

معلومات لنشر على منصة التعليم عن بعد الإلكتروني Moodle لمقياس الكراتي دو للأستاذ  
فيصل تكرارات السنة الجامعية 2021-2022



\*بطاقة التواصل للمقياس

الكلية:معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية القسم:التربية البدنية  
المقياس: الكراتي دو .المستوى الدراسي: السنة الثانية 2 ل.م.د مقياس مشترك لكل التخصصات.العام  
الدراسي 2021-2022

السداسي: .الاول المعامل: 2الرصيد: 3.الحجم الساعي الاسبوعي: 2 ساعة  
اسم ولقب الأستاذ: فيصل تكرارات .

البريد الإلكتروني: faycel.takerkart@univ-msila.dz

السنة الجامعية 2021 – 2022

..... يهدف المقياس الى تعريف الطلبة والباحين بأسرار وفنون  
رياضة الكراتي دو اليابانية

والتي تعني طريقة او ضربة اليد الفارغة والتي تهدف الى  
تهذيب النفس والسمو بها الى اعلى مراتب الروح الرياضية  
ونبذ العنف عكس ما يعتقد .. فهي تسعى الى الدفاع عن النفس  
وصونها وبناء العقل السليم في الجسم السليم...واعداد الطالب  
مهاريا وتقنيا وفنيامن الناحية البدنية والنفسية و التكتيكية والمهارية  
..ومعرفة تقنيات الصد والهجوم بالارجل والايدي ومختلف  
الوضعيات والكاتا القاعدية ..وبعض قوانين  
التحكيم والمنازلة...

...تابعوا معنا أبنائي الطلبة والطالبات...

**أهم التساؤلات**

ماهي الرياضات الدفاعية ؟ ماهو الكراتي دو ؟

ما معناه؟ ماهو تاريخه واصوله؟ اين تأسس؟



- الأبواب

الباب الخامس (مدخل الى التحكيم) :

- أهدافه : يهدف الى معرفة قوانين رياضة الكراتي دو الحديثة...وفق الاتحاد العالمي للكراتي دو

الدرس الخامس (مدخل الى التحكيم واهم النقاط فيه) :

- أهدافه : يهدف الى

شرح التحكيم واهم النقاط والممنوعات...

## قانون التحكيم في الكوميتي وفق الإتحاد العالمي للكراتي دو

تخضع رياضة الكراتي دو الى مجموعة من القوانين التحكيمية الجديدة والمعدلة في المنازل الرسمية وفق ما هو موضح في الصور التالية:





- Gestures of the referee for awarding IPPON:



-----  
**WAZA-ARI (2 points) is awarded for:**  
 Chudan kicks.



- Gestures of the referee for awarding WAZA-ARI:



-----  
**YUKO (1 point) is awarded for:**  
 1. Chudan or Jodan Tsuki.  
 2. Jodan or Chudan Uchi.



- Gestures of the referee for awarding YUKO:



-----  
*Criteria of scoring*

A score is awarded when a technique is performed according to the following criteria to scoring area:

1. Good form
2. Sporting attitude
3. Vigorous application
4. Awareness (ZANSHIN)
5. Good timing
6. Correct distance



- Pictures of C2:



- Gestures of the referee for pointing C2:



-----  
*Warnings and Penalties*



## REFEREE SCORING



## المراجع

- 1\_ غربي عبد الكريم , كراتي دو ( الاسرار الفنية و الفلسفية للفنون الدفاعية), دار السلام للنشر و التوزيع
- 2\_ احمد إبراهيم بكر , الطريق الى الحزام الأسود في موسوعة الكاراتيه بأحدث الطرق العلمية و العملية, مركز الكتاب للنشر, 2010م
- 3\_ د.محمود إسماعيل عبد الحميد الهاشمي , الكاراتيه, مركز الكتاب الحديث للنشر, القاهرة , ط1, 2015م
- 4\_ سبع احمد , الكاراتي , دار الحديث للكتاب, ط1, 1993م
- 5\_ جمال جوزي , عمر مشحود بين الموهبة و التحدي, دار التنوير, الجزائر, ط1, 2013م
- 6\_ بن نجلة رشيد, الجديد في فن التمديد(ليكار) لكل الرياضات, دار الهدى للنشر و التوزيع, الجزائر
- 7\_ عماد حسين فولي , الكاراتية فن الدفاع عن النفس بالمدرسة اليابانية, مؤسسة بوسحابة للطباعة و النشر و التوزيع, ط1
- 8\_ عماد الفولي, الكاراتية, مركز الشرق للنشر و التوزيع, الجيزة, ط1, 2016م
- 9\_ د.جمال الدين احمد عبد الستار , الاعداد المتكامل للاعب و ناشئي الكاراتيه من دور الاعداد الى البطولة, دار أمانة للنشر و التوزيع, الأردن .عمان, 2017م
- 10\_ اسماعيل عبد الفتاح , الموسوعة الرياضية الميسرة, دار الكتاب المصري, اللبناني, القاهرة, بيروت, ط2, 1994م
- 11\_ بن نجلة رشيد , الكاراتي\_ دو \_ تقنية الماي\_ فيري , دار المفيد للنشر و التوزيع, الجزائر, 2011م
- 12\_ مركز رياض نجد , الكاراتيه\_ التايكواندو \_ الجمباز \_ السباحة, دار المؤلف للنشر و الطباعة و التوزيع, ط1, 2006م

13\_ M.Nakayama ; BEST KARATE ; Vigot ;pari; 2003

14\_ roland habersetzer; entrainements preparatoires et complementaires aux arts martiaux;