

## 1 - مبدأ التكرار:

تكرار الحركات يحسن من مستوى الأداء ومهارات اللاعب ويعمل على تطويرها ، وكلما زاد التكرار كلما كان التأثير أكبر وكلما وصل اللاعب إلى مستويات أعلى

## 2 - مبدأ الدرج:

ويراعى في التدريب الدرج من السهل إلى الصعب ، ومن البسيط إلى المركب

I am Sorry !!!!!

## 3 - مبدأ الإدراك:

يعتمد نجاح التدريب على مدى إدراك ووعي اللاعب وفهمه لما يجب تحقيقه ، ولا يحتاج اللاعب إلى التوجيهات المستمرة من المدرب والابتعاد عن الحركات والتدريبات التي لا تحقق التقدم .

## 4 - مبدأ الإيضاح أو المشاهدة:

من الضروري أن يشاهد اللاعب الحركة وهي تؤدي من المدرب نفسه أو من أحد اللاعبين الممتازين ، كما يتم الإستعانة بعرض الأفلام المصورة من مباريات وتدريبات المهارات مع الشرح لها .

I am Sorry !!!!!

## نموذج

المعايير المهنية للمعلمين NPST

الوسائل التعليمية Resources

السبورة الذكية Smart Board	السبورة البيضاء White Board	الكتاب المدرسي Text Book
أوراق الأنشطة Activity Sheet	أوراق العمل Worksheet	العروض التقديمية Presentations
معلم الحاسوب Computer Lab	الأدوات الهندسية Geometric Set	جهاز العرض الطوي Data Show
Games / فيديو / ألعاب Video	الملصقات والبطاقات Posters & Flascards	الآلة الحاسبة Calculator
ـ لوحة تعليمية	ـ الادوات الرياضية Manipulative	ـ الوسائل التعليمية اليدوية Terminology & Vocabulary
المصطلحات الرئيسية و المفردات		
رمية اللتomas - ضرب الكرة بالرأس - تصويب الكرة - هدف - ركلة حرة مباشرة - إنذار - كارت احمر		
I am Sorry !!!!		

- ✓ 1. التخطيط لتطوير اداء وتحصيل الطلبة.
- ✓ 2. اشراك الطلبة في عملية التعلم وتطويرهم كمتعلمين.
- 3 تهيئة بيانات تعلم آمنة وداعمة ومثيرة للتحدي.
- ✓ 4. تقييم تعلم الطلبة واستخدام بيانات التقييم لتحسين الاداء
- ✓ 5. اظهار ممارسات مهنية عالية الجودة والمشاركة في التطوير المهني المستمر
- ✓ 6. الحفاظ على الشراكة الفاعلة مع اولياء الامور والمجتمع

## قواعد التدريب

### 5 - مبدأ التدريب الفردي:

يحقق أكبر نجاح لعملية التدريب ومن الضروري الاعتماد على التدريب الفردي وذلك

لتحسين مستوى اللاعبين في المهارات أو النواحي وواجبات أخرى كل ذلك يسهل عمل

المدرب ويعمل على نجاح العملية التربوية التي تهدف إلى نجاح التدريب والوصول إلى

مستويات أعلى .

I am Sorry !!!!

## قواعد التدريب

### 6 - مبدأ المتابعة:

التدريبات المتابعة لبعض اللاعبين نتيجة الفروق الفردية بين اللاعبين .

### 7 - مبدأ التنظيم:

في العمل الخاص بالفريق ، وتنظيم البرنامج وتنظيم عملية التدريب وما يرتبط بها من مباريات وراحة وإستمرار التدريب لا يعني الإستمرار لفترة زمنية محددة أو لموسم أو أكثر وإنما يعني الإستمرار في التدريب حتى يظل محفظاً بمستواه لذلك فإن تتابع أو إستمرار التدريب يعد مبدأً من المبادئ التربوية الهامة التي يعتمد عليها المدرب في أداء عمله .

I am Sorry !!!!!

## قواعد التدريب

### 8- مبدأ التنوع:

تنوع التدريبات حتى لا يشعر اللاعبين بالملل ، كما يساعد التنوع على الانتقال بين جوانب التدريبات البدنية والمهارية والخططية .

I am Sorry !!!!!



## قواعد التدريب



### 9 – مبدأ التموج:

يحتوى التدريب على فترات عمل مختلفة من ناحية الأحمال ما بين الخفيف والمتوسط والعالي ولا يمكن أن يتم التدريب بصورة واحدة وإنما يجب أن يتم توزيع حمل التدريب بين الإنخفاض والإرتفاع بأحمال خفيفة ومتوسطة أو عالية وفق نظام دقيق لحجم وشدة الحمل خلال الدورة التدريبية الأسبوعية .

I am Sorry !!!!

## قواعد التدريب

### 10 – الشمولية

يجب أن يكون التدريب شامل ويحتوى التدريب الشامل في كرة القدم على تنمية عناصر اللياقة البدنية ( كالقوة والسرعة والتحمل والمرنة والرشاقة ) .

I am Sorry !!!!