

نموذج وصف المقرر

وصف المقرر

يوفر وصف المقرر هذا إيجازاً لأهم خصائص المقرر ومخرجات التعلم المتوقعة من الطالب تحقيقها مبرهنًا عما إذا كان قد حقق الاستفادة القصوى من فرص التعلم المتاحة ولابد من الربط بينها وبين وصف البرنامج .	
١ - المؤسسة التعليمية	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد
٢ - القسم العلمي/المركز	فرع العلوم النظرية
٣ - اسم/رمز المقرر	علم التدريب الرياضي / مرحلة رابعة
٤ - أشكال الحضور المتاحة	ساعتان في الاسبوع وفق جدول منتظم
٥ - الفصل / السنة	النظام السنوي
٦ - عدد الساعات الدراسية (الكلي)	30 ساعة
٧ - تاريخ إعداد هذا الوصف	2017-1-18
٨ - أهداف المقرر	
	1- تعليم وتدريب اسس ومبادئ وقواعد التدريب الرياضي .
	2- الاهتمام بالرياضة الارقام القياسية والعوامل المؤثرة في نجاحها.
	3 - تدريب الاتجاهات والاساليب وطرائق التدريب الحديثة .
	4 - السعي لصناعة البطل الرياضي وفقا للتطور التكنولوجي في مجال التدريب الحديث.

10 - مخرجات المقرر وطرائق التعليم والتعلم والتقييم
أ - الأهداف المعرفية
1- المعرفة والفهم
2- الادراك والوضوح
3- التصور والاداء الصحيح
4- التقييم والتقويم والتغذية الراجعة.
5- الاداء المهاري العالي (الانجاز الماهر)
ب - الأهداف المهاراتية الخاصة بالمقرر
ب 1 - تعليم الاسس النظرية للمادة العلمية
ب 2 - تطبيق الاسس النظرية عمليا.
ب 3 - اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي للمادة العلمية .
طرائق التعليم
1- مهارات التفكير وحل المشكلات.
2- الاستكشاف والتقصي.
3- الادراك والتصور
4- التحليل والمناقشة
طرائق التقييم
1-الامتحانات اليومية والشهرية النظرية والعملية.

2-التقارير والواجبات واعداد البوسترات . 3-المشاركات اليومية والمناقشة والبحث والتقصي عن مستجدات المادة العلمية على شبكة المعلومات الدولية .
ج- الأهداف الوجدانية والقيمية
ج1-كيف نميز مشاعر الطالبات او اللاعبات ونصفها رغم تشابهها ؟ ج2-اكتساب الذكاء الوجداني والحياة المتزنة ج3-كيف تقوي المشاعر الايجابية ؟ ج4-كيف نتخلص ونخرج من المشاعر السلبية والتمتع بالصحة النفسية ؟
طرائق التعليم والتعلم
تم اعتماد الطرائق التعليمية المختلفة في ايصال المادة العلمية منها المناقشة والاستكشاف والعرض والتحليل والشرح والاستجواب . والتجزء والطريقة الكلية والتعلم وفق الانماط المزاجية واماط التعلم الادراكية.
طرائق التقييم
1-الامتحانات اليومية والشهرية النظرية والعملية. 2-التقارير والواجبات واعداد البوسترات . 3-المشاركات اليومية والمناقشة والبحث والتقصي عن مستجدات المادة العلمية على شبكة المعلومات الدولية .
د- المهارات العامة والتأهيلية المنقولة (المهارات الأخرى المتعلقة بقابلية التوظيف والتطور الشخصي)
د1- استثمار التكنولوجيا الحديثة في عرض المادة العلمية (السبورة الذكية) د2- استثمار الامكانيات العملية (الانماذج الرياضية) في عرض المهارات والحركات. د3- استثمار ماتوصلت له الدراسات والبحوث من نتائج وتوصيات في مجال التدريب

11- بنية المقرر					
الأسبوع	الساعات	مخرجات التعلم المطلوبة	اسم الوحدة/أو الموضوع	طريقة التعلم	طريقة التقييم
1	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	رياضة المستويات العليا اهدافها واحتمالات الوصول اليها	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
2	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	اختيار الرياضيين لرياضة المستويات العليا	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
3	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	الانتقاء الرياضي	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية

