**نموذج وصف المقرر**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. اسم المقرر: | | | | | | | | |
| **السباحة / المرحلة الاولى** | | | | | | | | |
| 1. رمز المقرر : | | | | | | | | |
| **112Sw** | | | | | | | | |
| 1. الفصل / السنة : | | | | | | | | |
| **سنوي** | | | | | | | | |
| 1. تاريخ إعداد هذا الوصف : | | | | | | | | |
| **4/2/2024** | | | | | | | | |
| 1. أشكال الحضور المتاحة : | | | | | | | | |
| **القاعات النظرية /المسبح الداخلي للجامعة** | | | | | | | | |
| 1. عدد الساعات الدراسية (الكلي)/ عدد الوحدات (الكلي) : | | | | | | | | |
| **60 ساعة** | | | | | | | | |
| 1. اسم مسؤول المقرر الدراسي ( اذا اكثر من اسم يذكر) | | | | | | | | |
| **الاسم: أ.د مواهب حميد نعمان الآيميل :** [**mawaheb.hussein@copew.uobaghdad.edu.iq**](mailto:mawaheb.hussein@copew.uobaghdad.edu.iq) | | | | | | | | |
| 1. اهداف المقرر | | | | | | | | |
| **اهداف المادة الدراسية** | | | | | | * **تعلم مهارة السباحة**      * **معرفة أنواع السباحة** * **اكتساب الجانب المعرفي للمهارات** | | |
| 1. استراتيجيات التعليم والتعلم | | | | | | | | |
| **الاستراتيجية** | | 1. **استخدام الاستراتيجيات والطرائق والأساليب الحديثة عند التدريس.** 2. **- الطريقة المختلطة (الكلية مع الجزئية) عند تعليم المهارات.** | | | | | | |
| 1. بنية المقرر | | | | | | | | |
| **الأسبوع** | **الساعات** | | **مخرجات التعلم المطلوبة** | **اسم الوحدة او الموضوع** | | | **طريقة التعلم** | **طريقة التقييم** |
| **الاول** | **2** | | **اهمية وتاريخ السباحة** | **تاريخ السباحة** | | | **الشرح والعرض** | **تكليفهم بواجب بيتي** |
| **الثاني** | **2** | | **تعلم السباحة والعوامل التي تؤثر على عمليه السباحة** | **تعلم السباحة** | | | **عرض فديو** | **توجيه أسئلة شفوية** |
| **الثالث** | **2** | | **مراحل التعلم والاداء الحركي للسباحة** | **مراحل التعلم** | | | **شرح** | **امتحان يومي** |
| **الرابع** | **2** | | **وطرق اخراج الغريق** | **طرق الانقاذ وحلات الغرق** | | | **الشرح والعرض** |  |
| **الخامس** | **2** | | **والبدء بانواعه والدوران بانواعه** | **تكنيك البدء والدوران** | | | **عرض فديو** | **توجيه أسئلة شفوية** |
| **السادس** | **2** | | **شرح المراحل** | **التخطيط والتنظيم**  **في السباحة** | | | **الشرح والعرض** | **توجيه أسئلة شفوية** |
| **السابع** |  | | **الاداء الحركي** | **مهارات التعود وكسب الثقه للجو الجديد للماء** | | | **الشرح والعرض** | **اختبار عملي بسيط** |
| **الثامن** |  | | **الاداء الحركي للطفو** | **مهارات الطفو** | | | **الشرح والعرض** | **اختبار عملي بسيط** |
| **التاسع** |  | | **الاداء الحركي للانزلاق** | **مهارات الانزلاق** | | | **الشرح والعرض** | **اختبار عملي بسيط** |
| **العاشر** |  | | **تطبيق المهارة** | **مهارات التنفس** | | | **الشرح والعرض** | **اختبار عملي بسيط** |
|  |  | | **الامتحان الأول** | **الامتحان الأول** | | | **الشرح والعرض** |  |
| **الحادي عشر** |  | | **شرح الأنواع الاربعة** | **انواع السباحة** | | | **الشرح والعرض** | **توجيه أسئلة شفوية** |
