بەش: پەوەردەی وەرزشی

کۆلێژ: پەروەردە/ شەقلاوە

زانکۆ: سەلاحەددین

بابەت : شمشێربازی (المبارزة - Fencing)

پەرتووکی کۆرس: قۆناغی سێیەم (سمستەری دووەم)

ناوی مامۆستا: م.ی کاروان رسول حسن

پلەی زانستی: مامۆستای یاریدەدەر

ساڵی خوێندن: 2023 – 2024

پەرتووکی کۆرس
Course Book

١. ناوی کۆرس	شمشێربازی
٢. ناوی مامۆستای بەرپرس	م.ی کاروان رسول حسن
٣. بەش/ کۆلێژ	پەروەردەی وەرزشی/ کۆلێژی پەروەردە – شەقلاوە
٤. پەیوەندی	ئیمێل: karwan.hassan1@su.edu.krd ژمارەی تەلەفۆن 0751 538 6990
٥. یەکەی خوێندن (بە سەعات) لە هەفتەیەک	پێنج کاتژمێر لە هەفتەیەکدا
٦. ژمارەی کارکردن	لە هەفتەیەکدا پێنج کاتژمێر وانەوتنەوە.
٧. کۆدی کۆرس	
٨. پرۆفایەلی مامۆستا	**م.ی کاروان رسوڵ حسن :** - بەکالۆریۆس لە پەروەردەی وەرزشی، کۆلێژی پەروەردەی جەستەیی و زانستە وەرزشیەکان / زانکۆی سەلاحەدین (٢٠٠٧-٢٠١١). - ماستەر لە دەروونناسی وەرزشی. سکوڵی وەرزشی ، زانکۆی کاردیف مێترۆپۆلیتان ، بەریتانیا (٢٠١٥) . - قوتابی دکتۆرا لە ئێستادا لە زانکۆی صلاح الدین – کۆلێژی پەروەردەی جەستەیی و زانستە وەرزشیەکان، لە پسپۆری دەروونناسی وەرزشی
٩. وشە سەرەکیەکان	مێژووی شمشێربازی ، جل و بەرگ و ئامێرەکانی یاریزانی شمشێربازی ، پێسویستیە جەستەییەکانی یاریزانی شمشێربازی ، ماوەی نێوان یاریزانان ، ناوبژیوانی لە یاری شمشێربازی ، گرتنی شمشێر ، باری بنەڕەتی ، باری ئامادەبوون ، جوڵەی طعن.

١٠. ناوەرۆکی گشتی کۆرس:

گرینگی خوێندنی کۆرسەکە: وانەی شمشێربازی وەک زۆربەی وانە پڕاکتیکیەکانی تر گرینگی تایبەتی خۆی هەیە کە لە بەشی پەروەردەی وەرزشی دەخوێندرێن . مامۆستای بابەت هەڵدەستێ بە ڕوونکرنەوەی لایەنی تیۆری و ئەنجامدانی لایەنە کرداریەکانی یاری شمشێربازی بۆئەوەی قوتابیان بگەن بە ئاستێکی باشی لایەنی تیۆری و کرداری چونکە ئەم یاریە یەکێکە لە یاریەکانی ئۆلۆمپیاد و یەکێکیشە لەو بابەتانەی کە لە قۆناغی سێیەمی بەشی پەروەردەی وەرزش دەخوێنرێت . قوتابیان دەتوانن سوود لە هەردوو لایەنی تیۆری و کرداری ببینن بۆئەوەی لە

داهاتودا لە دوای دەرچونیان لە کۆلێژ و بوون بە مامۆستا یاخود یاریزان یان ڕاهێنەر لە قوتابخانە یاخود یانەیەک ئەو زانیاریەی کە وەریگرتووە بیگوازنەوە و بڵاوی بکەنەوە و سوودی لێوەربگیرێت ، چونکە لە هەرێمی کوردستانیش یەکیەتییەکی تایبەت بە یاری شمشێربازی هەیە کە لە ساڵی ٢٠٠٦ ە وە دامەزراوە . دەکرێت لەرێگەی ئەم ناوەندەوە یاری شمشێربازی زیاتر پەرەی پێبدرێت.

