



بطاقة المعلومات عن الدعائم البيداغوجية في مقياس تخصص رياضة فردية ألعاب القوى

المستوى المستهدف: طلبة السنة الثالثة ليسانس.

الميدان: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

الشعبة: تدريب رياضي.

التخصص: تدريب رياضي تنافسي.

نوع الدرس: محاضرة + أعمال تطبيقية.

وحدة المقياس: وحدة التعليم أساسية.

المعامل: (04).

الرصيد: (06).

المقياس: سنوي.

المدة الزمنية: ساعة ونصف محاضرة + أربع ساعات من الأعمال التطبيقية أسبوعياً.

التوقيت:

يوم الأحد من الساعة 15:00 إلى 17:00 أعمال تطبيقية، الفوج الأول، المكان: الملعب.

يوم الإثنين من الساعة 10:00 إلى 12:00 أعمال تطبيقية، الفوج الأول، المكان: الملعب.

يوم الإثنين من الساعة 15:30 إلى 17:00 محاضرة، المكان: القاعة 209.

الأستاذ المسؤول عن المقياس: بن علي الهادي.

الرتبة العلمية: أستاذ مساعد قسم "أ" في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية.

الاتصال عبر البريد الإلكتروني: ebenalia4@gmail.com

البريد الإلكتروني المهني للأستاذ: elhadi.benalia@univ-jijel.dz

رابط الدروس على أرضية التعليم عن بعد (moodle):

أهداف التعلم:

- معرفة القواعد الأساسية والمعارف النظرية والتطبيقية المرتبطة برياضة ألعاب القوى.
- الرفع من المستوى البدني والتقني والخططي للطلاب في رياضة ألعاب القوى.
- تنظيم التعليم لتسهيل تعلم الحركات الأساسية المشكلة للتخصصات المختلفة.

المعارف المسبقة المطلوبة:

- معرفة القواعد الأساسية للتخصص من خلال التوجيهات والمفاهيم ذات الصلة.
- الاطلاع على أهم النظريات المختلفة في التدريب ووظائف أعضاء الجسم.
- انجاز حصص تطبيقية ميدانية يمارس فيها الطالب بعض التخصصات الموجودة في رياضة ألعاب القوى.

محتوى المادة:

- المحور الأول: تاريخ وفلسفة رياضة ألعاب القوى.
- المحور الثاني: القوانين والتحكيم.
- المحور الثالث: أشكال التحضير والإعداد الرياضي:
- (البدني الفيزيولوجي، الوظيفي، النفسي، العقلي، التقني والمهاري، الخططي الاستراتيجي).
- المحور الرابع: أساليب الإكتشاف والتوجيه والإنتقاء الرياضي.
- المحور الخامس: تقييم وتقويم الصفات البدنية.
- المحور السادس: التخطيط والبرمجة.
- المحور السابع: مبادئ وقواعد اللعبة.

طريقة التقييم:

- امتحان كتابي في نهاية السداسي.
- مراقبة فجائية.
- عرض بحوث.
- انجازات فردية.
- المتابعة الدائمة والامتحانات.

المراجع:

1. أبو العلا عبد الفتاح، أحمد سليمان الروبي (1986): "انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي"، عالم الكتب، القاهرة.
2. أحمد الشافعي، أحمد فكري سليمان (1979): "مجلة البحوث والدراسات"، جامعة حلوان، مصر.
3. أحمد عواد (1998): "قراءات في علم النفس التربوي وصعوبات التعلم"، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع.
4. أحمد نصر الدين سيد (2003): "فيسيولوجيا الرياضة"، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي.
5. أحمد نصر الدين سيد (2014): "مبادئ فيسيولوجيا الرياضة"، ط2، القاهرة، مركز الكتاب الحديث للنشر.
6. أمر الله أحمد الباسطي (1998): "أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته"، منشأة النشر المعارف، الإسكندرية.
7. إميل بديع يعقوب (1999): "موسوعة كنوز المعرفة الرياضية"، ط2، دار قصير عبوة.
8. بسطويس أحمد (1997): "سباقات الميدان ومسابقات المضمار"، دار الفكر العربي، ط1، مصر.

