

الجامعة : الكوفة  
الكلية : التربية للبنات  
القسم : التربية الرياضية  
المرحلة : الثالثة  
اسم المحاضر الثلاثي : عبد الجبار شنين علوه  
اللقب العلمي : استاذ  
المؤهل العلمي : دكتوراه  
مكان العمل : كلية التربية للبنات



جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جهاز الاشراف والتقويم العلمي

## جدول الدروس الاسبوعي

أ.د عبد الجبار شنين علوه - م.م رؤى علي حسين					الاسم
<a href="mailto:Abduljabbar.shain@uokufa.edu.iq">Abduljabbar.shain@uokufa.edu.iq</a> <a href="mailto:Ruaaah.ed11p@uokufa.edu.iq">Ruaaah.ed11p@uokufa.edu.iq</a>					البريد الالكتروني
جمناستك الاجهزة					اسم المادة
الاول والثاني للعام الدراسي ٢٠١٤ / ٢٠١٥					مقرر الفصل
١- التعرف على القانون الدولي للنساء. ٢- التعرف على الاسس العامة لحركات الجمناستك وتطبيقاتها.					اهداف المادة
					التفاصيل الاساسية للمادة
القانون الدولي للنساء : ترجمة / هدى شهاب جاري وفردوس مجيد امين ، ٢٠٠٩.					الكتب المنهجية
المبادئ الفنية والتعليمية للجمناز : تأليف / معيوف ذنون ١٩٨٥. الجمناستك الحديث : تأليف / وجيه محجوب واسيا كاظم ١٩٩١.					المصادر الخارجية
الامتحان النهائي	المشروع	الفصل الدراسي الاول	المختبر	الفصل الدراسي الاول	تقديرات الفصل
%٥٠	-	%٢٥ نظري + عملي	---	%٢٥ نظري + عملي	
أ.د عبد الجبار شنين علوه ( يدرس المادة النظرية ) م.م رؤى علي حسين ( تدرس المادة العملية )					معلومات اضافية

## جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة : الكوفة

الكلية : التربية للبنات

اسم القسم : التربية الرياضية

المرحلة : الثالثة

اسم المحاضر الثلاثي : عبد الجبار شنين علوه

اللقب العلمي : استاذ

المؤهل العلمي : دكتوراه

مكان العمل : كلية التربية للبنات

### جدول الدروس الاسبوعي

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العلمية	الملاحظات
١	٩/٢٢	تنظيم درس التربية الرياضية لمادة الجمناستك		
٢	٩/٣٩	القانون الدولي للنساء – نظري		
٣	١٠/٦	جهاز الحركات الارضية – مجموعة حركات الثبات		
٤	١٠/١٣	الميزان – امام – خلف – جانب		
٥	١٠/٢٠	الوقوف على اليدين ثم درجة		
٦	١٠/٢٧	الوقوف على الراس		
٧	١١/٣	مجموعة حركات الدرجة		
٨	١١/١٠	اعادة للدرجات السابقة		
٩	١١/١٧	الدرجة الامامية المنحنية فتحا – الدرجة الامامية المنحنية فتحا		
١٠	١١/٢٤	الغطس		
١١	١٢/١	العجلة البشرية		
١٢	١٢/٨	سلسلة حركية من قبل المدرسة		
١٣	١٢/١٥	جهاز حصان القفز – القفز فتحا – القفز ضما		
١٤	١٢/٢٢			
١٥	١٢/٢٨	امتحان		
عطلة نصف السنة				
١٦	٢/١٦	جهاز عارضة التوازن – السير المتوازن للأمام – الخلف – الجانبي البداية الصعود		
١٧	٢/٢٣	القفز بالنهوض الزوجي لآخذ وضع الارتكاز الامامي المتبوع بميزان ركبة		
١٨	٣/٢	القفز بالنهوض الزوجي للوقوف المتكور على الاربع		
١٩	٣/٩	القفز بالنهوض الزوجي لآخذ الارتكاز السرجي		
٢٠	٣/١٦	الحركات على العارضة – الدرجة الخلفية – القفز على البقعة مع تبديل الرجلين		
٢١	٣/٢٣	قفزة الخطوه – خطوة التبادل – الفالس – التقاطع		
٢٢	٣/٣٠	الهبوط بالوثب العالي – الهبوط بالعجلة البشرية – الهبوط بفتح الذراعين والرجلين		
٢٣	٤/٦	جهاز المتوازي – الطلوع الاتزاني على العارضة – الطلوع بتعلق الركبة		
٢٤	٤/١٣	الطلوع بالدوران الخلفي		
٢٥	٤/٢٠	الانتقال من العارضة السفلى الى العليا وذلك برفع الرجلين ووضعهما على العارضة السفلى مع مسك العارضة العليا بالذراعين والطلوع بالدفع للخلف اعلى		
٢٦	٤/٢٧	الهبوط من العارضة العليا وذلك بخطف الرجلين امام اعلى والهبوط		
٢٧	٥/٤	امتحان		
٢٨	٥/١١			
٢٩	٥/١٨			
٣٠	٥/٢٥			

توقيع العميد :

توقيع الاستاذ :