

نموذج رقم ( ١٠ )  
توصيف مقرر دراسي

بيانات المقرر :

اسم المقرر: تخطيط التدريب الرياضي	الرمز الكودي : ٣٢٥.ت/ب
الفرقة / المستوى : الثالثة	التخصص: تدريب رياضي
عدد الوحدات الدراسية: نظري: ٢ تطبيقي: -	البرنامج التابع له المقرر: التدريب الرياضي
القسم المنوط به تدريس المقرر: التدريب الرياضي وعلوم الحركة	القسم التابع له المقرر: التدريب الرياضي وعلوم الحركة

٢- هدف المقرر:	- إلمام الطالب بالمبادئ الأساسية وقواعد تخطيط التدريب الرياضي وبناء نماذج متكاملة لخطط التدريب لمختلف المراحل السنوية والمستويات.
٣- المستهدف من تدريس المقرر :	أ- المعلومات والمفاهيم : ١. أن يكتسب الطالب أسس وقواعد تخطيط التدريب الرياضي. ٢. أن يعرف الطالب أنواع ومراحل تخطيط التدريب الرياضي لمختلف المستويات. ٣. - أن يلم الطالب بكيفية بناء نماذج متكاملة لخطط التدريب الرياضي لمختلف المراحل والمستويات.
ب- المهارات الذهنية:	١. أن يخطط الطالب أبعاد بناء نماذج خطط التدريب. ٢. أن يحلل ويقتن الطالب الأحمال للوحدات التدريبية. ٣. - أن يصمم الطالب نموذج لبرنامج تدريبي.
ج- المهارات المهنية الخاصة بالمقرر:	١. أن يضع الطالب أسس تخطيط التدريب الرياضي. ٢. أن يقدر الطالب بالمحددات العامة لخطط التدريب لمختلف المراحل والمستويات. ٣. - أن يصمم الطالب وحدات تدريبية تخصصية وتخطيط أحمالها.
د/ المهارات العامة:	١. أن يعد الطالب ورقة دراسية عن نماذج لبرنامج تدريبي لأحد الأنشطة التخصصية الجماعية والفردية.
٤- محتوى المقرر :	- مفهوم التخطيط في التدريب الرياضي.

<ul style="list-style-type: none"> <li>- أسس تخطيط التدريب الرياضي.</li> <li>- أهداف التخطيط للتدريب الرياضي.</li> <li>- أنواع التخطيط في التدريب الرياضي.</li> <li>- مراحل وقواعد التخطيط في التدريب الرياضي.</li> <li>- محددات خطط التدريب للمبتدئين والناشئين وذوي المستويات العليا.</li> <li>- نماذج تطبيقية لبرامج تدريبية لجميع المستويات.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- المحاضرات.</li> <li>- مهام بحثية وأوراق دراسية.</li> <li>- توجيه المدرس</li> </ul>	٥- أساليب التعليم والتعلم:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- محاضرات إضافية.</li> <li>- وسائل تعليمية تتناسب مع كل مستوى.</li> <li>- التعلم التعاوني.</li> <li>- التعليم بالأقران.</li> </ul>	٦- أساليب التعليم والتعلم للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة:
٧- تقويم الطلاب:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- إمتحان تحريري.</li> <li>- ورق دراسية .</li> </ul>	أ- الأساليب المستخدمة:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- إمتحان تحريري أول: الأسبوع الخامس.</li> <li>- إمتحان تحريري ثاني: الأسبوع العاشر.</li> <li>- تقديم ورق دراسية: الأسبوع الثاني عشر.</li> </ul>	ب- التوقيت:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- أعمال السنة : ٣٠ % تنقسم إلى</li> <li>* إمتحان تحريري أول: ٢٥%</li> <li>* إمتحان تحريري ثاني: ٢٥%</li> <li>* ورقة دراسية: ٢٥%</li> <li>* حضور المحاضرات: ٢٥%</li> <li>- إمتحان نهاية العام: ٧٠%</li> </ul>	ج- توزيع الدرجات:
٨- قائمة الكتب الدراسية والمراجع :	
مذكرة القسم.	أ- مذكرات:

	ب- كتب ملزمة:
<p>- علم التدريب الرياضي: د/ محمد حسن علاوي. - حمل التدريب: د/ علي البيك. - أبحاث خاصة بأستاذ المادة. - تخطيط التدريب الرياضي: أ.د/ حنفي مختار.</p>	ج- كتب مقترحة:
شبكة الانترنت	د- دوريات علمية أو نشرات :

د/ محمد إبراهيم محمود سلطان

أستاذ المقرر: أ.د/ أحمد صلاح الدين محمد قراعة  
رئيس مجلس القسم : أ.د/ مدحت شوقي طوس  
مدير البرنامج: رئيس مجلس القسم

تخطيط التدريب الرياضي	مسمى المقرر
٣٢٥ ت/ب	كود المقرر

برنامج: التدريب الرياضي

نموذج ( ١١ )  
مصفوفة المعارف والمهارات للمقرر الدراسي

مهارات عامة	مهارات مهنية	مهارات ذهنية	المعارف	أسبوع الدراسة	المحتويات الرئيسية للمقرر
١ - د	ج - ١	ب - ١	أ - ١	١	مفهوم تخطيط التدريب الرياضي
	ج - ٢	ب - ٢		٢	أسس تخطيط التدريب الرياضي
١ - د	ج - ١		أ - ٢	٣	أهداف تخطيط التدريب الرياضي
		ب - ٣	أ - ٤	٤	أنواع التخطيط للتدريب الرياضي
١ - د	ج - ٢	ب - ١		٦	مراحل تخطيط التدريب الرياضي
١ - د			أ - ٣	٧	القواعد الأساسية لتخطيط التدريب.
	ج - ١	ب - ٣	أ - ١	٨	محددات خطط التدريب للمبتدئين.
١ - د		ب - ١		٩	محددات خطط التدريب للناشئين
١ - د	ج - ٢		أ - ٣	١١	محددات خطط التدريب للمستويات العليا
١ - د		ب - ٢	أ - ٢	١٣ ، ١٤	نماذج تطبيق لخطط تدريبية لجميع المستويات

د/ محمد إبراهيم محمود سلطان

أستاذ المقرر: أ.د/ أحمد صلاح الدين محمد قراعة

رئيس مجلس القسم : أ.د/ مدحت شوقي طوس

مدير البرنامج: رئيس مجلس القسم