

الرياضة المدرسية

أكرم السيد





الموضوع	الصفحة
المقدمة	9

الفصل الأول: ماهية الرياضة

✓ مفهوم الرياضة	13
✓ فوائد الرياضة	13
✓ فوائد التمارين الرياضية	14
✓ تعليمات ممارسة الرياضة	15
✓ تأثير الرياضة على أجهزة الجسم المختلفة	17

الفصل الثاني: السلوك الطلابي في الرياضة المدرسية

✓ مفهوم السلوك	23
✓ السلوك الواجب القيام به للطلاب في المدرسة	23
✓ تصنيف درجات المخالفات السلوكية حسب حدتها تصاعدياً	25
✓ طرق التعامل مع المخالفات السلوكية	42
✓ تقويم السلوك	45
✓ أحكام عامة في السلوك	47
✓ مفهوم المواظبة	49
✓ تقويم المواظبة	49
✓ مخالفات المواظبة ودرجات الحسم فيها	49

الفصل الثالث: التدريب الرياضي

✓ تعريف علم التدريب الرياضي	53
✓ أهمية التدريب الرياضي للفرد والمجتمع	53
✓ مبادئ التدريب الرياضي	54
✓ المدرب الرياضي	55
✓ أنواع المدربين الرياضيين	55

- 56 واجبات المدرب ✓
57 مراحل التدريب الرياضي ✓

الفصل الرابع: الرياضية المدرسية

- 69 مفهوم الرياضية المدرسية ✓
69 انواع الرياضة المدرسية ✓
69 أهداف الرياضية المدرسية ✓
75 أهمية ممارسة الرياضة في مرحلة الطفولة ✓
76 فوائد ممارسة التمارين الرياضية في مرحلة الطفولة ✓
77 الأهداف العامة والخاصة للتربية البدنية والرياضية ✓

الفصل الخامس: أسس الصحة

في الرياضة المدرسية

- 89 تعريفات مهمة للصحة في الرياضة المدرسية ✓
89 مفهوم الصحة ✓
89 مفهوم الصحة النفسية ✓
89 مفهوم الصحة في الرياضة المدرسية ✓
90 أهداف الصحة في الرياضة المدرسية ✓
91 تطور أنظمة الصحة في الرياضة المدرسية ✓
92 عناصر اللياقة الرياضية الأساسية الصحية ✓
95 مبررات التحول الوقائي للصحة المدرسية ✓
96 خدمات الصحة في الرياضة المدرسية ✓
97 استراتيجيات الصحة في الرياضة المدرسية ✓
97 الرؤية المستقبلية للصحة المدرسية ✓
98 مبررات الاهتمام ببرامج الصحة في الرياضة المدرسية ✓

الفصل السادس: الفريق والمدرب الرياضي في المدرسة

- 107 ✓ مفهوم الفريق الرياضي
- 108 ✓ أنواع الفرق الرياضية
- 110 ✓ تماسك الفريق الرياضي
- 110 ✓ مفهوم تماسك الفريق الرياضي
- 112 ✓ أنواع تماسك الفريق الرياضي
- 116 ✓ المدرب الرياضي
- 116 ✓ تعريف المدرب الرياضي
- 117 ✓ خصائص المدرب الرياضي
- 118 ✓ خصائص وصفات المدرب الناجح
- 121 ✓ وظائف المدرب الرياضي
- 122 ✓ دور كل من المدرب واللاعب في بناء تماسك الفريق الرياضي

الفصل السابع: ماهية التربية البدنية والرياضية

- 127 ✓ مفهوم درس التربية البدنية والرياضية
- 128 ✓ ماهية وأهمية حصة التربية والرياضية
- 129 ✓ أهداف حصة التربية البدنية والرياضية
- 131 ✓ أهداف التربية الرياضية
- 132 ✓ أغراض حصة التربية البدنية والرياضية
- 134 ✓ فوائد حصة التربية البدنية والرياضية
- 137 ✓ تحضير حصة التربية البدنية والرياضية
- 137 ✓ الأسس التي يجب مراعاتها عند تحضير حصة التربية البدنية
- 138 ✓ شروط حصة التربية البدنية والرياضية
- 139 ✓ خطوات تنفيذ حصة التربية البدنية والرياضية
- 142 ✓ أهمية التربية البدنية والرياضية للمراهق

- 143 ✓ الصفات الواجب توافرها في معلم التربية البدنية
- 144 ✓ واجبات معلم التربية البدنية في المدرسة
- 145 ✓ جوانب إعداد معلم التربية البدنية

الفصل الثامن: طرق تدريس الرياضة المدرسية

- 151 ✓ ماهية التدريس
- 156 ✓ العمليات التدريسية
- 157 ✓ مكونات الموقف التدريسي
- 158 ✓ خصائص التدريس
- 159 ✓ أنواع طرق تدريس التربية الرياضية
- 162 ✓ أنواع البرامج في التعلم المبرمج
- 166 ✓ مفهوم التعليم بالعرض التوضيحي
- 166 ✓ أنواع القرارات
- 174 ✓ أسلوب التطبيق الذاتي
- 175 ✓ أسلوب التطبيق الذاتي المتعدد المستويات
- 180 ✓ أسلوب التفكير المتشعب (حل المشكلة)

الفصل التاسع: الإصابات الرياضية

- 185 ✓ تعريف الإصابات الرياضية
- 185 ✓ الأسباب التي تؤدي إلى الإصابات
- 188 ✓ أنواع الإصابات المدرسية
- 209 قائمة المراجع