



جامعة : أسيوط

كلية : التربية الرياضية

قسم : التدريب الرياضى وعلوم الحركة

توصيف مقرر اختياري تدريب الألعاب الفردية (تدريب مسابقات المضمار)

١- بيانات المقرر	
الرمز الكودي: ٤٣٧ ت/ب	اسم المقرر: اختياري تدريب الألعاب الفردية (تدريب مسابقات المضمار)
التخصص : تدريب رياضى	عدد الوحدات الدراسية : نظري ٢ عملي ٤
٢- هدف المقرر :	يهدف المقرر إلى الإلمام بمحددات تطوير الأداء وتحليل مكونات البرامج التدريبية لمسابقات المضمار (العدو/ التتابعات)
٣- المستهدف من تدريس المقرر :	
أ- المعلومات والمفاهيم	أن يكون الطالب قادراً علي:- ١/ أن يتعرف علي الوحدات التدريبية من خلا تصميم برنامج تدريبي بتوزيع زمنى مناسب للأسابيع التدريبية المقترحة. ٢/ أن يقسم مستوى الأداء المهارى والبدنى لتحقيق مستوى إنجاز يتناسب مع عمره التدريبي. ٣/ أن يدرك فترات الإعداد (العام - الخاص - ما قبل المنافسات)
ب- المهارات الذهنية:	أن يكون الطالب قادراً علي:- ب/١- أن يفاضل بقدراته الذهنية المكتسبة ما بين المستويات المهارية والبدنية ب/٢- أن يوازن بين المستويات المهارية والبدنية من خلال مقاييس التقدير المقترحة. ب/٣- أن ينشئ تصور مقترح لديناميكية الحمل من خلال منحنيات تدريبية لفترات الإعداد
ج- المهارات المهنية الخاصة بالمقرر :	أن يكون الطالب قادراً علي:- ج/١- أن يصمم نماذج للتدريبات البدنية والمهارية. ج/٢- أن يجيد تطبيق الوحدات التدريبية بالتوزيع الزمنى المقترح.



<p>ج/٣- أن ينفذ التدريبات الخطئية. ج/٤- أن ينشئ تصور مقترح لديناميكية الحمل من خلال منحنيات تدريبية لفترات الإعداد.</p>	
<p>د - المهــــــــارات العامــــــــة : د/١- أن يدير مجموعات العمل من خلال عمل نماذج مقدمه لهذه المجموعات بالتطبيق العملى. د/٢- أن يجيد كتابة تقرير عن أهم النقاط الأساسية فى موضوع المحاضرة.</p>	
<p>٤- محتوى المقرر: - تدريبات الإعداد البدنى والمهارى والخططى لمسابقات المضمار . - تحليل نماذج لبعض برامج التدريب فى المستويات المختلفة. - تقويم الأداء والمستوى الرقى. - تطبيقات التقدم بمستوى الأداء . - تقييم أداء المدرب . - التحكيم الأولى وكيفية القياس.</p>	
<p>٥- أساليب التعليم والتعلم - المحاضرات النظرية باستخدام أسلوب العرض التوضيحي . - المناقشة. - التدريب العملي والمحاضرات العملية. - العرض - ورش العمل - المشروع البحثى</p>	
<p>٦- أساليب التعليم والتعلم للطلاب نوى القدرات المحدودة أ/ طلاب متميزين: - تكليفهم بإعداد مشروعات بحثية لتنمية اللياقة البدنية الخاصة بمسابقات المضمار. ب/ طلاب متعسرين: - محاضرات نظرية إضافية. - تدريبات عملية إضافية.</p>	
<p>٧- تقويم الطلاب :</p>	
<p>أ- الأســــــــاليب المستخدمة - امتحانات نظرية وعملية. الامتحانات الشفهية. - المشروع البحثى من خلال تقديم ورقة دراسية عن موضوع يحدده الممتحن للطالب - العرض من خلال تساؤلات محددة عن موضوع العرض.</p>	



