



توصيف مقرر تخطيط برامج التدريب في التخصص

جامعة: المنيا

كلية: التربية الرياضية

قسم: المنازلات والرياضات الفردية

توصيف المقرر

1- بيانات المقرر		
الرمز الكودي: كود 804 م.ف	أسم المقرر: تخطيط برامج التدريب في التخصص	الفرقة: الرابعة
التخصص: (المنازلات والرياضات الفردية)	عدد الوحدات الدراسية: نظري (2)	
2- هدف المقرر:	اكتساب المعارف والمعلومات المرتبطة بالتخطيط وتصميم البرامج والوحدات التدريبية الخاصة بالمنازلات والرياضات الفردية.	
3- المستهدف من تدريس المقرر:		
أ. المعلومات والمفاهيم	1. يعرف المعلومات والمعارف المتعلقة بتخطيط تدريب المنازلات والرياضات الفردية ودورها في صناعة البطل.	
	2. يحدد مبادئ وأسس التخطيط الرياضي لتدريب المنازلات والرياضات الفردية للمراحل السنية المختلفة .	
	3. يلم بالمعلومات والمعارف المرتبطة بإعداد وتصميم برامج التدريب للمنازلات والرياضات الفردية.	
	4. يفهم المصطلحات العلمية واللغوية في مجال تخطيط التدريب الرياضي.	
ب. المهارات الذهنية	1. يخطط البرامج التدريبية وفقاً لطبيعة النزال.	
	2. يستنبط المناسب من بين البدائل الخطئية في المواقف التنافسية في المنازلات.	
	3. يتوقع التحديات التي تواجه عملية تخطيط برامج التدريب.	
ج. المهارات المهنية والعملية	1. يستخدم اسس ومبادئ التخطيط في تدريب المنازلات والرياضات الفردية.	
	2. يطبق الاعتبارات التي يجب اعتبارها عند وضع خطة التدريب السنوية	
	3. يصمم برنامج لتدريب رياضة التخصص.	
د. المهارات العامة والقابلة للنقل	1. يؤدي بإيجابية تحت الضغوط المختلفة.	
	2. يستخدم تكنولوجيا المعلومات للحصول على المعلومات المتعلقة بتخطيط برامج التدريب.	
	3. يدير الموسم الرياضي بفاعلية.	



الموضوع	عدد الساعات	المحاضرة	تمارين عملي
مقدمة عن تخطيط برامج التدريب الرياضي	2	1	-
قواعد التخطيط في التدريب الرياضي	2	1	-
أسس ومبادئ التخطيط الرياضي	2	1	-
أهداف ومزايا التخطيط الرياضي	2	1	-
أنواع التخطيط في التدريب الرياضي	2	1	-
الاعتبارات التي يجب اعتبارها عند وضع خطة سنوية	2	1	-
تخطيط برامج التدريب الرياضي (تخطيط فترة الإعداد)	6	3	-
توزيع الاحمال التدريبية وتشكيل دورات الحمل	4	2	-
التوزيع الزمني للإعدادات المختلفة	2	1	-
التوزيع الزمني لعناصر الإعدادات المختلفة.	2	1	-
وحدة التدريب اليومية.	2	1	-
4- محتوى المقرر:			
- المحاضرة - ورش العمل للتعلم - العروض المرئية - مهام بحثية			
5- أساليب التعليم والتعلم			
6- تقييم الطلاب:			
- أعمال السنة - الاختبارات الشفهية - الاختبارات النظرية			
أ- الأساليب المستخدمة			
- أعمال السنة - الاختبارات العملية - الاختبارات النظرية			
ب- التوقيت			
- اختبار الأسبوع السادس، الأسبوع الثاني عشر، تكليفات طول العام. - الأسبوع الرابع عشر - الأسبوع الخامس عشر			
ج- توزيع الدرجات			
- أعمال السنة - الاختبارات الشفهية - الاختبارات النظرية			
7- قائمة الكتب الدراسية والمراجع:			
أ- مذكرات			
مذكرة إلكترونية على الموقع الدراسي https://courses.minia.edu.eg			
ب- كتب ملزمة			
ج- كتب مقترحة			
عبد العزيز النمر، ناريمان الخطيب (2017): تخطيط برامج التدريب الرياضي، الطبعة الاولى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.			



https:// www. Sport..ta4a.us المكتبة الرياضية الشاملة https:// www.uomustansiriyah.edu.iq الجامعة المستنصرية	د- دوريات علمية أو نشرات
--	-----------------------------

رئيس القسم: ا.د/ عبد الحليم فتحي عبد الحليم

أستاذ المادة: