



توصيف مقرر مادة الجمباز  
الفرقة الرابعة  
اختياري أول

الفصل الدراسي الاول

للعام الجامعي 2012/2011 م

توصيف المقرر

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة بنها

البرنامج المقدم من خلالها المقرر: بكالوريوس التربية الرياضية

القسم العلمي الذي يقدم المقرر:- قسم نظريات وتطبيقات الجمباز والتمرينات والعروض الرياضية

القسم العلمي الذي يدرس المقرر: قسم نظريات وتطبيقات الجمباز والتمرينات والعروض الرياضية

السنة الدراسية: الفرقة الرابعة(الفصل الدراسي الثاني)

تاريخ اعتماد توصيف البرنامج / / م

أ- البيانات الأساسية

العنوان : مادة الجمباز الكود:

الساعات المعتمدة: 45 ساعة في الترم بواقع 3 ساعات أسبوعيا

المحاضرة: الدروس العملية:

ساعات الإرشاد الأكاديمي: المجموع: 30 ساعة الترم الأول

ب- البيانات المهنية

1- الأهداف العامة للمقرر

- الإلمام بالتطور بالجمباز والتقدم الحاضر و التوقع بالمستقبل
- الإلمام بالمتطلبات المتنوعة لما هو حديث في الاعداد البدنى وعناصر اللياقة البدنية وطبيعة الحركة إثناء الأداء ، وماهو حديث في المهرجانات الرياضية الخاصة بالجمباز
- الإلمام بطرق وكيفية التطبيق في الإعداد البدنى وتركيب الجمل الفنية لالعاب الجمباز.

2- النتائج التعليمية المستهدفة للمقرر

أ- المعرفة والفهم

- يجب أن يكون الخريج في نهاية المقرر قادرا على:-
- الإلمام بالمعارف الأساسية والفلسفية والتربوية والاجتماعية فى محتوى مادة الجمباز.
- الإلمام بالمعارف النظرية المرتبطة والقوانين المستخدمة فى الجمباز

- يفهم مبادئ وأسس الحركة في و الإعداد البدني و المهارى والنفسى فى الجمباز .

### ب- المهارات الذهنية

يجب أن يكون الخريج في نهاية المقرر قادرا على:-

- اختيار الأسلوب التعليمي المناسب لتعلم المهارات الجمبازية.
- يركز الطالب الانتباه على أهم النواحي الفنية المرتبطة بالأداء فى الجمباز .
- اكتشاف التحديات والمعوقات التي تواجهه إثناء ممارسة محتوى الجمباز واختيار البدائل.

### ج- المهارات المهنية والعملية

يجب أن يكون الخريج في نهاية المقرر قادرا على:-

- أداء النماذج التطبيقية للمهارات المتعلمة في محتوى مادة الجمباز المقرر .
- استخدام المصطلحات المختلفة المتعارف عليها فى الجمباز
- تطبيق إجراءات الأمن والسلامة الصحية في البيئة الممارس فيها الجمباز

### 3- المحتويات

م	الموضوع	عدد الساعات	نظري	عملي
1	الاختبارات والمقاييس فى الجمباز	4	2	2
2	انواع البطولات فى الجمباز	4	2	2
3	اسس قانون الجمباز	10	3	7
4	المتطلبات العامة و الخاصة لاجهزة الجمباز	10	3	7
5	الاعداد الخططى فى رياضة الجمباز	4	2	2

10	3	13	المجموعات الحركية على اجهزة الجمباز	6
-----	-----	-----		7
30	15	45	الاجمالي	

#### 4- أساليب التعليم والتعلم

- أسلوب التعلم بالأوامر
- أسلوب التعلم التبادلي.
- استخدام طرق التعلم مع الأساليب المتبعة.

#### 5- أساليب تقييم الطلبة

الهدف من التقييم	أسلوب التقييم	م
تقييم قدرة الطالب على أداء المهارات المتعلمة في الجمباز وتعليمها للآخرين .	الاختبار العملي	3
تقييم قدرة الطالب على تجميع المعلومات والمعارف المرتبطة بالمهارات المتعلمه من وسائل جمع المعلومات ( كتب - مراجع - شبكة المعلومات ) .	الاختبار البحثي	4
تقييم قدرة الطالب على سرد المعلومات المرتبطة بالمهارات المتعلمة في الجمباز .	الاختبار التحريري	5
تقييم قدرة الطالب على الالمام بالموضوعات المتعلقة نظريا وعمليا في رياضة الجمباز .	امتحان نهاية العام	6

#### أ- جدول التقييم

الأسبوع	أسلوب التقييم	م
السادس، العاشر، الرابع عشر	الاختبار العملي	1
السابع، الحادى عشر	الاختبار البحثي	2

3	الاختبار التحريري	السادس، العاشر، الرابع عشر
4	امتحان نهاية العام	امتحان نهاية العام

ب- النسبة المئوية لكل تقييم

م	أسلوب التقييم	الدرجات	النسبة المئوية
1	الاختبار العملي	7.5	15%
2	الاختبار البحثي	5	10%
3	الاختبار التحريري	7.5	15%
4	امتحان نهاية العام	15	30%
		15	30%
	الاجمالي	50	100%

### 6- قائمة المراجع

- أ- مذكرات المقرر : الأسس النظرية والتطبيقية فى رياضة الجمباز .
- ب- الكتب الدراسية : الأسس النظرية والتطبيقية فى رياضة الجمباز .

ج- كتب مقترحة

- إبراهيم سعد زغلول : نظريات وتطبيقات الجمباز الحديث .
- محمد ابراهيم شحاتة : اسس تعليم الجمباز .
- عادل عبد البصير اسس ونظريات الجمباز الحديث .
- د- مواقع الإنترنت:

[www.figgymnastics.com](http://www.figgymnastics.com)  
[www.usagymnastics.com](http://www.usagymnastics.com)  
[www.drillsandskills.com/skills](http://www.drillsandskills.com/skills)  
[www.olympicgymnastics.com](http://www.olympicgymnastics.com)  
[www.gymtide.com](http://www.gymtide.com)

#### 7- الإمكانيات المطلوبة للتعليم والتعلم

- \* جهاز كمبيوتر لعرض الأشرطة التعليمية .
- \* جهاز (data show) لعرض المحاضرات النظرية والشرح اللفظي سق المقرر

رئيس القسم

أ.د/ إبراهيم سعد زغلول

أ.د/ إبراهيم سعد زغلول

التاريخ / / 2010م