

نموذج رقم (١٠)
توصيف مقرر دراسي

بيانات المقرر :-

الرمز الكودي : ٤٣٧ . ت/ب	اسم المقرر: : اختياري(٦) تدريب الرياضات الفردية (تدريب المصارعة)
التخصص: تدريب رياضي	الفرقة / المستوى : الرابعة ممتد
البرنامج التابع له المقرر: التدريب الرياضي	عدد الوحدات الدراسية: نظري : ٢ تطبيقي: ٤
القسم التابع له المقرر: التدريب الرياضي وعلوم الحركة	القسم المنوط به تدريس المقرر: التدريب الرياضي وعلوم الحركة

٢- هدف المقرر:	- الإلمام بمحددات تطوير الأداء وتحليل خطط ومكونات البرامج التدريبية لرياضات المصارعة وكيفية التقدم بمستوى الأداء المهارى والبدني والخططي.
٣- المستهدف من تدريس المقرر :	
أ- المعلومات والمفاهيم :	- إكساب الطالب المعلومات الفنية والخططية والمهارية المرتبطة برياضة المصارعة. - أن يلم بمواد القانون الخاص برياضة المصارعة.
ب- المهارات الذهنية :	- بإنهاء المقرر يكون الطالب قادراً على تحديد التخطيط لعملية التدريب الرياضي لرياضة المصارعة. - أن يكون قادراً على كيفية الارتقاء بالمهارات المرتبطة بالأداء الخططي.
ج- المهارات المهنية الخاصة بالمقرر:	- تدريب الطلاب على كيفية إكساب المهارات التمهيدية للناشئين. - قادر على تطبيق برامج اللياقة البدنية وتقنين عملية التدريب لرياضة المصارعة. - أن يكون قادراً على تطبيق المهارات الهجومية والدفاعية.
د/ المهارات العامة:	- بإنهاء المقرر يكون قادراً على تنمية مهارات التعليم والتعلم للمتميزين الناشئين. - تنمية آداب وأخلاقيات وسلوكيات المدرب الناجح.
٤- محتوى المقرر :	- برامج الإعداد المهارى والخططي وتطبيقاتها في رياضة المصارعة. - تحليل نماذج البرامج لتدريب رياضة المصارعة. - تقويم الأداء البدني والخططي والمهارى. - تحليل المباريات. - تحليل وتفسير محددات القانون الدولي لرياضة المصارعة.

- تقويم أداء المدرب. - ريبات تثبيت وإتقان الأداء المهارى والخططي.	
- أسلوب التعليم التعاوني. - أسلوب التعلم الذاتي. - أسلوب التوجيه.	٥- أساليب التعليم والتعلم:
محاضرات إضافية للطلاب المتعثرين ساعات مكتبية	٦- أساليب التعليم والتعلم للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة:
	٧- تقويم الطلاب:
- الاختبارات الشفوية. - الاختبارات العملية. - الاختبارات النظرية.	أ- الأساليب المستخدمة:
- الأسبوع الثامن. - الأسبوع التاسع. - الأسبوع العاشر.	ب- التوقيت:
- نهاية الفصل الدراسي نظري (١٢٠) درجة ٣٠%. - نهاية الفصل الدراسي عملي (١٦٠) درجة ٤٠%. - أعمال السنة (١٢٠) درجة ٣٠%. - الإجمالي (٤٠٠) درجة ١٠٠%	ج- توزيع الدرجات:
	٨- قائمة الكتب الدراسية والمراجع:
لا توجد	أ- مذكرات:
لا توجد	ب- كتب ملزمة:
- مسعد على محمود: لمبادئ الأساسية للمصارعة الرومانية والحره للهواة. - محمد رضا حافظ: مبادئ تدريب المصارعة. - غسان محمد صادق، على بن صالح: المصارعة الرياضية	ج- كتب مقترحة:
شبكة الانترنت	د- دوريات علمية أو نشرات إلخ:

أستاذ المقرر : أ.د/ محمود حسن العربي د/ صالح عبد الجابر عبد الحافظ د/ أيمن مسلم
رئيس مجلس القسم : أ.د/ مدحت شوقي طوس مدير البرنامج: رئيس مجلس القسم

مسمى المقرر	اختياري تدريب المصارعة
كود المقرر	٤٣٧. ت/ب

برنامج: التدريب الرياضي

نموذج (١١)

مصفوفة المعارف والمهارات للمقرر الدراسي

المحتويات الرئيسية للمقرر	أسبوع الدراسة	المعارف	مهارات ذهنية	مهارات مهنية	مهارات عامة
- برامج الإعداد المهارى والخطى وتطبيقاتها فى رياضة المصارعة.	١، ٢، ٣، ٤		ب ٢	ج ١- ج ٢	د ٢
- تحليل نماذج البرامج لتدريب رياضة المصارعة.	٥، ٦، ١٠، ١٦	أ ١	ب ٢- ب ٢	ج ٢- ج ٣	د ١- د ٢
- تقويم الأداء البدنى، المهارى، الخطى.	٢٠، ٢١، ٢٢	أ ١- أ ٣	ب ٢- ب ١	ج ٣- ج ٣	د ١- د ٢- د ٣
- تحليل المباريات.	٢٣، ٢٤	أ ٨		ج ١- ج ٢	د ١- د ٢
- تحليل وتفسير محددات القانون.	٢٥	أ ٣	ب ١- ب ٢		د ٢- د ٣
- تقويم الأداء.	٢٦	أ ١-	ب ٢- ب ٣	ج ٢- ج ٣	د ١- د ٢
- ربيات تثبيت وإيقان الأداء المهارى.	٧، ٨، ٩، ١٠، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠	أ ١- أ ٢-	ب ٢	ج ١- ج ٢	د ٢

أستاذ المقرر : أ.د/ محمود حسن العربي د/ صالح عبد الجابر عبد الحافظ د/ أيمن مسلم
رئيس مجلس القسم : أ.د/ مدحت شوقي طوس
مدير البرنامج: رئيس مجلس القسم