

نموذج وصف المقرر وبنيته

1. اسم المقرر					
السباحة المرحلة الأولى					
2. كود المقرر					
3. الفصل / السنة					
سنوي 2025					
4. تاريخ اعداد هذا الوصف					
2025/9/1					
5. اشكال الحضور المتاحة					
حضور كل أسبوع ساعتين					
6. عدد الساعات الدراسية (الكلي) / عدد الوحدات الكلي					
60 ساعة					
7. اسم مسؤول المقرر الدراسي					
م.د. سهير اكرم إبراهيم					
8. اهداف المقرر					
يتعلم المهارات الأساسية للسباحة اعدادا مدرسين سباحة بما يخدم سوق العمل و تعلم أنواع السباحة والتدريب عليها لسد حاجات سوق العمل وتعلم طرق الإنقاذ من الغرق لسد حاجات سوق العمل					اهداف المادة الدراسية:
1. استراتيجيات التعليم والتعلم					
1- استخدام الاستراتيجيات والطرق والأساليب الحديثة في تعلم السباحة 2- استخدام التعلم التفاعلي (أدوات ذكاء صناعي) السبورة الذكية 3- استخدام استراتيجيات اثر انتقال التعلم من البيئة الذكية الى المتعلم و تطبيقها 4- عرض المحاضرات التعليمية على شكل فيديوات بور بوينت					الاستراتيجية
2. بنية المقرر					
مفردات النظري والعملي					
الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة او الموضوع	طريقة التعلم	طريقة التقييم
1	2	التعرف على إرشادات استخدام المسبح	إرشادات عامة عن درس السباحة	حضور و فديوات علمية	أسئلة واجوبة
2	2	التعرف على أهمية السباحة	أهمية السباحة وتأثيرها	شرح + عرض فديوات	امتحان شوفي
3	2	التعرف على تاريخ السباحة	تاريخ سباحة قديم	تطبيق في مسبح	أسئلة واجوبة
4	2	التعرف على تاريخ السباحة	تاريخ سباحة الحديث في العراق	عرض فديوي و شرح	امتحان يومي
5	2	التعرف على عوامل التي تؤثر على تعلم السباحة	العوامل التي تؤثر على تعلم السباحة	العرض فديوي و شرح	أسئلة واجوبة
6	2	التعرف على عوامل التي تؤثر على تعلم السباحة	العوامل الفيزيائية	شرح فديوي و عرض فديوات تعليمية	اختبار بسيط
7	2	امتحان شهر اول نظري	-	-	-
8	2	فهم مراحل الأداء الحركي	المراحل التعليمية الأولى للسباحة حرة	عرض فديوي	-
9	2	تطبيق الامهارات الأساسية للسباحة الحرة	الطفو الامامي	عرض فديوي و شرح وتطبيق	اختبارات داخل الماء

10	2	تطبيق المهارات الطفو الامامي	الطفو الامامي الانزلاق الامامي التنفس القرصاء	عرض فديوي	تطبيق على يابسة
11	2	تذكر كل مهارات السابقة وربطها	المراحل التعليمية الثانية	عرض فديوي و تطبيق على يابسة	اختبارات داخل الماء
12	2	تطبيق المهارات للسباحة الحرة	الأداء الحركي ذراعين وتنفس وارجل وتوافق	شرح و عرض فديو تعليمي	تطبيق عملي داخل المسبح
13	2	تطبيق السباحة الحرة	الأداء الحركي للسباحة الحرة	شرح و عرض تعليمي	تطبيق عملي
14	2	امتحان نظري شهر الثاني	عملي شهر ثاني	حضور في داخل مسبح	-
15	2	امتحان	عملي نظري	-	-
16	2	عطلة ربيعية	-	-	-
17	2	تذكر الطلاب للمهارات	استعادة اللياقة البدنية	حضور في داخل مسبح	-
18	2	تطبيق المهارات الأساسية لسباحة الظهر	الطفو الخلفي والانزلاق الخلفي	عرض فديو وتطبيق على يابسة	اختبار عملي
19	2	تطبيق الأداء الحركي	ضربات الذراعين و الارجل والتوافق الحركي	عرض فديوي وتطبيق	اختبار عملي
20	2	الغرق وانواعه	أنواع الغرق	شرح وعرض فديو تعليمي	تطبيق داخل مسبح
21	2	تعريف الإنقاذ	طرق الإنقاذ	شرح وفديو تعليمي	-
22	2	الغرق والإنقاذ	تطبيق طرق الإنقاذ	شرح و عرض فديو	تطبيق عملي داخل المسبح
23	2	امتحان نظري و عملي	-	-	-
24	2	تكنيك البدء بالسباحة	أنواع البدء بالسباحة من فوق القاعدة والبدء من تحت القاعدة	شرح و عرض فديو تعليمي	اختبار عملي
25	2	تكنيك الدوران بالسباحة	أنواع الدوران	شرح وعرض فديو تعليمي	اختبار عملي داخل المسبح
26	2	تطبيق البدء والدوران	البدء والدوران	تطبيق داخل المسبح	اختبار عملي
27	2	تكنيك سباحة الصدر	الأداء الحركي للسباحة الصدر	شرح وعرض فديو تعليمي	اختبار عملي

28	2	تطبيق الأداء الحركي لسباحة الصدر	-	-	تطبيق داخل مسحب
29	2	تكنيك سباحة الفراشة	الأداء الحركي	شرح وعرض فديو	اختبار عملي
30	2	امتحان نظري عملي	-	-	-
3. تقييم المقرر					
الامتحان النهائي العملي 40 درجة الامتحان النهائي النظري 20 درجة الفصل الأول يكون 20 درجة الفصل الثاني 20 درجة					
4. مصادر التعلم والتدريس					
مصادر وزارة التعليم العالي والبحث العلمي كتب جامعة بغداد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة كتب منهجية / الكتب المساعدة نصوص اساسية معدة من قبل مدرس المادة التقارير - الدوريات والمجلات العلمية شبكة المعلومات الدولية					

	10	