

مفردات مادة علم التدريب الرياضي المرحلة الرابعة للعام الدراسي 2023-2024

1-اختيار الموهوبين

2-مراحل طرق انتقاء الموهوبين

3-الطرق المتبعة في الانتقاء

4-محددات الانتقاء في المجال الرياضي

5-واجبات المدرب الرياضي التربوي

6-متطلبات التدريب الرياضي

7- مصادر الطاقة

8-امتحان-----

9-طرق التدريب المستخدمة في تطوير عناصر اللياقة البدنية

10-القوة العضلية

-أنواع القوة العضلية

-الاختبارات الخاصة بالقوة العضلية

-العوامل المؤثرة في القوة العضلية

11-السرعة

-أهمية السرعة

-اختبارات السرعة

-العوامل المؤثرة في السرعة

12-امتحان-----

13-التحمل

-أنواع التحمل

-أهمية التحمل

-اختبارات التحمل

14-المرونة

-أنواع المرونة

-أهمية المرونة

-اختبارات المرونة

-العوامل المؤثرة في المرونة

15-الرشاقة

-أنواع الرشاقة

-اختبارات الرشاقة

-العوامل المؤثرة في الرشاقة

16-امتحان-----

17-التوافق

-أنواع التوافق

-اختبارات التوافق

-العوامل المؤثرة في التوافق

19-التوازن

-أنواع التوازن

-أهمية التوازن

-اختبارات التوازن

-العوامل المؤثرة في التوازن