4	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	متطلبات التدريب الرياضي	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
5	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	الانسجام الرياضي	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
6	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	الحالة التدريبية والفورمة الرياضية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
7	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	مراحل اكتساب الفورمة الرياضية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
8	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	امتحان اول الفصل الاول	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
9	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	القوة العضلية ، مفهومها والعوامل المؤثرة عليها ، واهميتها	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
10	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	انواع القوة واشكالها ، التضخم والضمور	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
11	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	تدريبات القوة وتمارينها والفرق بين الرجل والمرأة في مستوى القوة	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
12	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس	السرعة ، مفهومها والعوامل المؤثرة عليها واهميتها	المناقشة والشرح والعرض	الامتحانات والمشاركات اليومية

	اكاديمي		والتحليل والاستجواب .	
13	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	انواع السرعة وتشكيل الحمل التدريبي لها	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .
14	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	حاجز السرعة الاسباب وطرق العلاج	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .
15	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	ارتباط السرعة بالقدرات البدنية الاخرى	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .
16	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	امتحان ثاني الفصل الاول	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .
17	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	التحمل ، مفهومه واهميته والعوامل المؤثرة عليه	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .
18	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	انواع التحمل	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .
19	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	تقسيمات التحمل	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .
20	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	الطرق التدريبية لتنمية التحمل	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .
21	2	اعداد مدرب	خطوات وضع منهاج	المناقشة

المشاركات اليومية	والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	تدريبي بطريقة التدريب الفكري	ميداني ومدرس اكاديمي		
الامتحانات والمشاركات اليومية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	المرونة ، مفهومها ،انواعها واهميتها	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	2	22
الامتحانات والمشاركات اليومية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	طرق تنمية المرونة	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	2	23
الامتحانات والمشاركات اليومية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	امتحان اول الفصل الثاني	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	2	24
الامتحانات والمشاركات اليومية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الرشاقة ، مفهومها واهميتها والعوامل المؤثرة عليها	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	2	25
الامتحانات والمشاركات اليومية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	أساليب تطوير الرشاقة وتشكيل الحمل التدريبي لها	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	2	26
الامتحانات والمشاركات اليومية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	تخطيط التدريب الرياضي ، المفهوم والخصائص	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	2	27
الامتحانات والمشاركات اليومية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	فوائد التخطيط واسس ومبادئ التخطيط	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	2	28
الامتحانات والمشاركات اليومية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل	مستويات التخطيط	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	2	29

30	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	تخطيط الوحدة التدريبية اليومية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
31	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	انواع واشكال الوحدات التدريبية	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
32	2	اعداد مدرب ميداني ومدرس اكاديمي	امتحان ثاني الفصل الثاني	المناقشة والشرح والعرض والتحليل والاستجواب .	الامتحانات والمشاركات اليومية
12- البنية التحتية					
١ - الكتب المقررة المطلوبة			علم التدريب الرياضي لطلبة المرحلة الثانية 2009 فاطمة عبد مالح وآخرون. التدريب الرياضي 1980 للمؤلف محمد حسن علاوي		
٢ - المراجع الرئيسية (المصادر)			التدريب الرياضي الحديث 2003 مفتي ابراهيم حماد		
أ - الكتب والمراجع التي يوصى بها (المجلات العلمية ،التقارير،.....)			اسس التدريب الرياضي 2001 امر الله البساطي		
ب -المراجع الالكترونية،مواقع الانترنت....			1- موقع المدرب العربي. 2- الاكاديمية العراقية .		
13- خطة تطوير المقرر الدراسي					
البحث عن كل ما هو جديد ومتطور ووفقا لتوفير طاقة اللاعب في الانجاز الماهر وعدم صرف الطاقة في التدريب والاحماء واعتماد الانتقاء الصحيح واستثمار الهندسة الوراثية في التدريب والانتقاء الرياضية ، فضلا عن العمل على كيفية اكتساب الصحة النفسية خلال التدريب والمنافسة.					