



رسالة الكلية Mission
تلتزم الكلية بتفخيز طالب متميز ينافس في سوق العمل محليا وإقليميا ، بما تقدمه من برامج تعليمية متطورة ويبحث على متميز وخدمة مجتمعية فاعلة وذلك في ضوء معايير جودة التعليم والاعتماد .
Site : fopem.zu.edu.eg/ -wehdtgaoda.htm



رؤية الكلية Vision
تعاون الريادة بين كليات التربية الرياضية محليا وإقليميا ، بما تقدمه من مستوى متميز في التعليم والبحث العلمي والتنمية المجتمعية
E-mail : qmu.phem_zu@yahoo.com Tel. & Fax 055-2323028



نموذج رقم (١٢)

جامعة / أكاديمية : الزقازيق

كلية / معهد : التربية الرياضية بنين

قسم : نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات الفردية

توصيف مقرر (تخصص رياضات القسم التطبيقي)

للفرقة الرابعة الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ م

١- بيانات المقرر					
الفرقة/ المستوى:الرابعة		اسم المقرر: تخصص رياضات القسم التطبيقي			الرمز الكودي: ٩٠١٠
عدد الوحدات الدراسية: ٨	نظري	٢	عملي	٦	التخصص:تدريب رياضي
٢-هدف المقرر:					
يهدف هذا المقرر إلى إكساب الطلاب الطرق التدريبية المختلفة في رياضة التخصص وتطبيق اشتراطات الامن والسلامة أثناء القيام بعملية التدريب في رياضة التخصص.					
٣-المستهدف من تدريس المقرر:					
أ-المعلومات والمفاهيم: ١/ يذكر اهم المصادر التي تساعده على تخطيط التدريب لرياضة التخصص. ٢/ يحدد أهداف مراحل التدريب في الموسم التدريبي. ٣/ يعدد الأسس العلمية التي يجب مراعاتها عند تصميم البرنامج التدريبي. ٤/ يوضح بعض تكنيكات اللعب أثناء المنافسات. ٥/ يذكر فوائد التخطيط للتدريب الرياضي.					
ب-المهارات الذهنية:					
١/ يستخلص العلاقة التي تربط كل رياضة في المنازلات بطرق التدريب الخاصة بها. ٢/ يميز بين بين الطرق المستخدمة في تدريب رياضة المنازلات. ٣/ يستخلص اهم الادوات والاجهزة المستخدمة في تدريب مهارات رياضة المنازلات أثناء التدريب. ٤/ يلخص مراحل تعلم المهارات الدفاعية والهجومية في رياضة المنازلات.					
ج-المهارات المهنية الخاصة بالمقرر:					
١/ ج/ يعطى نموذج لخطة التدريب السنوية لرياضة التخصص. ٢/ ج/ يكتشف الاخطاء الشائعة للمهارات الحركية لرياضة التخصص. ٣/ ج/ يعطى مقترح لوسائل تعليمية حديثة تستخدم في تدريب رياضة التخصص لتطوير وتحسين الاداء.					
د-المهارات العامة:					
١/ د/ يستخدم الشبكة الدولية في التعرف على ماهو جديد في طرق تدريب المنازلات. ٢/ د/ يتعاون مع الزملاء في أنجاز التكاليف المطلوبة منه. ٣/ د/ يستخدم المكتبة في الاطلاع على ما يخص الطرق التدريبية في رياضة المنازلات والعلوم المرتبطة.					



