)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	الحوافز والدوافع والحاجات	دوافع النشاط الرياضي وتطورها	٢	الأسبوع (٧)
			امتحان الشهر الأول للفصل الأول	٢	الأسبوع (٨)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	العلاقة بين الدافع والنشاط	دوافع النشاط الرياضي وتطورها	٢	الأسبوع (٩)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	مفهومه ومكوناته ونموه	الاتجاه النفسي	٢	الأسبوع (١٠)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	تغيره وقياسه	الاتجاه النفسي	٢	الأسبوع (١١)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	القابلية والموهبة في درس التربية الرياضية	القابلية والموهبة	٢	الأسبوع (١٢)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	الإحساس والادراك	العمليات الذهنية في النشاط الرياضي	٢	الأسبوع (١٣)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	التلاميذ ذوو المستويات الضعيفة	ضعف المستوى في درس التربية الرياضية مشكلة نفسية	٢	الأسبوع (١٤)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	مفهوم الجماعة وأنواعها وتماسكها وتصنعها وأهميتها	العوامل الاجتماعية المؤثرة في المستوى الرياضي	٢	الأسبوع (١٥)
			امتحان الشهر الثاني للفصل الأول	٢	الأسبوع (١٦)
عطلة الربيعية					
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	مكوناته وأنواعه ومظاهره	الانتباه	٢	الأسبوع (١٧)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	المظاهر والأسباب المؤدية إليه	التوتر والاستثارة في الرياضة	٢	الأسبوع (١٨)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	المفهوم والأعراض والأسباب	الضغوط النفسية عند الرياضيين	٢	الأسبوع (١٩)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	المفهوم والتفسير والأنواع والأسباب	السلوك العدواني	٢	الأسبوع (٢٠)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	مواجهة الانفعالات في الرياضة	السلوك العدواني	٢	الأسبوع (٢١)
اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب	التعلم التعاوني	مفهومه وأهدافه	السلوك الجازم	٢	الأسبوع (٢٢)

الأسبوع (٢٣)	٢	الاحترق النفسي	مفهومه ومراحله وخطواته ومواجهته	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٢٤)	٢	امتحان الشهر الأول للفصل الثاني			
الأسبوع (٢٥)	٢	الانفعالات النفسية	الخوف والقلق	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٢٦)	٢	الصدمة النفسية	مفهومها وأنواعها وأثارها	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٢٧)	٢	الصفات الارادية	الشجاعة والجرأة	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٢٨)	٢	رياضة المستويات العليا	المشكلات النفسية في السباقات	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٢٩)	٢	خبرات النجاح والفشل	مكوناتها وأهميتها ومستوى الطموح	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٣٠)	٢	التقويم في التربية الرياضية	الأسس العامة في التقويم	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٣١)	٢	التقويم في التربية الرياضية	تقويم التلاميذ في درس التربية الرياضية	التعلم التعاوني	اختبارات قصيرة ومدى المشاركة الفاعلة للطالب
الأسبوع (٣٢)	٢	امتحان الشهر الثاني للفصل الثاني			

استمارة الخطة التدريسية للمادة طرائق التدريس

الاسم	أ.م.د امين عطا حسن م.د اسراء فاضل حسن م.د حسين فايق عزيز م.د حيدر عبد الكاظم خضير
البريد الالكتروني	Asraasports1991@gmail.com
اسم المادة	طرائق التدريس
المرحلة	الرابعة
اسم الفرع	الألعاب الفردية
مقرر الفصل	الاول والثاني
اهداف المادة	تعلم كيفية اعداد برامج التربية الرياضية, خطط الدرس للمراحل المتوسطة والاعدادية
التفاصيل الاساسية للمادة	- الاهداف التعليمية والتربوية - المفاهيم المرتبطة بالتدريس - التخطيط لبرامج التربية الرياضية - الخطة التدريسية للمرحلة المتوسطة والاعدادية - الطرق الرئيسية في تعليم المهارات الحركية

