



الهيئة القومية لضمان  
جودة التعليم والاعتماد  
قطاع التعليم العالي

## توصيف مقرر تخطيط وامج التدريب في التخصص

### 1. معلومات أساسية: Basic Information

تخطيط برامج التدريب في التخصص				اسم المقرر (تبعاً لما ورد باللانحة)
804 م. ف				كود/رمز المقرر (تبعاً لما ورد باللانحة)
---				القسم/الأقسام العلمية المشاركة في تدريس المقرر
إجمالي	اخرى (تحدد)	عملي	نظري	عدد الساعات / النقاط المعتمدة للمقرر (تبعاً لما ورد باللانحة)
2	-	-	2	
اجباري				نوع المقرر
الفرقة الرابعة				الفرقة الدراسية / المستوى الدراسي الذي يقدم فيه المقرر
المنازلات والرياضات الفردية				البرنامج الأكاديمي
كلية علوم الرياضة				الكلية/المعهد
جامعة المنيا				الجامعة/الأكاديمية
أ.د/ محسن علي أبو النور				اسم منسق المقرر
2025/9/1م				تاريخ اعتماد توصيف المقرر
مجلس قسم المنازلات والرياضات الفردية				جهة اعتماد توصيف المقرر (يرفق قرار/محضر مجلس القسم/الأقسام/ الجهة المختصة/....)

### 2. الوصف العام للمقرر Course overview

يهدف هذا المقرر إلى إعداد الطلاب الأساس العلمية لتخطيط وتصميم برامج التدريب في رياضات المنازلات وفقاً لمبادئ الحمل والتدرج والفروق الفردية، كما يتناول بناء البرامج التدريبية بمراحلها المختلفة (الإعداد العام والخاص والمنافسات)، وتحديد الأهداف واختيار الوسائل المناسبة، كما يركز على تقويم البرامج باستخدام القياسات والاختبارات لإعداد خطط تدريبية فعالة مرتبطة بمتطلبات الأداء التنافسي.



### 3. نواتج التعلم للمقرر: Course Learning Outcomes

#### انساق نواتج التعلم للمقرر مع مخرجات البرنامج (المعايير المتبناة)

نواتج التعلم للمقرر عند الانتهاء من المقرر سيكون الطالب قادرا على:		مخرجات البرنامج/ المعايير الأكاديمية المتبناة (التي يحققها المقرر تبعا للمصنوفة في توصيف البرنامج)	
النص	الكود	النص	الكود
ان يشرح الأسس العلمية لتخطيط الوحدات التدريبية في الرياضة التخصصية.	1/3/2	أسس ومبادئ تخطيط، تنفيذ، إدارة وتقييم الوحدات والدورات التدريبية في الرياضة التخصصية.	3/2
ان يطبق مبادئ تنفيذ الوحدات التدريبية وفق الأهداف المحددة.	2/3/2		
ان ينظم ويدير العملية التدريبية بكفاءة داخل الوحدات والدورات.	3/3/2		
ان يقيم الأداء التدريبي باستخدام أدوات وأساليب تقييم مناسبة.	4/3/2		
ان يربط بين مكونات التخطيط والتنفيذ والتقييم لتحسين العملية التدريبية.	5/3/2		
ان يوضح القواعد الأساسية لتنظيم وإدارة المسابقات الرياضية.	1/5/2	قواعد إدارة وتنظيم المسابقات الرياضية وأساليب المشاركة فيها.	9/2
ان يطبق أساليب المشاركة الفعالة في المنافسات الرياضية وفق اللوائح.	2/5/2		
ان يصمم برامج تدريبية متكاملة وفق متطلبات الرياضة التخصصية.	1/6/2	تخطيط وتنفيذ البرامج التدريبية في مجال الرياضة التخصصية.	3/3
ان ينفذ البرامج التدريبية باستخدام أساليب تدريبية حديثة.	2/6/2		
ان يعدل البرامج التدريبية بناءً على مستوى الأداء والتقدم.	3/6/2		
ان يقيم فاعلية البرامج التدريبية باستخدام مؤشرات علمية.	4/6/2		
ان يستخدم الوسائل التدريبية المساعدة بشكل فعال أثناء التدريب.	1/4/3	استخدام الوسائل التدريبية المساعدة وتكنولوجيا التدريب والاستفادة من الإمكانيات المتاحة.	4/3
ان يوظف تكنولوجيا التدريب في تحسين الأداء الرياضي.	2/4/3		
ان يستثمر الإمكانيات المتاحة لتحقيق أفضل نتائج تدريبية.	3/4/3		
ان يحدد أساليب جمع البيانات المناسبة للمشكلات التدريبية.	1/5/3	البحث واختيار الطرق المناسبة لجمع البيانات التي تساعد في حل المشكلات المطروحة.	3/4
ان يجمع البيانات باستخدام أدوات علمية دقيقة.	2/5/3		
ان يحلل البيانات لاستخلاص نتائج تدعم اتخاذ القرار.	3/5/3		
ان يحلل مستويات الرياضة للبيئة التنافسية لتقييم	1/2/4	تحليل المستويات الرياضية للبيئة التنافسية لتقييم	4/4