ب- التوقيت	- ورشة العمل (تقييم الممتحن للمجموعات اثناء الأداء : التقييم الاول: الاسبوع العاشر الاسبوع العشرون امتحان نهاية الفصل الدراسي : وفقاً للخطة المرسله من الجامعه
ج- توزيع الدرجات	أعمال السنة العملى آخر السنة . امتحان التحرير آخر السنة المجموع (١٢٠ درجة) ٣٠ % (٦٠ ادرجة) ٤٠ % (١٢٠ ادرجة) ٣٠ % (٤٠٠ درجه) ١٠٠ %
٨- قائمة الكتب الدراسية والمراجع :	
أ- مذكرات	مذكرة الخاصة بالمقرر من القسم
ب- كتب ملزمة	المحتوي العلمي الخاص بالمقرر .
ج- كتب مقترحة	- بسطويسى أحمد بسطويسى : سباقات المضمار والميدان (تعليم – تكتيك- تدريب). عويس الجبالى : تطوير منهاج العاب القوى
د - دوريات علمية أو نشرات ... الخ	مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط - مجلة كلية التربية الرياضية - بأبى قير وفيلمينج - مجلة كلية التربية الرياضية - بالزقازيق - مجلة كلية التربية الرياضية بالهرم والجزيرة.

رئيس مجلس القسم

أ.د / طارق فاروق عبدالصمد

أستاذ المقرر

أ.د / محمود عطية بخيت

أ.د/ حامد حسين أحمد

د / أحمد أسماعيل

د/ ليلي جمال مهني

د / الأمير عبدالستار

مصنوفة المعارف والمهارات المستهدفة من مقرر تدريب الألعاب الفردية (تدريب مسابقات المضمار)

اسم المقرر	تدريب الألعاب الفردية (تدريب مسابقات المضمار)
كود المقرر	٤٣٧ ت/ب

م	المحتويات للمقرر	مخرجات التعلم المستهدفة للمقرر																					
		المعرف والفهم أ			المهارات الذهنية ب			المهارات المهنية ج			المهارات العامة د												
		١	٢	٣	١	٢	٣	١	٢	٣	١	٢											
١	تدريبات الإعداد البدني والمهاري والخططي لمسابقات المضمار.	×			×	×	×	×															
٢	- تحليل نماذج لبعض برامج التدريب في المستويات المختلفة.				×																		
٣	- تقويم الأداء والمستوى الرقمي.				×																		
٤	- تطبيقات التقدم بمستوى الأداء								×		×												
٥	- تقييم أداء المدرب.								×		×												
٦	- التحكيم الأولى وكيفية القياس.																						

رئيس مجلس القسم

أستاذ المقرر

أ.د / طارق فاروق عبدالصمد

أ.د / محمود عطية بخيت

أ.د / حامد حسين أحمد

د / أحمد أسمايل

د / ليلى جمال مهني

د / الأمير عبدالستار

مصفوفة أساليب التقييم لمخرجات التعلم المستهدفة تدريب مسابقات المضمار

اسم المقرر	تدريب الألعاب الفردية (تدريب مسابقات المضمار)
كود المقرر	٤٣٧ ت/ب

م	أساليب التقييم										
	مخرجات التعلم المستهدفة للمقرر										
	المعرف والفهم أ			المهارات الذهنية ب			المهارات المهنية ج			المهارات العامة د	
	١	٢	٣	١	٢	٣	١	٢	٣	١	٢
١	×		×								×
٢		×						×			×
٣					×	×				×	
٤	×	×			×	×				×	×

التاريخ: / /

التوقيع:

أستاذ المقرر: أ.د / محمود عطية بخيت

أ.د/ حامد حسين أحمد

د / أحمد أسماعيل

د/ ليلي جمال مهني

د / الأمير عبدالستار

التاريخ: / /

التوقيع:

رئيس مجلس القسم: أ. د / طارق فاروق عبدالصمد