



المهينة القومية لضمان
جودة التعليم والاعتماد
قطاع التعليم العالي

توصيف مقرر مبادئ تدريب الناشئين في رياضة التخصّص

1. معلومات أساسية: Basic Information

مبادئ تدريب الناشئين في رياضة التخصّص				اسم المقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)
706 م. ف				كود/رمز المقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)
--				القسم/الأقسام العلمية المشاركة في تدريس المقرر
إجمالي	اخرى (تحدد)	عملي	نظري	عدد الساعات / النقاط المعتمدة للمقرر (تبعاً لما ورد باللائحة)
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
د/ عمر هاشم عبد العزيز				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 تعريف الطالب بالمفاهيم والأسس العلمية لتدريب الناشئين في مختلف الرياضات مع التركيز على الخصائص الفسيولوجية والنفسية والحركية المرتبطة بمراحل النمو والتطور العمري، ويتناول المقرر مبادئ إعداد البرامج التدريبية المناسبة لكل مرحلة عمرية وطرق تعليم المهارات الحركية وتنمية العناصر البدنية الأساسية لدى الناشئين بطريقة تراعي قدراتهم واحتياجاتهم النمائية، كما يوضح المقرر أسس التخطيط طويل المدى والانتقاء الرياضي، ومتابعة الحمل التدريبي والتقييم المستمر للأداء، كما يُكسب المقرر الطالب القدرة على تصميم برامج تدريبية آمنة وفعالة تساهم في تنمية المستوى البدني والمهاري للناشئين وتؤسس لمرحلة التدريب التخصصي في المستقبل.



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 تبعاً للمصنوفة في توصيف البرنامج)	
النص	الكود	النص	الكود
ان يوضح الأسس التربوية المناسبة لتعليم المهارات الحركية للفئات العمرية الصغيرة.	1/1/2	معارف ومعلومات العلوم الأساسية والإنسانية المرتبطة بالتدريب الرياضي.	1/2
ان يميز الخصائص الاجتماعية للناشئين ودورها في تشكيل السلوك الرياضي.	2/1/2		
ان يربط بين مراحل النمو البدني والعقلي ومتطلبات التدريب الرياضي للناشئين.	3/1/2		
ان يشرح أسس ومبادئ تخطيط البرامج والوحدات التدريبية في الرياضة التخصصية.	1/3/2	أسس ومبادئ تخطيط، تنفيذ، إدارة وتقييم الوحدات والدورات التدريبية في الرياضة التخصصية.	3/2
ان يخطط دورة تدريبية قصيرة المدى وفق مبادئ الحمل والتدرج.	2/3/2		
ان يعدل الخطة التدريبية بناءً على التغذية الراجعة واحتياجات اللاعبين.	3/3/2		
ان يحدد أهداف البرامج التدريبية وفق خصائص اللاعبين ومستواهم.	1/3/3	تخطيط وتنفيذ البرامج التدريبية في مجال الرياضة التخصصية.	3/3
ان يميز مكونات البرنامج التدريبي (قصير- متوسط- طويل المدى).	2/3/3		
ان يكيف البرنامج التدريبي وفق الفروق الفردية بين اللاعبين.	3/3/3		
ان يحدد أنواع الوسائل التدريبية المساعدة وتكنولوجيا التدريب المستخدمة في المجال الرياضي.	1/4/3	استخدام الوسائل التدريبية المساعدة وتكنولوجيا التدريب والاستفادة من الإمكانيات المتاحة.	4/3
ان يستفيد من الإمكانيات المتاحة في البيئة التدريبية (مساحات - أدوات بسيطة - تجهيزات) لتطوير الأداء.	2/4/3		
ان يعدل أسلوب استخدام الوسائل التدريبية بناءً على نتائج التقييم والتغذية الراجعة.	3/4/3		
ان يميز بين أساليب التقييم المختلفة المستخدمة في المجال الرياضي.	1/5/3	استخدام أساليب التقييم بوصفه مدخلاً لتحسين العملية التدريبية.	5/3
ان يختار أدوات التقييم المناسبة لقياس الأداء المهاري والبدني.	2/5/3		
ان يطبق أساليب التقييم (اختبارات - ملاحظات - مقاييس) أثناء التدريب.	3/5/3		
ان يقيم مدى توافر شروط السلامة في البيئة التدريبية.	1/1/4	تحليل السلوك الرياضي وتحديد عوامل الأمن والسلامة لبيئة التدريب الرياضي.	1/4
ان يحدد أخطار بيئة التدريب (ملاعب - أدوات - تنظيم) التي قد تؤثر على السلامة.	2/1/4		
ان يميز بين مراحل وفترات التدريب (إعداد - منافسات - انتقالية) وخصائص كل منها.	1/2/4		
		اختيار أسلوب التقييم الذي يتناسب مع مراحل وفترات التدريب.	2/4



نواتج التعلم للمقرر عند الانتهاء من المقرر سيكون الطالب قادرا على:		مخرجات البرنامج/ المعايير الأكاديمية المتبناة (التي يحققها المقرر تبعا للمصفوفة في توصيف البرنامج)	
النص	الكود	النص	الكود
ان يستخدم مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي أثناء التدريب.	1/2/5	استخدام وسائل مهارات الاتصال الفعال والقدرة على العمل الجماعي لتفعيل العمليات المرتبطة بالمجال الرياضي.	2/5
ان ينسق الأدوار والمسؤوليات داخل الفريق الرياضي.	2/2/5		
ان يبحث عن مصادر التعلم المناسبة (كتب - أبحاث - منصات رقمية) بشكل مستقل.	1/6/5	ممارسة التعلم المستمر والتعلم الذاتي في المجال الرياضي وفي الحياة بصفة عامة.	6/5