دروس عملية	محاضرة	عدد الساعات	الموضوع	٤- محتوى المقرر:
١٠	٦	١٦	<ul style="list-style-type: none"> ➤ التخطيط للتدريب الرياضى فى مجال التخصص. ▪ مفهوم التخطيط للتدريب الرياضى. ▪ أهمية التخطيط للتدريب الرياضى. ▪ فوائد التخطيط للتدريب الرياضى. ▪ انواع التخطيط للتدريب الرياضى. ▪ التقسيم الزمنى للموسم التدريبي. ▪ خطة التدريب السنوية. 	
١٧	٦	٢٣	<ul style="list-style-type: none"> ➤ أهداف مراحل التدريب فى الموسم التدريبي. ▪ البرنامج التدريبي. ▪ ماهية البرنامج التدريبي. ▪ أهمية البرنامج التدريبي. ▪ الأسس العلمية التى يجب مراعاتها عند تصميم البرنامج التدريبي. 	
٢٦	٨	٣٤	<ul style="list-style-type: none"> ▪ الوحدة التدريبية اليومية فى مجال التخصص. 	
٢٥	٦	٣١	<ul style="list-style-type: none"> ➤ دراسة بعض المهارات الحركية فى رياضة التخصص ➤ دراسة بعض التطبيقات العملية لأجزاء الوحدة التدريبية اليومية فى مجال التخصص. ➤ دراسة بعض تكتيكات اللعب أثناء المنافسات 	
٧٨	٢٦	١٠٤	مجموع الساعات	
				٥- أساليب التدريب الرياضي
<ul style="list-style-type: none"> - محاضرات نظرية. - الواجبات الحركية- مناقشات - تكاليفات- التعلم الذاتى - التعلم التعاونى. 				
				٦- أساليب التدريب الرياضي للطلاب ذوى القدرات المحدودة
<ul style="list-style-type: none"> - محاضرات نظرية إضافية. - لقاءات فى الساعات المكتبية مع عضو هيئة التدريس. - دروس عملية اضافية بمساعدة معاونى أعضاء هيئة التدريس. 				
				٧- تقويم الطالب:



رسالة الكلية Mission
تلتزم الكلية بتخريج طالب متميز ينافس في سوق العمل محليا وإقليميا ، بما تقدمه من برامج تعليمية متطورة ويبحث علمي متميز وخدمة مجتمعية فاعلة وذلك في ضوء معايير جودة التعليم والاعتماد .
Site : fopem.zu.edu.eg/ -wehdtgaoda.htm



رؤية الكلية Vision
تعاون الريادة بين كليات التربية الرياضية محليا وإقليميا ، بما تقدمه من مستوى متميز في التعليم والبحث العلمي والتنمية المجتمعية
E-mail : qmu.phem_zu@yahoo.com Tel. & Fax 055-2323028



أ- الأساليب المستخدمة	ب- التوقيت	ج - توزيع الدرجات
السنة الاولى	الاسبوع (٣ - ٥ - ٩)	١٥
	الاسبوع (٤ - ٨ - ١٢)	٢٠
	الاسبوع (٥ - ١٠ - ١٣)	٢٥
الامتحان التطبيقي النهائي	في نهاية الفصل الدراسي الاول	٤٥
الامتحان التحريري النهائي	في نهاية الفصل الدراسي الاول	٤٥
مجموع الدرجات		
١٥٠		
٨- قائمة الكتب الدراسية والمراجع:		
أ-مذكرات	١- قسم نظريات وتطبيقات المنازلات والرياضات الفردية: طرق تدريس المنازلات والرياضات الفردية، لطلاب الفرقة الرابعة، جامعة الزقازيق، كلية التربية الرياضية للبنين، ٢٠١٠ م. ٢- وتم رفعه على منصة مايكروسوفت تيمز الخاصة بالكلية .	
ب- كتب ملزمة	لا يوجد	
ج- كتب مقترحة	٣- يحيى السيد الحاوى : الملائمة (اسس نظرية - وتطبيقات عملية)، مكتبة الزهراء، كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق، ١٩٩٧ م. ٤- محيى الدين دسوقي وآخرون : المباراة آراء تعليمية وتطبيقية (الجزء الاول)، المركز العربى للنشر، كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق، ٢٠٠١ م. ٥- محمد سعيد أبو النور : المنهاج فى رياضة الكاراتيه (الجزء الأول)، كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق، ٢٠١٠ م.	
د- دوريات علمية أو منشورات ... إلخ	- http://www.karate.net - www.internationalfencing.com - www.sonomafencing.com - http://www.sportislife.com/self.htm - http://www.iraqcad.org/lib/amro.html	

أستاذ المادة: محمد سعيد ابو النور

التوقيع:

رئيس مجلس القسم العلمى: أ.د/ وائل جلال الاسيوطى

التوقيع:

تاريخ مجلس القسم: ٦ / ٩ / ٢٠٢٣ م