



محمود عيد محمود عبد الظاهر

*Mahmoud Eid Mahmoud  
Abd El Zaher*

تخصص : تدريب كورنغ فو

رقم : ٤٩

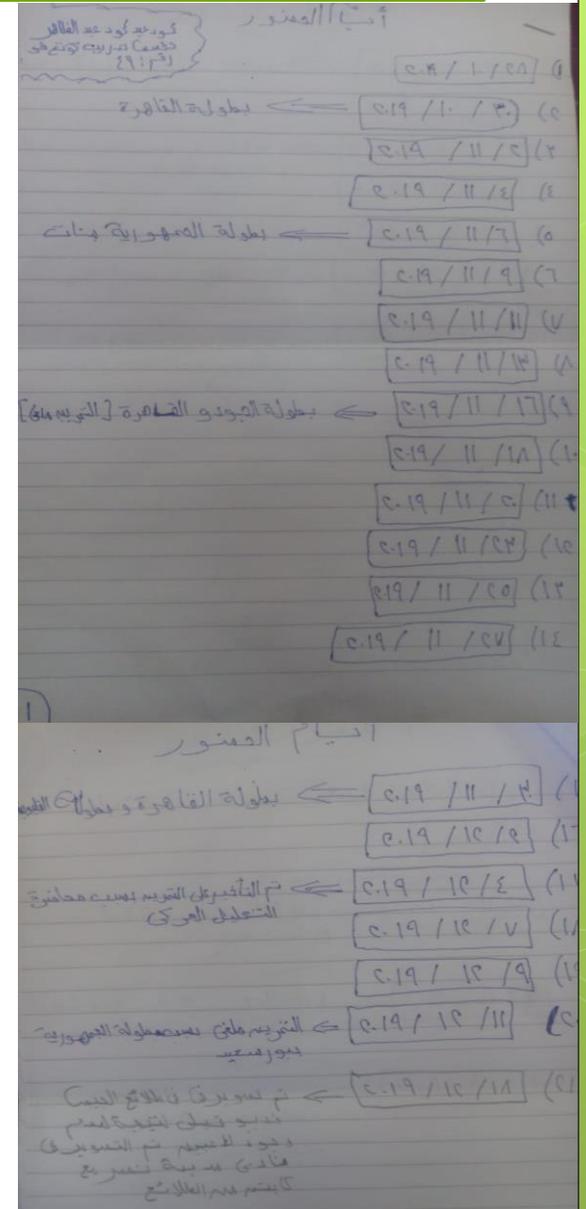


*Mahmoud Eid Mahmoud*



***LET'S GO***

- أهم النقاط التي تم تعلمها من التدريب الميداني :
- ١ : كيفية إدارة الوقت
  - ٢ : كيفية التعامل مع اللاعبين
  - ٣ : اكتساب معارف جديدة
  - ٤ : معرفة مكان الإتجاه المصري للوشو كونغ فو
  - ٥ : معرفة مكان نادي طلائع الجيش
  - ٦ : الإستفادة من خبرات المدربين بنادي طلائع الجيش
  - ٧ : معرفة الوسائل التعليمية والأدوات المستخدمة
  - ٨ : ربط الجانب المعارف المكتسبة بالجانب العملي
  - ٩ : حب العمل المفيد والناجح للمجتمع



# بعض الصور مع زملاء التخصص في نادي طلائع الجيش



# الخبرات المكتسبة من المسابقات الرياضية

- معرفة طرق احتساب النقاط
- معرفة كيفية إدارة البطولة
- معرفة متي وكيف يتم الميزان
- معرفة خطط اللعب
- معرفة أساليب المدربين في التعامل مع اللاعبين
- معرفة كيفية إجراء عملية التحكيم
- معرفة أماكن الحكام و المدربين والإداريين
- معرفة مكان التسخين
- معرفة إجراءات التنويع
- معرفة إجراء القرعة
- معرفة توزيع الأوزان علي البساط
- معرفة قواعد وقوانين رياضة الكونغ فو
- معرفة كيفية توجيه اللاعب قبل وأثناء وبعد البطولة
- معرفة توجيه اللاعب أثناء المباراه
- كيفية أمتصاص غضب اللاعبين
- كيفية رفع الروح المعنوية
- حسن التصرف أثناء وقوع مشكله أو إصابه أو إغماء



