



## منهاج ماده ..... المرحة ..... لسنة الدراسية

2023 - 2022

بهش :

كۆلیژ: پهروهدهی جهستهی و زانسته وهرزشیهكان

زانكۆ: سهلاحه ددین - ههولیر

بابهت: یارییهكانی ریكت

پهرتووکی کورس بووک: قوناغی چوارهم

ناوی مامۆستا: م.م علي سليمان سليم

سالی خویندن : 2022 - 2023

<p>يارييه كانى ريكت</p>		<p>1. ناوى كؤرس</p>
<p>م.م علي سليمان سليم</p>		<p>2. ناوى مامؤستاي بهر پرس</p>
<p>لقى يارييه تاكه كان/ كؤليزي پوره ردهى جهسته يى و زانسته وهرزشيه كان</p>		<p>3. بهش/ كؤليزي</p>
<p>نيميل <a href="mailto:Ali.saleem@su.edu.krd">Ali.saleem@su.edu.krd</a> 07504729419</p>		<p>4. پهيوهندي</p>
<p>16 كاترمير</p>		<p>5. يهكه ي خوئندن (به ساعات) له ههفته يهك</p>
<p>16 كاترمير</p>		<p>6. ژماره ي كاركردن</p>
<p>دهرچووي سائي 2008-2009 له كؤليزي پوره ردهى جهسته يى و زانسته وهرزشيه كان/ زانكؤي سه لاهه دين-هه ولير، له سائي 2015 بروانامه ي ماسته رم به دهسته ييناوه له زانكؤي سه لاهه دين-هه ولير له تاييه تمه ندى (ريگاكاني وانه ووتنه وه-يارييه كانى ريكتا).</p>		<p>7. كؤدى كؤرس 8. پرؤفايه لى مامؤستا</p>
<p>Serve, forehand, backhand, smash, rule</p>		<p>9. وشه سه ره كيه كان</p>
	<p>10. ناوه رؤكى گشتى كؤرس: يارييه كانى ريكت به گشتى و يارى تينسى سه رمييز به تاييه تى يه كيكه له يارييه بلاوه كان له سه رتاسه رى جيهان، نه نجامدانى نه م يارييه سوو ديكي زؤرى هه يه له رووي هزرى و دهروونيه وه بى نه وه ي هه ست به ماندوو بوون بكه ين. له م كؤرس بوكه دا هه ولده دين فيرخواز فيرى كارامه سه ره تاييه كانى هه ردوو يارى تينسى سه رمييز و بادميينتؤن بكه ين و بتوانن له ياساكانى نه م يارييه بگهن.</p>	
	<p>11. نامانجه كانى كؤرس: 1- فيريوونى كارامه سه ره تاييه كانى يارى تينسى سه رمييز. 2- ناشنابوون به ياساكانى يارى تينسى سه رمييز و په يره وكردى. 3- فيريوونى كارامه سه ره تاييه كانى يارى بادميينتؤن. 4- ناشنابوون به ياساكانى يارى بادميينتؤن و په يره وكردى.</p>	
	<p>12. نه ركه كانى قوتابى: - ناماده بوون له وانه كان. - نه نجامدانى كارامه كان به شيوه ي پراكتيكي. - ناماده كردنى راپؤرت له رووي كارامه يى و ياسا يارييه كان. - سه ركه ووتن له هه ردوو تافيكردنه وه ي پراكتيكي و تيؤرى.</p>	

