

جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة : الكوفة
الكلية : التربية الرياضية
القسم : فرع العلوم النظرية
المرحلة : الثانية
اسم المحاضر الثلاثي : عباس مهدي صالح
اللقب العلمي : أ.م.د.
المؤهل العلمي : دكتوراه تربية رياضية
مكان العمل : جامعة الكوفة

جدول الدروس الاسبوعي

عباس مهدي صالح					الاسم
abbasm.algariri@uokufa.edu.iq					البريد الالكتروني
التدريب الرياضي					اسم المادة
٣٢ وحدة تدريسية					مقرر الفصل
تعلم الطلاب كيفية العمل بالتدريب الرياضي من الناحية العملية (البدنية والمهارية)					اهداف المادة
التخطيط للتدريب و مراحلہ					التفاصيل الاساسية للمادة
قاسم حسن مهدي المندلاوي و محمود عبدالله الشاطيء (التدريب الرياضي والأرقام القياسية)					الكتب المنهجية
جبار علي جبار (لتدريب الرياضي)					المصادر الخارجية
الامتحان النهائي	المشروع	الامتحانات اليومية	المختبر	الفصل الدراسي	تقديرات الفصل
%٥٠	-	%٥	%٢٠	%٢٥	
					معلومات اضافية

جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جهاز الاشراف والتقويم العلمي



الجامعة : الكوفة
الكلية : التربية الرياضية
القسم : فرع العلوم النظرية
المرحلة : الثانية
اسم المحاضر الثلاثي : عباس مهدي صالح
اللقب العلمي : أ.م.د.
المؤهل العلمي : دكتوراه تربية رياضية
مكان العمل : جامعة الكوفة

جدول الدروس الاسبوعي

الاسبوع	التاريخ	المادة النظرية	المادة العملية	الملاحظات
١	٢٠١٤/٩/٢٥	مفردات التدريب الرياضي ومحتواه		
٢	٢٠١٤/١٠/٢	وظائف التدريب الرياضي ومميزاته		
٣	٢٠١٤/١٠/٩	مراحل التدريب (الأساسية ، الخاصة ، القمة)		
٤	٢٠١٤/١٠/١٦	تخطيط الدوائر التدريبية (البعيدة ، السنوية)		
٥	٢٠١٤/١٠/٢٣	امتحان الشهر الاول		
٦	٢٠١٤/١٠/٣٠	مراحل الخطة (الدائرة) التدريب السنوية (مرحلة الإعداد العام والخاص)		
٧	٢٠١٤/١١/٦	المرحلة الرئيسية (قبل المنافسات ، المنافسات ، الانتقال)		
٨	٢٠١٤/١١/١٣	حمل التدريب الرياضي		
٩	٢٠١٤/١١/٢٠	حمل التدريب الرياضي (الشدة ، الراحة)		
١٠	٢٠١٤/١١/٢٧	امتحان شهري		
١١	٢٠١٤/١٢/٤	القدرات البدنية (الرشاقة والمرونة)		
١٢	٢٠١٤/١٢/١١	القدرات البدنية (السرعة ، القوة)		
١٣	٢٠١٤/١٢/١٨	التحميل (أنواعه ، أهميته ، مميزاته)		
١٤	٢٠١٤/١٢/٢٥	امتحان شهري		
١٥	٢٠١٥/١/٢	إعادة للمادة		
١٦	٢٠١٥/١/٨	إعادة للمادة		
عطلة نصف السنة				
١٧	٢٠١٥/٢/١٩	قواعد وأسس التدريب (قاعدة الإعداد البدني العم الخاص)		
١٨	٢٠١٥/٢/٢٦	قواعد وأسس التدريب (قاعدة الانتظام والاستمرارية والمقايسة)		
١٩	٢٠١٥/٣/٥	قواعد وأسس التدريب (قاعدة المعرفة والوضوح والتدرج) (قاعدة التنوع والتغير)		
٢٠	٢٠١٥/٣/١٢	قواعد وأسس التدريب (التكرار والاعادة) (قاعدة التدريب المستقل والجماعي)		
٢١	٢٠١٥/٣/١٩	امتحان شهري		
٢٢	٢٠١٥/٣/٢٦	رياضة الارقام القياسية (شخصية الرياضي المتفوق)		
٢٣	٢٠١٥/٤/٢	العلاقة بين المدرب والرياضي		
٢٤	٢٠١٥/٤/٩	التدريب الغير مرني		

		الحالات النفسية الحادة	٢٠١٥/٤/١٦	٢٥
		امتحان شهري	٢٠١٥/٤/٢٣	٢٦
		التدريب الذاتي	٢٠١٥/٤/٣٠	٢٧
		الاختبار في التدريب	٢٠١٥/٥/٧	٢٨
		المسابقات والمباريات التجريبية	٢٠١٥/٥/١٤	٢٩
		أعادة المواد جميعها	٢٠١٥/٥/٢١	٣٠
		أعادة المواد جميعها	٢٠١٥/٥/٢٨	٣١
		الامتحان النهائي	٢٠١٥/٦/٨	٣٢

توقيع العميد :

توقيع الاستاذ :