١١. ئامانجەکانی کۆرس

١ . قوتابیان فێری بنەماکان و سروشتی وەرزشی شمشێربازی دەبن بە شێوەیەکی گشتی .
٢ . فراوانکردنی ئاستی ڕۆشنبیریی وەرزشی قوتابیان بۆ یاری شمشێربازی .
٣ . ئاشناکردنی قوتابیان بە لایەنی ناوبژیوانی و پێویستیەکانی .

١٢. ئەرکەکانی قوتابی

پێویستە قوتابی پابەندی ڕێنماییەکانی وانەی شمشێربازی بێت .
پێویستە بگەرێتەوە بۆ پەرتوکی شمشێربازی بۆ زانیاری پێویست .
گفتوگۆکردنی ئەکادیمیانە دەربارەی بابەتەکە بۆ زیاتر دەوڵەمەند کردنی بابەتەکە لە نێوان (قوتابی و مامۆستا)

١٣. ڕێگەی وانە ووتنەوە

بەکارهێنانی چەند ڕێگایەک بۆ زیاتر ڕونکردنەوەی لایەنی کرداری . وەکو فێربون لەرێگەی هاوەڵ و فێربوون بە نموونەوە و فێرکردن لە ڕێگەی ئامرازەوە وەکو (داتاشۆ ، ڤیدیۆ ، تەختەی سپی و وێنەی هەڵواسراو) بۆ زیاتر ڕونکردنەوە و ئاشنابوونی قوتابیان بە بابەتەکە .

١٤. پێوەری هەڵسەنگاندن

قوتابیان بە هەردوو رێگەی تیۆری و پراکتیکی هەڵسەنگاندنیان بۆ دەکرێت

تاقیکردنەوەی تیۆری	٨ نمرە
٢ تاقیکردنەوەی کرداری هەریەکەیان لە ٨ نمرە	١٦ نمرە
بەشداریکردنی لێهاتویی لە کارامە و مەشق	٦ نمرە
شیکردنەوەی کارامە	٥ نمرە
ئامادەبوونی قوتابی لە وانە	٥ نمرە
کۆی گشتی (کۆشش)	٤٠ نمرە

دواتر تاقیکردنەوەی کۆتایی سیمستەری دووەم کرداری لەسەر ٤٠ نمرە ، وە تاقیکردنەوەی تیۆری لەسەر ٢٠ نمرە . کە تێکرای نمرەکان دەکاتە (١٠٠) .

١٥. دەرئەنجامەکانی فێربوون

قوتابی لە رێگەی ئەم کۆرسەوە بوارێکی بۆ دەرەخسێت کە فێری ئەم یارییە ببێت کە دەکرێت سوودی لێوەربگرێت بۆ دوای دەرچوون ، کە زۆرێک لە قوتابخانە تایبەتەکان و بەشێک لە قوتابخانە حکومیەکان ممارەسەی ئەو یاریە دەکەن . دەتوانێت یاریزانی باش پێبگەیەنێت و هەروەها دەشتوانێت لە هۆڵەکانی تایبەت بە یاری شمشێربازی پەرەی زیاتر بە یاریەکە بدات .

١٦. لیستی سەرچاوەکان:

بیان علي و اخران؛ اسس رياضة المبارزة،(بغداد، دار الأرقم للطباعة ،٢٠٠٩)
عبدالهادي حميد و عبدالكريم فاضل؛ رياضة المبارزة،(بغداد، مكتبة الوطنية للطباعة، ٢٠٠٨)