-الاجهزة الادوات والطرائق البديلة -التغذية الراجعة في درس التربية الرياضية - اساليب حديثة في تدريس التربية الرياضية - تكنولوجيا التعليم - التقويم في التربية الرياضية					
تقديرات الفصل		٢٥	الفصل الدراسي الأول	الفصل الدراسي الثاني	
				النظري	العملي
				النظري	العملي
				١٥	١٠
				٣٠	٢٠
				الامتحان النهائي	

استمارة الخطة التدريسية

الأسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
١	٢٠٢٣/٩/٢٠	الاهداف التعليمية والتربوية في التربية الرياضية	—	
٢	٢٠٢٣/٩/٢٧	التدريس والمفاهيم المرتبطة به	—	
٣	٢٠٢٣/١٠/٤	المفاهيم المرتبطة	—	
٤	٢٠٢٣/١٠/١١	التخطيط لبرنامج التربية الرياضية	—	
٥	٢٠٢٣/١٠/١٨	محتوى برنامج التربية الرياضية	—	
٦	٢٠٢٣/١٠/٢٥	الخطة التدريسية للمرحلة المتوسطة والاعدادية	—	
٧	٢٠٢٣/١١/١	انواع الخطط التدريسية	—	
٨	٢٠٢٣/١١/٨	اهمية عملية التخطيط	—	
٩	٢٠٢٣/١١/١٥	وحدة تعليمية لدرس التربية الرياضية	—	
١٠	٢٠٢٣/١١/٢٢	مفهوم الوحدة التعليمية وشروطها		
١١	٢٠٢٣/١١/٢٩		تطبيق وحدة تعليمية لدرس التربية الرياضية	
١٢	٢٠٢٣/١٢/٦	درس تربية رياضية للمرحلة الاعدادية والمتوسطة	تطبيق الدرس	
١٣	٢٠٢٣/١٢/١٣	—	نماذج لخطط درس وتطبيقها من قبل الطلاب	
١٤	٢٠٢٣/١٢/٢٠	الطرائق الرئيسة في تعليم المهارات الحركية	—	
١٥	٢٠٢٣/١٢/٢٧	امتحان الفصل الاول	تطبيق خطط درس	
١٦	عطلة نصف السنة	الاجهزة والادوات والطرائق البديلة	—	

١٧	٢٠٢٤/١/٣١	التغذية الراجعة في درس التربية الرياضية	-
١٨	٢٠٢٤/٢/٧	تحليل العملية التدريسية	-
١٩	٢٠٢٤/٢/١٤	اساليب حديثة في تدريس التربية الرياضية (موستن)	-
٢٠	٢٠٢٤/٢/٢١	اساليب موستن	-
٢١	٢٠٢٤/٢/٢٨	اساليب موستن	-
٢٢	٢٠٢٤/٣/٦	تكنولوجيا التعليم	-
٢٣	٢٠٢٤/٣/١٣	انواع الوسائل التعليمية	
٢٤	٢٠٢٤/٣/٢٠	تحليل سلوك التدريسي في التربية الرياضية	
25	٢٠٢٤/٣/٢٨	طرائق التدريس العامة في التعليم	
26	٢٠٢٤/٤/٣	المفاهيم المرتبطة بطرائق التدريس واستراتيجياته	
27	٢٠٢٤/٤/١٠	مهارات التدريس وكيفية تطويرها	
28	٢٠٢٤/٤/١٧	التقويم في التربية الرياضية	
29	٢٠٢٤/٤/٢٤	انواع التقويم, اشكال واساليب التقويم	
30	٢٠٢٤/٥/١	امتحان الفصل الثاني	تطبيق خطط درس

استمارة الخطة التدريسية للمادة الساحة و الميدان

الاسم	د. عامر محمد ناصر / د. علي حسين الصغير / م. دكرار عبد الكريم خضير
البريد الالكتروني	amernasser@uowasit.edu.iq asagheer@uowasit.edu.iq karrarabdul.khudhair637@uowasit.edu.iq
اسم المادة	الساحة والميدان
المرحلة	الرابعة
الفرع	الالعاب الفردية
اهداف المادة	يتناول تدريب وتعليم التكنيك لفعالية (العشاري والسباعي) للساحة والميدان ومعرفة الطلاب بقانون (العشاري والسباعي) للساحة والميدان.
التفاصيل الاساسية للمادة	قواعد المنافسة (العشاري والسباعي) / مراحل الأداء الفني لفعاليات (العشاري والسباعي) / القياسات القانونية للميدان والادوات الخاصة ب(العشاري والسباعي) / اضافة الى القانون الدولي بشكل مختصر.
الكتب المنهجية	كتاب منهجي للساحة والميدان (الالعاب العشرية للرجال والسباعي للنساء) يدرس في جامعة واسط - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

