



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

و بالتنسيق مع فرقة بحث PRFU

رقم: J00L02UN270120230001

آليات تطبيق المستجدات الحديثة في مجال التدريب الرياضي الحديث

وذلك يوم:

الثلاثاء: 2024/04/23 ابتداء من الساعة التاسعة

صباحا

الرئيس الشرفي: أ.د/ميم مختار * مدير المعهد *

رئيس اليوم الدراسي: د/ بلقاضي عادل.

– أعضاء اللجنة العلمية:

أ.د/ صبان محمد

أ.د/ بن برنو عثمان

أ.د/ غوال عدة

أ.د/ بو مسجد عبد القادر

د/سنوسي عبد الكريم

– رئيس اللجنة التنظيمية : شاشو سداوي

أعضاء اللجنة التنظيمية:

د/ عامر عامر

د/ ببوشة وهيب

أ.د/ حرياش ابراهيم

– الطلبة المساعدون:

– حمادوش عبد المجيد

– الأساتذة المحاضرون:

– د/شاشو سداوي

– أ.د. حجار محمد.

– د/سنوسي عبد الكريم

– د. بلقاضي عادل

– أ. د غوال عدة

– طالب الدكتوراه: بوعزة عبد اللطيف

مقدمة:

يشهد المجال الرياضي تطوراً مستمراً على جميع الأصعدة، بدءاً من التقنيات المستخدمة في التدريب، مروراً بالعلوم الرياضية، ووصولاً إلى أساليب التحليل والتقييم.

يهدف هذا اليوم الدراسي إلى تسليط الضوء على أحدث المستجدات في المجال الرياضي، وربطها بالتطبيق العملي من خلال عرض أمثلة حية من مختلف الرياضات

أهداف اليوم الدراسي:

إطلاع المشاركين على آخر المستجدات في مجال التدريب الرياضي :

مترکز محاور اليوم الدراسي على مختلف جوانب التدريب الرياضي الحديث، من التخطيط و البرمجة إلى الاختبارات و القياسات و تصميم و تنفيذ حصص تدريبية.

1-ربط الجانب النظري بالتطبيقي في مجال التدريب الرياضي :
سيتضمن اليوم الدراسي مزيجاً من المحاضرات النظرية و الورشات العملية، مما سيسمح للمشاركين بتطبيق ما تعلموه بشكل عملي.

2-تنمية مهارات التخطيط و البرمجة و تصميم و تنفيذ حصص تدريبية :

سيتعلم المشاركون كيفية تصميم برامج تدريبية مناسبة لأهدافهم و مستوياتهم، و كيفية تنفيذ حصص تدريبية فعالة و آمنة.

3-التعرف على أدوات و تقنيات حديثة في مجال التدريب الرياضي :

سيتعرف المشاركون على أحدث الأدوات و التقنيات المستخدمة في التدريب الرياضي الحديث، و كيفية استخدامها لتحسين الأداء الرياضي. الجانب النظري :

1-التخطيط و البرمجة :

سيتعلم المشاركون مبادئ التخطيط و البرمجة في التدريب الرياضي، و كيفية تصميم برامج تدريبية تناسب مختلف الأهداف و المستويات.

سيتعرفون على أدوات التكنولوجيا الحديثة المستخدمة في التخطيط و البرمجة، و كيفية استخدامها لتحسين كفاءة العمل.

2-الاختبارات و القياسات :

سيتعلم المشاركون أهمية اختبارات اللياقة البدنية و المهارات الحركية، و أنواعها و كيفية استخدامها في تقييم مستوى الأداء.

سيتعرفون على كيفية استخدام اختبارات اللياقة البدنية و المهارات الحركية لتحديد نقاط القوة و الضعف لدى الرياضيين.

3-الجانب التطبيقي :

ورشة عمل حول تصميم و تنفيذ حصص تدريبية :

سيقوم المشاركون بتطبيق ما تعلموه في الجانب النظري من خلال تصميم و تنفيذ حصص تدريبية تناسب مختلف الأهداف و المستويات.

سيستفيدون من خبرة المدربين و الخبراء في مجال التدريب الرياضي.

عرض تقنيات حديثة في مجال التدريب الرياضي :

سيتعرف المشاركون على أحدث التقنيات المستخدمة في التدريب الرياضي، مثل الواقع الافتراضي و المعزز و تطبيقات الهاتف الذكي. كما سيتمكنون من تجربة هذه التقنيات بشكل عملي.

سيتضمن اليوم الدراسي:

ورشات عمل تطبيقية.

عروض تقديمية من قبل خبراء في مجال التدريب الرياضي.

فرصة للتواصل و تبادل الخبرات مع المشاركين الآخرين.