ناوی ماموستایانی وانەبێژ	١٧. بابەتەکان	
م.ی کاروان رسول حسن ئاری (هەڵگری بڕوانامەی ماستەر) هەفتەی ٥ کاتژمێر	تایبەتەکان	هەفتەکان
	ڕێنماییەکان ، ڕونکردنەوە لەسەر کۆرسەکە ، جۆرەکانی چەک لە یاری شمشێربازی ، پیشاندانی یاری شمشێربازی .	هەفتەی ١
	ڕونکردنەوەی باری بنەڕەتی ، باری ئامادەبوون (ئۆنگارد) بەبێ چەک	
	ڕونکردنەوەی گرتنی چەک ، سڵاوکردن ، دوبارەکردنەوەی کارامەکانی پێشوو بە چەکەوە	
	ڕونکردنەوەی جوڵەی پێیەکان (چونەپێش "مارشێ" و گەڕانەوە "ڕۆمبێ") . ئاسایی – پێچەوانە – بە بازدان ، جوڵەی چونەپێشی ئاسایی هەنگاوی تەواو	هەفتەی ٢
	جوڵەی پێیەکان ، جوڵەی گەڕانەوەی ئاسایی - هەنگاوی تەواو	
	جوڵەی مارشێی ئاسایی + ڕۆمبێی ئاسایی (دوو هەنگاو)	هەفتەی ٣
	پێویستیە جەستەییەکان ، سیفەتە تایبەتیەکان ، جل و بەرگ و ئامێرەکان ، یاریگا و پێوانەکان ، پێوانەی چەکی شیش .	
	شیکردنەوەی جوڵەی طعن ، گەرانەوە بۆ باری ئامادەبوون .	هەفتەی ٤
	مارشێ و طعن + ڕۆمبێ و طعن	
	مارشێ دوو خطوە و طعن + ڕۆمبێ دوو خطوە و طعن	
	تاقیکردنەوەی کرداری یەکەم	هەفتەی ٥
	ماوەی شمشێربازی – هێڵەکان و بەرگریەکان	هەفتەی ٦
	تاقیکردنەوەی تیۆری	هەفتەی ٧
	بەرگری – بنەمای بەرگری – بارەکانی بەرگری – جۆرەکانی بەرگری – ڕێگاکانی بەرگری	
	جوڵە سەرەتاییەکان بۆ هێرش کردن (هێرشە نوکیەکان +گرتە نوکیەکان)	هەفتەی ٨
	هێرش کردن – جۆرەکانی هێرش کردن – پێناسەی زاراوەکان – هێرشی سادە (ڕاستەوخۆ و ناڕاستەوخۆ)	
	زاراوەکانی هێرشی تێکەڵاو – هێرشی تێکەڵاو (ژمارەیی و بازنەیی) – بەرگری	هەفتەی ٩
	هێرشی پێچەوانە (خێرا و تێکەڵاو) – پەیوەندی نێوان هێرشی پێچەوانە و بەرگری	
	ناوبژیوانی (ئاسایی و کارەبایی) – بەرپرسیاری دەستەی ناوبژیوانان (سەرۆک ، یاریدەدەران ، کات گرەوە ، تۆمار) چۆنیەتی بەرێوەبردنی یاری .	هەفتەی ١٠

	هەڵە و سزاکان	
	هێماکانی ناوبژیوانی – جێبەجێکردنیان	
	تاقیکردنەوەی کرداری دووەم	هەفتەی ١١
	ئەنجامدانی یاری و جێبەجێکردنی کارامە بنەڕەتیەکان + ناوبژیوانی	هەفتەی ١٢
	جێبەجێکردنی یاری ڕێککەوتن + ناوبژیوانی	
	تاقیکردنەوەی کردری کۆتایی	هەفتەی ١٣
	تاقیکردنەوەی کرداری کۆتایی	هەفتەی ١٤

١٨. نییە

١٩. تاقیکردنەوەکان

پرسیاری نموونەیی

پ١ / ئەم بۆشاییانەی خوارەوە بە ووشەی گونجاو پڕ بکەرەوە .

١- لە تایبەتمەندیەکانی یاریزانی شمشێربازی بریتییە لە ١) .... ٢) ....

٢- یەکێتی ناوەندی شمشێربازی لە ساڵی .... دامەزرا .

٣- بەگوێرەی پەیڕەوی دەرچونی ڕاستەوخۆ ماوەی یاری .... خولەکە و ژمارەی خاڵەکان ...... خاڵە .

٤- درێژی تەواوی چەکی شیش .... سم ، وە کێشەکەشی .... کغم .

٥- مارشێ ، جوڵەکردنە بۆ ....

پ٢ / پێکهاتە تایبەتە جەستەییەکانی یاریزانی شمشێربازی چین ؟ بیانژمێرە و باسی یەکێکیان بکە .

پ٣ / یاریگای شمشێربازی بە وێنە بکێشە و پێوانەکانی لەسەر دیاری بکە .

٢٠. تێبینی تر

٢١. پێداچوونەوەی هاوەڵ