- صريح عبد الكريم الفضلي : القانون الدولي لالعاب القوى قواعد المنافسة . - عامر فاخر شغاتي ، مهدي كاظم علي : العاب القوى تعلم تدريب ارشادات . - قاسم حسن حسين : الاسس النظرية والعملية لفعاليات العاب الساحة والميدان .					المصادر الخارجية
تقديرات الفصل	الفصل الدراسي الاول	المختبر	الفصل الدراسي الثاني	المشروع	الامتحان النهائي
٢٥٪	٠	٠	٢٥٪	٠	٥٠٪
معلومات اضافية					

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية والعملية	الملاحظات
١	٢٢/١١/٢٠٢٣	مقدمة عن فعاليات (العشاري والسباعي) للساحة والميدان	
٢	١١/٢٩	تمارين خاصة ببداية الاركاض السريعة للفعاليات الخاصة ب(العشاري والسباعي) للساحة والميدان	
٣	١٢/٦	تطبيق مراحل الاداء الفني لفعالية ١٠٠ م + قانون الفعالية	
٤	١٢/١٣	مراحل الاداء الفني لفعالية دفع الثقل + قياسات الفعالية	
٥	١٢/٢٠	تعليم وتطبيق تكنيك فعالية دفع الثقل	
٦	١٢/٢٧	قانون فعالية دفع الثقل	
٧	٢٠٢٤/١/٤	تطبيق مراحل الاداء الفني لفعالية ٤٠٠ م + قانون الفعالية	
٨	١/١١	امتحان نظري + عملي	
٩	١/١٨	مراحل الاداء الفني لفعالية رمي القرص + قياسات الفعالية	
١٠	١/٢٥	تعليم وتطبيق تكنيك فعالية رمي القرص	
١١	٢/٢	قانون فعالية رمي القرص	
١٢	٢/٩	مراحل الاداء الفني لفعالية الوثب الطويل + قياسات الفعالية + قانون الفعالية	
١٣	٢/١٦	تعليم وتطبيق تكنيك فعالية الوثب الطويل	
١٤	٢/٢٣	امتحان نظري + عملي	
١٥			
١٦			
١٧	٣/١	تطبيق مراحل الاداء الفني لفعالية الوثب العالي + قانون الفعالية	
١٨	٣/٨	تعليم وتطبيق تكنيك فعالية الوثب العالي	
١٩	٣/١٥	تطبيق مراحل الاداء الفني لفعالية (٨٠٠م/١٥٠٠م) +	

	قانون الفعالية		
٢٠	مراحل الاداء الفني لفعالية ١١٠ م حواجز + قياسات الفعالية	٣/٢٢	
٢١	تعليم وتطبيق تكنيك فعالية ١١٠ م حواجز	٣/٢٩	
٢٢	قانون فعالية ١١٠ م حواجز	٤/٦	
٢٣	امتحان نظري + عملي الكورس الثاني	٤/١٣	
٢٤	مراحل الاداء الفني لفعالية القفز بالزانة + قياسات الفعالية	٤/٢٠	
٢٥	تعليم وتطبيق تكنيك فعالية القفز بالزانة	٤/٢٧	
٢٦	قانون فعالية القفز بالزانة	٥/٤	
٢٧	مراحل الاداء الفني لفعالية رمي الرمح + قياسات الفعالية + قانون الفعالية	٥/١١	
٢٨	تعليم وتطبيق تكنيك فعالية رمي الرمح	٥/١٨	
٢٩	امتحان نظري + عملي الكورس الثاني	٥/٢٥	
٣٠	امتحان عملي الفايصل	٦/٢	
٣١			

