محتوى مقرر (الملاكمة) للفرقة الثانية

١- تكلم عن الخطوات التعليمية للمهارات الحركية فى رياضة الملاكمة مع شرح نموذج تطبيقى لتعليم إحدى اللكمات التى تم تعلمها.

٢- تكلم عن الخواص النفسية للملاكمين.

٣- تكلم عن الدور التربوى لرياضة الملاكمة.

٤- تكلم عن تاريخ رياضة الملاكمة عبر العصور المختلفة.

٥- تكلم عن وضع القبضة ووقفة الإستعداد للملاكم الأيمن والأعسر مع ذكر خمسة تدريبات تطبيقية لوقفة الإستعداد.

٦- تكلم عن تحركات القدمين فى رياضة الملاكمة موضحا الأخطاء الشائعة خلال التحرك بالقدمين ، مع ذكر خمسة تدريبات تطبيقية لتلك التحركات.

٧- تكلم عن اللكمات المستقيمة للراس والجذع فى رياضة الملاكمة موضحا مميزاتها والنواحى الفنية للاداء والاخطاء الشائعة أثناء آداؤها ، مع ذكر خمسة تدريبات تطبيقية لتلك اللكمات.

٨- تكلم عن اللكمات الصاعدة للراس والجذع فى رياضة الملاكمة موضحا مميزاتها والنواحى الفنية للاداء والاخطاء الشائعة أثناء آداؤها.

٩- تكلم عن انواع الدفاعات فى رياضة الملاكمة ، موضحا أسس الدفاع الناجح.

١٠- تكلم عن خمسة من القواعد القانونية فى رياضة الملاكمة من بينها المواصفات القانونية لحلقة الملاكمة ومحتوياتها.

مع خالص تمنياتى بالتوفيق ،،،،،،،،،،،

أ.م.د/ أحمد كمال عيد