9. جودت عزة عبد الهادي (1999): "مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي"، ط1، دار الثقافة، الأردن.
10. حامد عبد السلام زهران (1979): "الصحة النفسية والعلاج النفسي"، ط2، القاهرة، علم الكتب.
11. حنا نهى، وفرحات رشيد (1999): "موسوعة كنوز المعرفة"، ط2، دار نظير عبود، لبنان.
12. درويش زكي وآخرون (1995): "ألعاب الحواجز"، دار المعرفة، مصر.
13. ريسان خريبط مجيد، عبد الرحمن مصطفى الأنصاري (2002): "ألعاب القوى"، الدار العلمية الدولية والثقافة، القاهرة.
14. ريسان خريبط مجيد (1998): "النظريات العامة في التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة"، ط1، دار الشروق، القاهرة.
15. سبع محمد أبو لبدة (2008): "مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي"، ط1، دار الفكر العربي.
16. سعد الدين الشرنوبى، وعبد المومن هريدي (1998): "مسابقات الميدان والمضمار"، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.
17. سعد فتح الله محمد العالم (2015): "الجينات وانتقاء الناشئين"، ط1، الإسكندرية، عالم الرياضة للنشر.
18. السيد عبد المقصود (1992): "نظريات التدريب الرياضي فيزيولوجيا التحمل"، مطبعة الشباب الحر، مصر.
19. صلاح أحمد (2015): "ألعاب لقوى"، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
20. طلحة حسام علي، عدله عيسى مطر (1999): "مقدمة في الإدارة الرياضية"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
21. عبد الحميد مرسي (1976): "الإرشاد النفسي التربوي والمهني"، مكتبة القاهرة.
22. عبد الرحمان عبد الحميد زاهر (2009): "ميكانيكية تدريب وتدريب ألعاب القوى"، الإصدار1، مركز الكتاب للنشر، مصر.
23. عبد الرحمن عيسوي (1992): "سيكولوجية النمو"، دار النهضة العربية، بيروت.
24. عبد الرحمن عيسوي (1995): "التوجيه والإرشاد الإسلامي والعلمي"، بيروت، دار النهضة العربية.
25. عبد الوهاب النجار (1988): "التقويم والقياس في المجال الرياضي"، مطابع دار الهلال للأوفست.
26. عزت الكاشف (1987): "أسس الانتقاء الرياضي"، ط1، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
27. عصام عبد الخالق (1992): "التدريب الرياضي"، نظريات وتطبيقات، ط6، الإسكندرية، دار المعارف.
28. على البيك، عماد الدين عباس أبو زيد (2003): "المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية"، منشأة دار المعارف، الإسكندرية.
29. علي سلمي (1978): "التخطيط والمتابعة"، المعهد القومي للتخطيط، القاهرة.
30. عويس الجبالي، تامر الجبالي (2003): "منظومة التدريب الحديث"، كلية التربية الرياضية، بنين، الهرم.
31. فراج عبد الحميد توفيق (2003): "موسوعة ألعاب القوى 2"، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، بيروت.
32. فراج عبد الحميد توفيق (2004): "النواحي الفنية لمسابقات الرمي والدفع"، دار الوفاء للطباعة والنشر.
33. قاسم حسن حسين (1998): "أسس التدريب الرياضي"، ط1، دار الفكر للطباعة للنشر والتوزيع.

34. قاسم حسن حسين (1998): "الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والعلوم الرياضية"، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، بغداد.
35. قصي محمود القيس (1989): "محاضرات في ألعاب القوى"، ديوان المطبوعات الجامعية.
36. كارل هايلا اوسفلد (1989): "أسس ألعاب القوى"، دار النشر سبوزت فرلاك، برلين.
37. كامل راتب أسامة وآخرون (2000): "موسوعة الثقافة الأولمبية"، مركز الكتاب للنشر، مصر.
38. كمال جميل الرضي (2003): "الوثب العالي"، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
39. كمال جميل الرضي (2004): "التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرون"، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.
40. كمال جميل الرضي (2005): "الجديد في ألعاب القوى"، ط3، دار وائل للنشر، عمان.
41. كمال عبد الحميد إسماعيل، محمد نصر الدين رضوان (1994): "مقدمة التقويم في التربية الرياضية"، دار الفكر العربي، القاهرة.
42. محمد الزراد (1998): "مسابقات المضمار والميدان"، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفني، مصر.
43. محمد العربي شمعون، ماجدة محمد إسماعيل (2001): "اللاعب والتدريب العقلي"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
44. محمد حسن علاوي (1982): "سيكولوجية التدريب والمنافسات"، ط7، دار الفكر والمعارف، مصر.
45. محمد حسن علاوي (1999): "علم التدريب الرياضي"، ط13 دار المعارف، القاهرة.
46. محمد صبحي حسانين (1987): "الاختبارات النفسية والمهارية"، دار الفكر العربي، القاهرة.
47. محمد صبحي حسانين (1999): "أطلس تصنيف وتوصيف أنماط الأجسام"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
48. محمد صبحي حسانين، أحمد كسرى (1998): "موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي"، ط1، القاهرة.
49. محمد لطفي طه (2002): "الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين"، القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية.
50. محمد محمود موسى (1985): "التخطيط التعليمي أسسه وأساليبه ومشكلاته"، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
51. مفتي إبراهيم حماد (1998): "التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة"، دار الفكر العربي، القاهرة.
52. مفتي إبراهيم حماد (1999): "التطبيقات الإدارية الرياضية"، ط1، مركز الكتب للنشر، القاهرة.
53. مفتي إبراهيم حماد (2001): "التدريب الرياضي الحديث"، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي.
54. ممدوح الكردي (1989): "حكاية فنون وألعاب"، المكتبة العصرية للطباعة والنشر، بيروت.
55. نزار الزين (1989): "الموسوعة الرياضية"، ط1، بيروت، دار الفكر العربي.
56. هاشم منذر الخطيب (1988): "تاريخ التربية البدنية"، دون دار طبع، مصر.
57. وسام صلاح، سامر يوسف (2014): "التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية"، ط1، دار الكتب العلمية، بيروت.
58. يحي السيد إسماعيل الحاوي (2002): "المدرّب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في مجال التدريب"، ط1، المركز العربي للنشر.

