



نموذج (7)

نموذج لتوصيف مقرر طرق التدريب في رياضة التخصص (للعام الأكاديمي 2024/2023)

جامعة / أكاديمية : المنيا
كلية / كلية التربية الرياضية
قسم : العاب القوي

1- بيانات المقرر		
الرمز الكودي : 709 أ. ق	اسم المقرر: طرق التدريب في رياضة التخصص	الفرقة / المستوى : الرابعة
التخصص : العاب القوي	عدد الوحدات الدراسية :	نظري 2 عملي 4

2- هدف المقرر :		اكتساب الطلاب المعارف والمهارات الخاصة بطرق التدريب
3- المخرجات التعليمية المستهدفة :		
أ- المعرفة والفهم :	أ-1 يعرف المعلومات الخاصة بطرق التدريب في العاب القوي أ-2 يفهم كيفية توظيف طرق التدريب في العاب القوي أ-3 يلم بالوسائل التدريبية الخاصة لكل طريقة	
ب- المهارات الذهنية:	ب-1 يحدد طرق التدريب المثلى لتحقيق الهدف من التدريب ب-2 يختار الوسائل التدريبية الخاصة لكل طريقة ب-3 يميز بين طرائق التدريب	
ج- المهارات المهنية والعملية :	ج-1 يخطط طريقة التدريب الصحيحة والمناسبة ج-2 يطبق طرائق تدريب متنوعة ج-3 يستخدم الوسائل التدريبية الحديثة لكل طريقة	
د - المهارات العامة :	د-1 يستخدم التكنولوجيا الحديثة لاعداد النماذج التدريبية د-2 يتفاعل مع اعضاء الفريق . د-3 يستطيع جمع المعلومات من مصادر علمية مختلفة	



الاسبوع	المحتوي العلمي	عدد الساعات	المحاضرة	تمارين / عملي
1.	مقدمة عن طرق التدريب في العاب القوى	3	1	2
2.	طرق التدريب في العاب القوى	3	1	2
3.	التدريب المستمر في العاب القوى	3	1	2
4.	الوسائل التدريبية الخاصة بالحمل المستمر	3	1	2
5.	التدريب الفترى بنوعية في العاب القوى	3	1	2
6.	وسائل ادرىب الفترى بنوعية في العاب القوى	3	1	2
7.	التدريب التكرارى في العاب القوى	3	1	2
8.	الوسائل التدريبية للتدريب التكرارى في العاب القوى	3	1	2
9.	الحمل المتغير فى العاب القوى	3	1	2
10.	تشكيل الحمل	3	1	2
11.	اساليب التدريب فى العاب القوى	3	1	2
12.	تنظيم التدريب فى العاب القوى	3	1	2
المحاضرة -التعلم التعاونى - العصف الذهنى - حل المشكلات				
5- أساليب التعليم والتعلم				
6- تقويم الطلاب :				
امتحان اعمال السنة الامتحان العملي الامتحان النهائي التحريري				
أ- الأساليب المستخدمة				
ب- التوقيت				
ج- توزيع الدرجات				
7- قائمة الكتب الدراسية والمراجع :				
أ- مذكرات : مذكرة طرق التدريب فى رياضة التخصص				
ب- كتب ملزمة : بسطويسي احمد : سباقات المضمار مسابقات الميدان (تعليم ، تكنيك ، تدريب)				
ج- كتب مقترحة : ريسان خريبط : العاب القوى				
د - دوريات علمية أو نشرات ... مجلة علوم الرياضة				

رئيس مجلس القسم العلمي
ا.د/ محمد حسين دكرورى

منسق المقرر
ا.م.د/ محمد نبيل عبد العليم