| **الثاني عشر** |  | | **الاداء الحركي للسباحة الحرة** | **السباحة الحرة** | | | **الشرح والعرض** | **توجيه أسئلة شفوية** |
| **الثالث عشر** |  | | **مراجعة تطبيقية خطوات (تعليمية – تدريبية) تطبيقية للمواضيع المحاضرات السابقة** | **مراجعة تطبيقية خطوات (تعليمية – تدريبية)** | | | **تطبيق من قبل الطالبات** |  |
| **الرابع عشر** | **امتحان** | |  | **امتحان** | | |  |  |
| **الخامس عشر** | **العطلة الربيعية** | | **العطلة الربيعية** | **العطلة الربيعية** | | |  |  |
| **السادس عشر** | **العطلة الربيعية** | | **العطلة الربيعية** | **العطلة الربيعية** | | |  |  |
| **السابع عشر** |  | | **مراجعة المهارات السابقة** | **إعادة اللياقة البدنية** | | | **تطبيق من قبل الطالبات** |  |
| **الثامن عشر** |  | | **الاداء الحركي للسباحة الظهر** | **سباحه الظهر** | | | **الشرح والعرض** |  |
| **التاسع عشر** | **2** | | **الاداء الحركي للسباحة االصدر** | **سباحه الصدر** | | | **الشرح والعرض** |  |
| **عشرون** |  | | **الامتحان الأول** | **الامتحان الأول** | | | **الشرح والعرض** |  |
| **احدى وعشرون** | **2** | | **الاداء الحركي للسباحة الفراشه** | **سباحه الفراشة** | | | **الشرح والعرض** | **اختبار عملي بسيط** |
| **الثاني وعشرون** | **2** | | **تطبيق الأداء الحركي للمهارتين** | **ربط مهاره ضربات الذراعين سباحه الصدر والفراشة** | | | **الشرح والعرض** | **اختبار عملي بسيط** |
| **الثالث وعشرون** | **2** | | **تطبيق الأداء الحركي للمهارتين** | **ربط مهاره ضربات االرجلين سباحه الصدر والفراشة** | | | **الشرح والعرض** | **اختبار عملي بسيط** |
| **الرابع وعشرون** | **2** | | **مراجعة تطبيقية خطوات (تعليمية – تدريبية) تطبيقية للمواضيع المحاضرتين السابقتين** | **مراجعة تطبيقية خطوات (تعليمية – تدريبية) تطبيقية للمواضيع المحاضرتين السابقتين** | | | **تطبيق من قبل الطالبات** |  |
| **الخامس وعشرون** | **2** | | **الامتحان الثاني** | **الامتحان الثاني** | | |  |  |
| **السادس وعشرون** | **2** | | **الالعاب المائية** | **الالعاب المائية** | | | **الشرح والعرض** | **توجيه أسئلة شفوية** |
| **السابع وعشرون** | **2** | | **تطبيق عملي** | **سباحه الظهر والصدر** | | | **الشرح والعرض** | **اختبار عملي بسيط** |
| **الثامن وعشرون** | **2** | | **تطبيق عملي** | **سباحه الحرة والفراشة** | | | **الشرح والعرض** | **اختبار عملي بسيط** |
| **التاسع وعشرون** | **2** | | **امتحان نظري نهائي** | **امتحان نظري نهائي** | | |  |  |
| **الثلاثون** | **2** | | **امتحان عملي نهائي** | **امتحان عملي نهائي** | | |  |  |
| 1. تقييم المقرر | | | | | | | | |
| توزيع الدرجة من 100 على وفق المهام المكلف بها الطالب مثل التحضير اليومي والامتحانات اليومية والشفوية والشهرية والتحريرية والتقارير .... الخ | | | | | | | | |
| 1. مصادر التعلم والتدريس | | | | | | | | |
| الكتب المقررة المطلوبة ( المنهجية أن وجدت ) | | | | | **كتاب فيصل رشيد عايش / سباحة** | | | |
| المراجع الرئيسة ( المصادر) | | | | | **لايوجد** | | | |
| الكتب والمراجع الساندة التي يوصى بها (المجلات العلمية، التقارير.... ) | | | | | **لايوجد** | | | |
| المراجع الإلكترونية ، مواقع الانترنيت | | | | | **الشبكة الدولية المعلوماتية** | | | |