59. الين وديع فرج (1999): "اللياقة الطريق للحياة الصّحيّة"، منشأة المعارف، الإسكندرية.
60. يوسف ميخائيل سعد (1971): "تربية الموهوب والمتخلف"، مكتبة الانجلو المصرية.
61. Djilali Seddiki, PHYSIOLOGIE APPLIQUEE A L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE, édition Fennec, Algérie, 1994.
62. F, A, et T, C, athlétisme 3, Les courses, Paris, Revue EPS, 2007.
63. F. Aubert, T. Blacon et S. levicq, ATHLETISME 2, Les sauts, édition, Revue EPS, paris, 2005.
64. Fédération Algérienne d'athlétisme: 30 ans d'athlétisme: 30 an 1993.
65. G. Goriot, les fondamentaux de l'Athlétisme, Edition Vigot, Paris, 1984.
66. Guide sportif de l'I.A.A.F, manuel officiel 2000-2001, Monaco, 2000.
67. IAAF-SFC-E. la base de la théorie de l'entraînement, 2000.
68. Jean Paul bourdon et char Gozzoli, les carnets de l'entraîneur- Athlétisme 12-15 ans, éditons savoir gagner 2006.
69. R.Bobin, Athlétisme pour tous, édition Emphora, paris, 1979.
70. (L. P.) Matveiev: Aspects fondamentaux de L'ENTRAÎNEMENT, Edition Vigot, Paris, 1983.
71. Gajer Bruno: Reine B: Le 800 mètre analyse descriptive et entraînement, FFA, Insep, Paris, 2000.
72. GP BLANK: Diététique du sportif que manger pour être en forme, 1997.
73. AN de Wolf: l'appareil locomoteur examen et diagnostic cliniques, doi éditeurs, 1997.
74. Jean-Jacques Temprado, Gilles Montagne, Les coordinations perceptivo- motrices: introduction aux approches écologique et dynamique du couplage perception-action, 2001.

قائمة الأطروحة والرسائل:

75. بن شرين عبد الحميد (2010): "محاولة تحديد معايير ومحددات التوجيه الرياضي القاعدي لمختلف الأنشطة البدنية والرياضية حسب آراء المختصين فيها (10-12 سنة)", أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3.
76. سعاد أحمد سعيد بسيوني (2002): "بناء بطارية اختبارات للاستعداد الحركي للانتقاء المبتدئات في الجمباز الفني"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، الإسكندرية.
77. شلغوم عبد الرحمان (2011): "التدريب الرياضي في ألعاب القوى عند الناشئين بين الأسس النظرية والواقع العملي التطبيقي"، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3.
78. شنافي ميلود (2018): "أثر أديولوجية المدرب على بناء العلاقة التدريبية ودورها في ظاهرة انطفاء المواهب الشابة للسباقات المتوسطة صنف (12-17) سنة في الجزائر"، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3.
79. بن علي الهادي (2015): "التحضير البدني ومدى تأثيره على انتقاء الناشئين في السباقات النصف الطويلة"، مذكرة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3.