

مقرر تدريب الاطفال والشباب مسك (٣٣٥)

بيانات عامة:

أستاذ المقرر	د. أمل يوسف
البريد الإلكتروني	amyoussef@ksu.edu.sa
المستوى	بكالوريوس
الساعات المكتبية	الاثنين من ١١-١٢ ، الاحد ١١ - ١٢
رقم المكتب	مبنى (٣٠) الدور الارضي

الساعات المعتمدة	ساعتان
تعريف ووصف المقرر	هذا المقرر يبحث أسس تدريب الأطفال والشباب ويسعى إلى إدراك تأثيرات التدريب على الأطفال والشباب وسبل تطوير قدراتهم المختلفة وعلاقتها بمراحل النمو المختلفة مع فهم الجوانب النفسي والاجتماعية المرتبطة بالمشاركة الأطفال في الرياضة ، وتدريب الطالب على قياس عناصر اللياقة البدنية للأطفال والشباب ، كما يهدف إلى فهم مخاطر الناتجة عن تدريب الأطفال والشباب وسبل الأمان المطلوبة ، و تدريب الطالب على إعداد برامج التدريب للأطفال والشباب.

متطلبات المقرر وتوزيع الدرجات:

م	المتطلب	الدرجة	الموعد
١	المشاركة و التفاعل	١٠ درجة	طوال الفصل الدراسي
٢	تقديم Power Point لأحد مفردات المقرر	١٠ درجة	نهاية الفصل الدراسي
٣	اختبار فصلي أول	٢٠ درجة	الأسبوع السابع
٤	اختبار فصلي ثاني	٢٠ درجة	الأسبوع الثاني عشر
٥	اختبار نهائي	٤٠ درجة	

توزيع مفردات المقرر:

الأسبوع	مفردات المقرر
الأول	تعارف
الثاني	شرح أهداف المقرر ، طرق التقويم ، نبذة عن المقرر .
الثالث	أسس تدريب الاطفال والشباب .
الرابع	المبادئ الأساسية لتدريب الاطفال والشباب .
الخامس	مراحل النمو واثارها على تدريبات الاطفال والشباب .
السادس	عناصر اللياقة البدنية للأطفال والشباب .
السابع	اختبار فصلي
الثامن	المهارات الحركية والرياضية الأطفال والشباب .
التاسع	تخطيط وإعداد برامج تدريب الأطفال والشباب .
العاشر	عوامل الامن والسلامة عند تخطيط برامج تدريب الأطفال والشباب .
الحادي عشر	الجوانب النفسية والاجتماعية لمشاركة الأطفال في الرياضة .
الثاني عشر	
الثالث عشر	تطبيقات عملية على أنشطة المحاضرات .
الرابع عشر	مراجعة .

مع تمنياتي لكم بالتوفيق والتقدم
د/ أمل يوسف