



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد الصديق بن يحيى - جيجل
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



بطاقة المعلومات عن الدعائم البيداغوجية في مقياس بيداغوجية تطبيقية 1

المستوى المستهدف : طلبة السنة الاولى ماستر
الميدان : علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الشعبة : تدريب رياضي
التخصص : تحضير بدني رياضي

نوع الدرس : أعمال تطبيقية

المقياس: سنوي

المعامل : 02 الرصيد : 04

المدة الزمنية : 04 ساعات أعمال تطبيقية في الأسبوع

التوقيت : يوم الاثنين من الساعة 12:30 إلى 14:30 حصة الأعمال تطبيقية
التوقيت : يوم الثلاثاء من الساعة 12:30 إلى 14:30 حصة الأعمال تطبيقية

المكان : الملعب

* الأستاذ المسؤول عن المقياس : الدكتور ايت وازو محند وعمر
أستاذ محاضر قسم - ا -

* البريد الالكتروني للتواصل : Mohandouamer.aitouazzou@univ-jijel.dz

رابط الدروس على ارضية التعليم عن بعد (moodle)

<http://elearning.univ-jijel.dz/course/view.php?id=7816>

السنة الجامعية 2024/2023

أهداف التعليم:

- القواعد الأساسية والمعارف النظرية والتطبيقية المرتبطة بالتخصص.
- الرفع من المستوى البيداغوجي والتقني والخططي للطالب في التخصص.

المعارف المسبقة المطلوبة

- معرفة القواعد الأساسية للتخصص من خلال التوجيهات والمفاهيم ذات الصلة.
- الاطلاع على أهم النظريات المتخلفة في التدريب ووظائف أعضاء الجسم.

محتوى المادة:

1. مفهوم التدريب الرياضي.
2. إرشادات لتوفير عوامل الأمن والسلامة في حصص التدريب الرياضي.
3. صفات المدرب الرياضي الناجح/ الأخطاء الشائعة في التدريب الرياضي.
4. الوسائل واستخدامها في التدريب الرياضي.
5. الأخطار الناجمة عن طبيعة الأنشطة الممارسة في حصص التدريب الرياضي.
6. أنواع التقويم: كيفية تقويم وتقييم (تقدير النتائج) في التدريب الرياضي.
7. البرمجة والتخطيط في التدريب الرياضي.
8. الشروط الأساسية لإنجاز حصة في التدريب الرياضي.
9. الوحدة التدريبية - معايير الإنجاز - ظروف الإنجاز - شروط النجاح .
10. الحمولة والشدة والاسترجاع في التدريب الرياضي.

طريقة التقييم: مستمر + كتابي.