	<p><b>13. رېگه‌ی وانه ووتنه‌وه:</b>          - به‌کاره‌یانی داتاشؤ.          - به‌کاره‌یانی پؤسته‌ر بؤ روونکردنه‌وه‌ی کارامه‌کان.          - به‌کاره‌یانی شیوازی وانه‌ووتنه‌وه‌ی جؤراوجؤر وهک (شیوازه‌کانی وانه‌ووتنه‌وه‌ی مؤستن).          - به‌کاره‌یانی ئاله‌تی یارمه‌تیده‌ر بؤ فیربوون.</p>		
	<p><b>14. سیسته‌می هه‌ئسه‌نگاندن:</b>          أ. تاقیکردنه‌وه‌ی پراکتیکی بؤ هه‌ر کارامه‌یه‌ک (3) نمره.          ب. هه‌ئسه‌نگاندنی راپؤرت (4) نمره.          ت. تاقیکردنه‌وه‌ی تیؤری (8) نمره.          پ. ئاماده‌بوون له‌وانه‌کان و به‌شداری کردن له‌کاتی وانه (4) نمره.          ج. تاقیکردنه‌وه‌ی کؤتایی سال.</p>		
	<p><b>15. دهرنه‌نجامه‌کانی فیربوون:</b>          - گرنگی یارییه‌کانی ریکت له‌رووی ئه‌نجامدانیه‌وه و فیرکردنی نه‌وه‌کانمان.          - گرنگی یارییه‌کانی ریکت بؤ دؤزینه‌وه‌ی هه‌لی کار وهک بوون به‌ راهینه‌ر یاخوود دادوهر.          - سوود وهرگرتن له‌فیربوونی یارییه‌کانی ریکت بؤ کردنه‌وه‌ی چالاکیه وهرزشیه‌کان و به‌ریؤه‌بردنیان.</p>		
	<p><b>16. لیستی سه‌رچاوه</b>          - الزهیری، سه‌هان محمود، الاطوي وليد وعدالله (العاب المضرب)، 2009.          - نجم الدين، إيمان (تنس الطاولة) 2019.          - الخولي، أمين (الريشة الطائرة بين الممارسة والتطبيق) 2001.          - محاضرات (د. حسين علي حسين) عن طريق الانترنت.          - فيديوهات يوتيوب لعرض المهارات.</p>		
	<p><b>17. بابته‌کان</b></p>		
<p>ناوی مامؤستای وانه‌بیژ</p>	<p>ناونیشانی بابته‌کان (Table tennis)  Principle and measurements □</p>	<p>ناوی هه‌فته‌کان  هه‌فته‌ی 1</p>	<p>ژ 1</p>

م.م علي سليمان سليم	Forehand Practicing forehand	هفتهی 2	2
م.م علي سليمان سليم	Backhand Practicing backhand	هفتهی 3	3
م.م علي سليمان سليم	Serve Practicing serve	هفتهی 4	4
م.م علي سليمان سليم	Rule of the game Practicing rules□	هفتهی 5	5
م.م علي سليمان سليم	Smash Cut □	هفتهی 6	6
م.م علي سليمان سليم	Exam Theory & practice	هفتهی 7	7
م.م علي سليمان سليم	(badminton) Principle and measurements□	هفتهی 8	8
م.م علي سليمان سليم	Clear Practicing Clear□	هفتهی 9	9
م.م علي سليمان سليم	Drive Practicing Drive□	هفتهی 10	10
م.م علي سليمان سليم	Serve Practicing serve	هفتهی 11	11

م.م علي سليمان سليم	Rule of the game Practicing rules	هفتهی 12	12
م.م علي سليمان سليم	Game	هفتهی 13	13
م.م علي سليمان سليم	Smash Net	هفتهی 14	14
م.م علي سليمان سليم	Exam Theory & practice	هفتهی 15	15
	<p><b>18. بابتهی پراكتيك :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ئهجامدانی کارامهکان به شیوهی پراكتیکی.</li> <li>• بهر یوه بردنی یاری و دادوهری کردن.</li> </ul> <p><b>19. تافیکردنه و هکان:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1- راست و چهوت.</li> <li>2- هه لبرادن.</li> <li>3- حالتهی دادوهری کردن.</li> <li>4- ژماردن.</li> </ol>		
	<p><b>20. تیبینی تر</b></p> <p>- پیویسته هولیکی تایبهت بهر یارییه دیاری بکریت تاوهکو فوتابیان زیاتر پراكتیک بکهن و ئاستیکی باشیان هه بیئت پیش دهر چوونیان.</p>		
	<p><b>21. پیداچوونهوهی هاوهل</b></p>		

## پهرتووی کورس Course Book