

جامعة: أسيوط

كلية: التربية الرياضية

قسم: التدريب الرياضي وعلوم الحركة

توصيف مقرر دراسي

١ - بيانات المقرر		
الفرقة/المستوى: دبلوم الفصل الدراسي الأول	اسم المقرر: الأسس العلمية للتدريب الرياضي	الرمز الكودي: ٥١١ ت / ي
عدد الوحدات الدراسية: نظري ٣ عملي تطبيقي -	التخصص: التدريب الرياضي	
التعرف على الأسس والمبادئ العلمية لبرامج التدريب الرياضي وتفعيل عملية التدريب في الأنشطة الرياضية المختلفة .		٢ - هدف المقرر
٣ - المستهدف من تدريس المقرر:		
<p>بانتهاج دراسة برنامج الدبلومة يجب أن يكون الخريج قادراً على:</p> <p>أ/ - فهم ماهية التدريب الرياضي. ب/ - معرفة الاتجاهات الحديثة في مجال الاعداد الرياضي. ج/ - ادراك خصائص التدريب الرياضي. د/ - فهم الأسس التربوية والأسس النفسية والأسس الفسيولوجية لعملية التدريب الرياضي</p>		أ - المعلومات والمفاهيم:
<p>بانتهاج دراسة برنامج الدبلومة يجب أن يكون الخريج قادراً على:</p> <p>ب/١ - تمييز فترات الفورمة الرياضية. ب/٢ - أن يكتشف التطبيقات الميدانية لأهم طرق التدريب الرئيسية لتنمية القدرات البدنية. ب/٣ - أن يحدد الدرجات المختلفة لحمل التدريب بأشكاله المختلفة. ب/٤ - أن يستدل على طرق انتقاء الموهوبين ب/٥ - أن يحدد فترات الإيقاع الحيوى وخطة التدريب.</p>		ب - المهارات الذهنية:
<p>بانتهاج دراسة برنامج الدبلومة يجب أن يكون الخريج قادراً على:</p> <p>ج/١ - أن يطبق الأسس العلمية لتخطيط التدريب الرياضي. ج/٢ - أن يوظف متطلبات التدريب الرياضي والقدرات البدنية. ج/٣ - أن يتقن طرق التدريب الرئيسية لتنمية القدرات البدنية. ج/٤ - أن يتمكن من تنظيم الدورات التدريبية .</p>		ج - المهارات المهنية الخاصة بالمقرر:
<p>بانتهاج دراسة برنامج الدبلومة يجب أن يكون الخريج قادراً على:</p> <p>د/١ - أن يجيد العمل في جماعات . د/٢ - أن يتعلم العمل بروح الفريق . د/٣ - أن يستخدم مهارات اللغة . د/٤ - أن يجيد التعامل مع شبكة المعلومات " الويب " والحاسب الآلي .</p>		د - المهارات العامة :
٤ - محتوى المقرر		
١ - ماهية التدريب الرياضي.	٢	
٢ - الاتجاهات الحديثة في مجال الإعداد الرياضي .	٣	
٣ - خصائص التدريب الرياضي .	٤	
٤ - الفورمة الرياضية .	٥	
٥ - المنافسات الرياضية .	٦	
٦ - حمل التدريب .	٧	
٧ - الأسس العلمية لتخطيط التدريب الرياضي .	٨	
٨ - متطلبات التدريب الرياضي.		

٩	- القدرات البدنية .
١٠	- طرق التدريب الأساسية لتنمية القدرات البدنية.
١١	- الدورات التدريبية.
١٢	- انتقاء الموهوبين.
١٣	- الإيقاع الحيوي وخطة التدريب.
١٤	- الأسس التربوية وبرامج التدريب.
١٥	- الأسس النفسية والتدريب الرياضي.
١٦	- الأسس الفسيولوجية لعملية التدريب الرياضي.
٥ - أساليب التعلم والتعلم	
١-٥	المحاضرات النظرية.
٢-٥	حلقات مناقشة.
٣-٥	العصف الذهني.
٤-٥	المقابلات خلال الساعات المكتبية لتوضيح بعض المفاهيم الغامضة.
٦ - أساليب التعلم والتعلم للطلاب ذوي القدرات المحدودة	
تعيين ساعات مكتبية إضافية لمقابلة الطلاب المتعسرين	
٧ - تقويم الطلاب:	
أ - الأساليب المستخدمة	١ - امتحانات تحريرية (أعمال السنة). لتقييم: الاداء المعرفي. ٢ - اوراق دراسية. لتقييم: الاداء المعرفي. ٣ - امتحانات تحريرية (نهاية العام). لتقييم: الاداء المعرفي.
ب - التوقيت	- التقييم الأول لأعمال السنة الأسبوع: العاشر. - التقييم الثاني لأعمال السنة الأسبوع: الثامن عشر. - التقييم الثالث لأعمال السنة الأسبوع الرابع والعشرون - امتحان نهاية العام للمقرر طبقا للخطة الزمنية المرسله من قبل الجامعة.
ج - توزيع الدرجات	أعمال السنة ٣٠ تحريري ٧٠ نهاية عظمي ١٠٠ نهاية صغري ٥٠ زمن الامتحان بالساعات ثلاث ساعات
٨ - قائمة الكتب الدراسية والمراجع	
أ - مذكرات	- المرجع الخاص بالمقرر من أستاذ المقرر
ب - كتب مقترحة	
ج - دوريات علمية أو نشرات ... الخ	- مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط - مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة الإسكندرية
د - شبكة المعلومات	مواقع الويب - www.scinedirect.com