نواتج التعلم للمقرر عند الانتهاء من المقرر سيكون الطالب قادرا على:		مخرجات البرنامج/ المعايير الأكاديمية المتبناة (التي يحققها المقرر تبعاً للمصفوفة في توصيف البرنامج)	
النص	الكود	النص	الكود
ان يقارن بين المستويات المختلفة لتحديد نقاط القوة والضعف.	2/2/4	الأهداف المنشودة.	
ان يوظف نتائج التحليل في تطوير الأهداف التدريبية.	3/2/4		
ان يستخدم برامج الحاسب في إدخال وتنظيم البيانات الرياضية.	1/4/5	استخدام الطرق والإجراءات لجمع وبناء وتحليل قواعد	3/5
ان يحلل قواعد البيانات باستخدام أدوات رقمية لدعم العملية التدريبية.	2/4/5	البيانات باستخدام الحاسب الآلي.	

#### 4. طرق التعليم والتعلم: Teaching and Learning Methods

1. المحاضرة Lecture
  2. ورش العمل Workshops
  3. التعلم الإلكتروني E-Learning
  4. العصف الذهني Brainstorming
  5. العروض Demonstrations
- الجدول الدراسي للمقرر:

عدد ساعات التعلم المتوقعة				إجمالي عدد الساعات الأسبوعية	المحتوى العلمي للمقرر (موضوعات المقرر)	رقم الاسبوع الدراسي
أخرى	تعلم ذاتي (مهام/ تكليفات/ مشاريع/ ...)	تدريب (عملي/إكلينيكي/.....)	تدريس نظري (محاضرات/ مجموعات مناقشة/.....)			
-	-	-	2	2	مقدمة عن التخطيط: مفهوم التدريب الرياضي الحديث تحليلياً- حمل التدريب الرياضي (مفهوم - أنواع - مكونات)	1
-	-	-	2	2	حمل التدريب الرياضي (درجات الحمل- العوامل التي يتوقف عليها الارتفاع والانخفاض بمكون من مكونات الحمل- تقويم الحمل)	2
-	-	-	2	2	تعريف التخطيط في التدريب الرياضي- مزايا التخطيط الرياضي- التخطيط بصفة عامة	3
-	-	-	2	2	خصائص التخطيط الرياضي- أسس التخطيط الرياضي	4
-	-	-	2	2	قواعد التخطيط في التدريب الرياضي	5
-	-	-	2	2	التمرينات البنائية (وسائل تنفيذ الخطط) - الحالة التدريبية	6
-	-	-	2	2	انواع التخطيط في التدريب الرياضي	7
-	-	-	2	2	خطة التدريب السنوية - فترة الإعداد	8
-	-	-	2	2	خطة التدريب السنوية - فترة المنافسات	9
-	-	-	2	2	خطة التدريب السنوية - الفترة الانتقالية	10
-	-	-	2	2	الفورمة الرياضية وعلاقتها بفترات التدريب للخطة السنوية	11
-	-	-	2	2	دورات حمل التدريب - الوحدة التدريبية (مفهوم- اجزاء- اسس تنظيم)	12
-	-	-	2	2	اسس تخطيط برامج التدريب الرياضي (تخطيط فترة الإعداد) (مرحلة الإعداد العام)	13
-	-	-	2	2	(تخطيط فترة الإعداد) (مرحلة الإعداد الخاص)	14
-	-	-	2	2	(تخطيط فترة الإعداد) (مرحلة الإعداد للمنافسات)	15



