



اقليم كردستان العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة دهوك
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المادة : الجمناستك الایقاعي
المرحلة : الثانية (طالبات)
مدرسي المادة : د. سميرة زيا هرmez
م. رحیق متي

مواضيع التقرير المطلوبة	ت
تاریخ الجمناستك الایقاعي في العالم .	1
الجمناستك الایقاعي والادوات المستخدمة	2
الخطوات والوثبات في الجمناستك الایقاعي	3
انواع الحركات الحرة بدون ادوات في الجمناستك الایقاعي	4
الموسیقی وعلاقتها بالحركة في الجمناستك الایقاعي	5
ألأصابات الرياضية في الجمناستك الایقاعي.	6
مواصفات اداة الطوق والحركات المستخدمة .	7
مواصفات ادوات الجمناستك الایقاعي .	8