

نموذج وصف مختصر لمقرر

اسم المقرر: التدريب الرياضي (متقدم)		
رمز المقرر	361 بدن	
الكلية	التربية	
القسم / البرنامج	علوم الرياضة البدنية / بكالوريوس علوم الرياضة والنشاط البدني	
السنة / المستوى	مقرر اختياري في السنة الثالثة/ المستوى الخامس، أو السنة الثالثة / المستوى السادس، أو في السنة الرابعة/ المستوى السابع.	
عدد الوحدات المعتمدة	(2) ساعتان	
ساعات الاتصال	نظري: 2	عملي/تمارين: لا يوجد
لغة المقرر	العربية	
المتطلب السابق	بدن 260 (علم التدريب الرياضي)	
المقرر المتزامن	لا يوجد	
نوع المقرر (اختر كل ما ينطبق)	مقرر اختياري	
وصف مختصر للمقرر	يقدم للطالبة المبادئ الاساسية وقواعد التخطيط للتدريب الرياضي وبناء نماذج لخطط تدريبية متنوعة وفقا للمراحل السنية والالعاب الرياضية المختلفة، والقدرة على تقنين الأعمال التدريبية للمبتدئين والمستويات العليا للوصول للفورمة الرياضية، والامام بالخصائص الفسيولوجية والبدنية والمهارية والاجتماعية التي تميز ذوي المستويات العليا عن المبتدئين.	