## 5. طرق تقييم الطلاب: Student Assessment Methods

م	طرق التقييم *	توقيت التقييم المتوقع (رقم الأسبوع الدراسي)	درجات التقييم	النسبة المئوية من إجمالي درجة المقرر
1	امتحان 1 نظري تحريري (أعمال سنة)	6	5	5%
2	امتحان 2 نظري تحريري (أعمال سنة)	12	5	5%
3	تكليفات / مشروع / ملف الإنجاز /كتيب الأنشطة	خلال الفصل الدراسي	10	10%
4	امتحان نهائي شفوي	16	10	10%
5	امتحان نهائي تحريري	17	70	70%

## 6. مصادر التعلم والتسهيلات الداعمة:

قسم المنازلات والرياضات الفردية (2025/2026): مذكرة تخطيط برامج التدريب <a href="https://courses.minia.edu.eg">https://courses.minia.edu.eg</a>	المرجع الأساسي للمقرر (لابد من كتابة البيانات كاملة وفقا لطريقة توثيق علمي)	مصادر التعلم (الكتب والمراجع العلمية وغيرها) *
عبد العزيز النمر، ناريمان الخطيب (2017): تخطيط برامج التدريب الرياضي، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.	المراجع الأخرى	
المكتبة الرياضية الشاملة <a href="https://www.Sport.ta4a.us">https:// www. Sport.ta4a.us</a> الجامعة المستنصرية <a href="https:// www.uomustansiriyah.edu.iq">https:// www.uomustansiriyah.edu.iq</a>	المصادر الإلكترونية (لابد من إضافة الروابط)	
<a href="https://courses.minia.edu.eg">https://courses.minia.edu.eg</a>	المنصة التعليمية (لابد من إضافة الرابط)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- موقع الاتحاد المصري والدولي للسلاح.</li> <li>- موقع الاتحاد الدولي للملاكمة للهواه لمتابعة المستحدث من الفيديوهات التعليمية والتدريبية والقانون والاختبارات.</li> <li>- موقع الاتحاد المصري والدولي لمصارعة.</li> <li>- موقع الاتحاد المصري والدولي لرفع الاثقال.</li> <li>- موقع الاتحاد المصري والدولي للكونغ فو.</li> <li>- موقع الاتحاد المصري والدولي للجودو.</li> <li>- موقع الاتحاد المصري والدولي للتايكوندو.</li> <li>- موقع الاتحاد المصري والدولي للكاراتيه.</li> </ul>		
-	الأجهزة	التجهيزات التعليمية
شاشة إلكترونية	المستلزمات	

-	البرامج الالكترونية	المساعدة للتعليم والتعلم *
-	معامل المهارات/ المحاكات	
-	المعامل الافتراضية	
-	أخرى (تذكر)	

اسم وتوقيع  
منسق البرنامج

أ.د/ بسامات محمد علي شمس الدين

اسم وتوقيع  
منسق المقرر

أ.د/ محسن علي أبو النور