

## مقرر تدريب ميداني

الفرقة الثالثة – طالبات  
الفصل الدراسي الثاني ٢٠٢٠م

### مقدمة

- تعريف التدريب الميداني .
- أهمية التدريب الميداني .

### المدرّب الرياضي

- من هو المدرّب الرياضي ومهاررات التدريب .
- خصائص ومميزات المدرّب الرياضي الناجح .
- السمات الشخصية للمدرّب الرياضي الناجح .
- أدوار المدرّب الرياضي وأشكال المدرّبين .

### التعليم والتدريب

- تطبيقات أساليب وطرق التعليم .
- تطبيقات أساليب وطرق التدريب .



## تكنولوجيا التدريب

- الوسائل المعينة ( ماهيتها & كيفية تقنينها ) .

## الانتقاء

- الإنتقاء فى رياضة الكاراتيه .
- إنتقاء لاعب الكاراتيه .

## إعداد لاعب الكاراتيه

- إعداد لاعب الكاراتيه بدنياً .
- إعداد لاعب الكاراتيه مهارياً .
- إعداد لاعب الكاراتيه خططياً .
- إعداد لاعب الكاراتيه نفسياً .



## تخطيط

- التخطيط والأعمال التدريبيه .
- فترات الموسم الرياضي .
- خطوات وضع الخطة التدريبيه .
- أنواع الوحدات التدريبيه .

## اللاعب

- إستمارة قيد لاعب .
- مبادئ لاعب الكاراتيه .