4. طرق التعليم والتعلم: Teaching and Learning Methods

يستخدم في تدريس مقرر مبادئ تدريب الناشئين مجموعة متنوعة من الاستراتيجيات التعليمية التي تراعي طبيعة المحتوى وأهداف المقرر وتشمل ما يلي:

1. المحاضرة Lecture
2. ورش العمل Workshops
3. المناقشة Discussion
4. العصف الذهني Brainstorming
5. التعلم الإلكتروني E-Learning

الجدول الدراسي للمقرر:

عدد ساعات التعلم المتوقعة				إجمالي عدد الساعات الأسبوعية	المحتوى العلمي للمقرر (موضوعات المقرر)	رقم الاسبوع الدراسي
أخرى	تعليم ذاتي (مهام/ تكليفات/ مشاريع/ ...)	تدريب (عملي/إكلينيكي/.....)	تدريس نظري (محاضرات/ مجموعات مناقشة/.....)			
-	-	--	2	4	مفهوم- تعريف- أنظمة الطاقة- أهمية الرياضة للناشئين- الفرق بين تدريب الناشئين والمستويات العليا.	2-1
-	-	--	2	4	مراحل النمو وخصائصها.	4-3
-	-	--	1	2	أسباب تقسيم مراحل النمو- التطور الحركي للناشئين - العلاقة بين نوع الرياضة والعمر المناسب للتدريب ومراحل التدريب.	5
-	-	--	1	2	الأسس العلمية والمبادئ الأساسية لتدريب الناشئين	6
-	-	--	2	4	المبادئ الأساسية لتدريب الناشئين	8-7
-	-	--	1	2	أهداف تدريب الناشئين- عوامل ومتطلبات تدريب الناشئين.	9
-	-	--	1	2	الواجبات الرئيسية لتدريب الناشئين.	10
-	-	--	1	2	صفات وسمات مدرب الناشئين- التنبؤ بالموهبة الرياضية لدى الناشئين.	11
-	-	--	1	2	أسباب إقبال وعزوف الناشئين عن ممارسة الرياضة.	12
-	-	--	1	2	مكونات اللياقة البدنية الخاصة بالناشئين وكيفية تطويرها. (القوة- السرعة)	13
-	-	--	1	2	مكونات اللياقة البدنية الخاصة بالناشئين وكيفية تطويرها. (المرونة- الرشاقة)	14
-	-	-	1	2	مكونات اللياقة البدنية الخاصة بالناشئين وكيفية تطويرها (التحمل)	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 تحريري (أعمال سنة)	6	5	%5
2	امتحان 2 تحريري (أعمال سنة)	12	5	%5
3	تكليفات/ مشروع/ ملف الإنجاز/ كتيب الأنشطة	خلال الفصل الدراسي	10	%10
4	امتحان نهائي شفهي	16	10	%10
5	امتحان نهائي تحريري	17	70	%70

6. مصادر التعلم والتسهيلات الداعمة

قسم المنازلات والرياضات الفردية (2025): مذكرة مبادئ تدريب الناشئين. https://courses.minia.edu.eg	المرجع الأساسي للمقرر (لابد من كتابة البيانات كاملة وفقا لطريقة توثيق علمي)	مصادر التعلم (الكتب والمراجع العلمية وغيرها) *
<ul style="list-style-type: none"> ▪ عصام الدين متولي (2010): تدريب الناشئين في المجال الرياضي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية. ▪ عادل عبد البصير على (2015): أسس تدريب الناشئين، مكتبة الكتاب الحديث، القاهرة. 	المراجع الأخرى	
تدريب الناشئين « المكتبة الرياضية الشاملة https://www.sport.ta4a.us/human-sciences/athletic-training/2155-junior-training.html https://www.ramos-almasry.com/2021/07/Basics-of-training-for-juniors.html	المصادر الإلكترونية (لابد من إضافة الروابط)	التجهيزات التعليمية المساندة للتعليم والتعلم *
https://courses.minia.edu.eg	المنصة التعليمية (لابد من إضافة الرابط)	
-	أخرى (تذكر)	التجهيزات التعليمية المساندة للتعليم والتعلم *
-	الأجهزة	
وسائل عرض-عروض تقديمية-منصة تعليم إلكتروني	المستلزمات	
تطبيقات اللياقة البدنية العامة مثل تطبيقات التمارين المنزلية (Android/IOS) التي تساعد في تطوير اللياقة البدنية للناشئين خارج التدريب الرسمي. (أمثلة متنوعة متوفرة في متاجر التطبيقات).	البرامج الإلكترونية	
-	معامل المهارات/ المحاكات	
-	المعامل الافتراضية	
-	أخرى (تذكر)	

اسم وتوقيع
منسق البرنامج

أ.د/ بسمات محمد علي شمس الدين

اسم وتوقيع
منسق المقرر

د/ عمرهاشم عبد العزيز