استمارة الخطة التدريسية لمادة البحث العلمي

الاسم	مازن انهير لامي القرشي
البريد الالكتروني	mnhaiyer@uowasit.edu.iq
اسم المادة	البحث العلمي
المرحلة	الثالثة
الفرع	العلوم النظرية
اهداف المادة	تعليم الطلبة كتابة البحوث العلمية والتخطيط السليم لبناء البرامج العلمية وفق المناهج البحثية
التفاصيل الاساسية للمادة	مادة نظرية تتضمن مجموعة مواضيع اساسية في البحث العلمي يتم شرحها وتكليف الطلبة ببعض الواجبات
الكتب المنهجية	البحث العلمي (اساسيات ومناهج، اختبار الفرضيات تصاميم التجارب)
المصادر الخارجية	

تقديرات الفصل	الفصل الدراسي الاول	الفصل الدراسي الثاني	السعي السنوي	المشروع	الامتحان النهائي
	٢٥٪	٢٥٪	٥٠٪	-----	٥٠٪
معلومات اضافية					

استمارة الخطة التدريسية للمادة حسب المفردات

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
١		مفهوم البحث العلمي	-----	
٢		مميزات واهداف البحث العلمي	-----	
٣		ضوابط واخلاقيات البحث العلمي.	-----	
٤		صفات الباحث العلمي الجيد		
٥		مشكلة البحث . مقومات اختيار المشكلة البحثية.	تكليف الطلبة بكتابة ٥ انواع من المشاكل البحثية في موضوعات مختلفة	مناقشة المشاكل البحثية
٦		تحديد مشكلة البحث.		
٧		الفروض البحثية شروط تكوين الفروض.	تكليف الطلبة بكتابة ثلاث انواع لكل نوع من الفروض العلمية	مناقشة الفروض العلمية
٨		مميزات الفروض العلمية. اختبار الفروض.		
٩		خطة البحث وكيفية تنفيذها	تكليف الطلبة بأعداد خطة بحث ضمن اختصاصه	مناقشة خطة البحث
١٠				
١١				
١٢		العينات انواعها وطرق اختيارها	-----	
١٣				
١٤				
١٥		الاقتباس وشروطه	-----	
١٦		الامتحان النظري	-----	
١٧		مراجعة الموضوعات السابق		
		عطلة نصف السنة		

		الاستبيان وانواعه		١٨
		خطوات اعداد الاستبيان		١٩
		مميزات وعيوب الاستبيان		٢٠
				٢١
		المقابلة واجراءاتها مميزات وعيوب		٢٢
		المقابلة		
		الملاحظة انواعها وشروطها ومميزاتها		٢٣
		وعيوبها		٢٤
		الاختبارات والقياس		٢٥
		خطوات ما قبل الاختبار اثناء الاختبار		٢٦
		بعد الاختبار		
				٢٧
		المنهج التجريبي		٢٨
		المنهج الوصفي		٢٩
		المنهج التاريخي		٣٠
		مراجعة للموضوعات السابقة		٣١
		الأمتحان النظري		٣٢

١٠. البنية التحتية	
الكتب المنهجية المقررة ضمن الخطة القطاعية للتعليم العالي الكتب المساعدة في مجال الاختصاص	١- الكتب المقررة المطلوبة
الكتب الخاصة بالكلية والجامعة والمكتبة الافتراضية	٢- المراجع الرئيسية (المصادر)
	أ) الكتب والمراجع التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير،)

إضافة فيديوهات تخص المواضيع المدروسة ووسائل إيضاح علمية جديدة مع عرض بوربوينت	ب) المراجع الالكترونية ،مواقع الانترنت ،.....
--	--

١١. خطة تطوير المقرر الدراسي
استخدام التقنيات الحديثة في عملية التعليم و التعلم لمواكبة التحديات العلمية و العالمية التي تفرض علينا مواكبة التطور في المجال التربوي و العلمي من خلال استخدام الوسائل الحديثة و الاجهزة و المستلزمات المساعدة في تنفيذ الدروس كذلك عمليات التوأمة مع الجامعات الاخرى والكليات المشابهة لاجل بث واستقبال الخبرات بين الكليات فضلا عن استعمال شبكة الانترنت بشكل مصاحب للعملية التعليمية .