رئيس مجلس القسم
أ.د/ طارق فاروق عبدالصمد

استاذالمقرر
أ.د/ أحمد صلاح الدين محمد



برنامج: الدبلومة العامة فى التربية الرياضية تخصص التدريب الرياضى

مسمى المقرر	الأسس العلمية للتدريب الرياضى
كود المقرر	٥١١ ت/ى

(مصفوفة المقرر الدراسى)

محتويات المقرر	المهارات															
	المعارف والفهم				المهارات الذهنية				المهارات العملية والمهنية				المهارات العامة والمنقولة			
	أ.١	ب.١	ج.١	د.١	أ.٢	ب.٢	ج.٢	د.٢	أ.٣	ب.٣	ج.٣	د.٣	أ.٤	ب.٤	ج.٤	د.٤
- ماهية التدريب الرياضى.																
- الاتجاهات الحديثة فى مجال الإعداد الرياضى .																
- خصائص التدريب الرياضى .																
- الفورمة الرياضية .																
- المنافسات الرياضية .																
- حمل التدريب .																
- الأسس العلمية لتخطيط التدريب الرياضى .																
- متطلبات التدريب الرياضى.																
- القدرات البدنية .																
- طرق التدريب الأساسية لتنمية القدرات البدنية.																
- الدورات التدريبية.																
- انتقاء الموهوبين.																
- الإيقاع الحيوى وخطة التدريب.																
- الأسس التربوية وبرامج التدريب.																
- الأسس النفسية والتدريب الرياضى.																
- الأسس الفسيولوجية لعملية التدريب الرياضى.																

رئيس مجلس القسم
أ.د/ طارق فاروق عبدالصمد

استاذالمقرر
أ.د/ أحمد صلاح الدين محمد



برنامج: الدبلومة العامة فى التربية الرياضية تخصص التدريب الرياضى

الأسس العلمية للتدريب الرياضى	مسمى المقرر
٥١١ ت/ى	كود المقرر

مصفوفة طرق اساليب التعليم والتعلم للمقرر الدراسى

المهارات														طرق واساليب التعليم والتعلم للمقرر الدراسى		
المهارات العامة والمنقولة				المهارات العملية والمهنية				المهارات الذهنية				المعرفة والفهم				
د.٤	د.٣	د.٢	د.١	ج.٤	ج.٣	ج.٢	ج.١	ب.٥	ب.٤	ب.٣	ب.٢	ب.١	أ.٤		أ.٣	أ.٢
		x	x	x					x							x
	x					x	x	x			x				x	x
x					x					x		x	x			
	x		x	x					x					x		

رئيس مجلس القسم
أ.د/ طارق فاروق عبدالصمد

استاذالمقرر
أ.د/ أحمد صلاح الدين محمد



الأسس العلمية للتدريب الرياضي	مسمى المقرر
٥١١ ت/ي	كود المقرر

برنامج: الدبلومة العامة فى التربية الرياضية تخصص التدريب الرياضى

مصفوفة طرق التقييم لمخرجات التعلم المستهدفة للمقرر الدراسى

المهارات													مصفوفة طرق التقييم لمخرجات التعلم المستهدفة للمقرر الدراسى				
المهارات العامة والمنقولة				المهارات العملية والمهنية				المهارات الذهنية						المعرفة والفهم			
د.٤	د.٣	د.٢	د.١	ج.٤	ج.٣	ج.٢	ج.١	ب.٥	ب.٤	ب.٣	ب.٢	ب.١		أ.٤	أ.٣	أ.٢	أ.١
			x	x					x				x	x		x	
	x	x					x	x								x	
x					x					x				x			

رئيس مجلس القسم
أ.د/ طارق فاروق عبدالصمد

استاذالمقرر
أ.د/ أحمد صلاح الدين محمد