١- صفور البطولات

(١) بطولة القاهرة للوشو كونغ فنو في طلائع الميمس

١٩٠١/١٠/٣٠

٢- بطولة الجمهورية للنباتات  
في نادي مدينة نصر

١٩٠١ / ١١ / ٦

٣- بطولة القليوبية التي هالة لبطولة  
الجمهورية في نادي القوسية

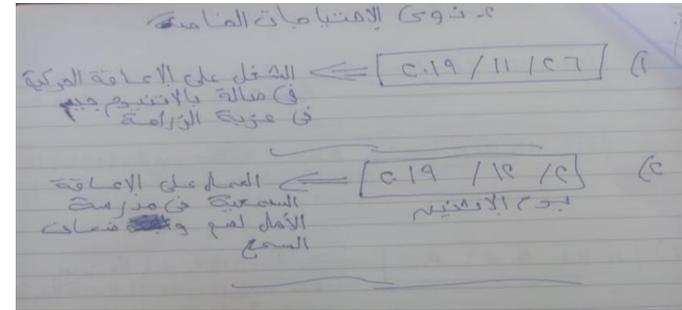
١٩٠١ / ١١ / ٣

٤- صفور بطولة العباتزة الكبرى  
في نادي مدينة نصر

١٩٠١ / ١٢ / ١٨

# الخبرات المكتسبة من تدريب زوي الإحتياجات الخاصة

- معرفة التعامل مع الإعاقة الحركية
- ومعرفة التعامل مع إعاقة السمعية
- معرفة بعض الإشارات الخاصة بضعاف السمع
- معرفة بعض الادوات الخاصه بزوي الإحتياجات الخاصه
- كيفية تدريب الإعاقة السمعية والحركية
- معرفة إمكانياتهم وقدراتهم بغرض الوصول إلي أفضل مستوي
- تحقيق الكفاءه الشخصية
- تحقيق الكفاءة الإجتماعية
- تحقيق الكفاءة الرياضية
- تحديد الإحتياجات التربوية والتأهيلية لإعاقة الحركية والإعاقة السمعية



# بعض صور الإعاقات السمعية



# الخبرات المستفادة من مشاركتنا في جروب التجارب و المعلومات



- الاستفادة من تجارب الآخرين
- معرفة معلومات حول جميع الرياضات
- معرفة الأخبار الجديدة في مجال التخصص والمجالات الأخرى
- معرفة المؤتمرات الجديد
- معرفة موعد البطولات المحلية و الدولية
- معرفة أبطال العالم في جميع الرياضات و بالأخص في رياضة التخصص
- معرفة الممولين للبطولات المحلية والدولة
- معرفة الأدوات المستخدمة في معظم التخصصات والأدوات الحديثه في صالات الرياضية

### ٣ - التحارر والعلوم

(١) تنزيل جدول مواعيد البطولات  
الووشو وكونغفو ٢٠١٩ / ٢٠١٩

(٢) التعليمات الفنية والإدارية لبطولة  
الانسات والشباب مواليد ٢٠٠٤ - ٢٠٠٤  
٢٠٠٦ - ٢٠٠٨

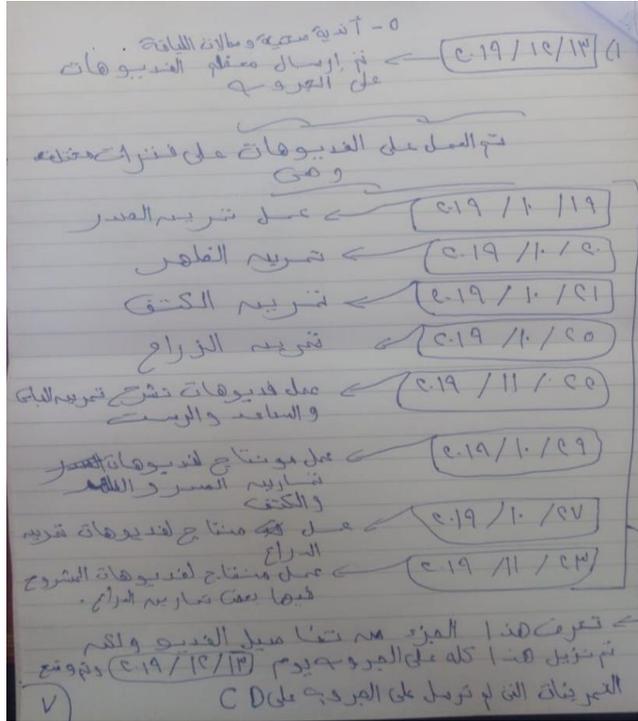
(٣) الترقى الواد عادل العنزي  
لاستقبال الأعداء الرياضيين الكبار  
واسم الرياضة

(٤) وصول لاعبة ياسمين سليم  
إلى الدور النهائي ووزن ٤٨ كجم  
بعد تغلبها على بطلة تركيا

(٥) التعليمات الإدارية والفنية  
والتنظيمية الخاصة ببطولة  
الجهوية لساند المصاحفة  
بمدينة تاسليتة تحت إشراف  
مواليد ٢٠٠٢ - ٢٠٠٤ - ٢٠٠٥



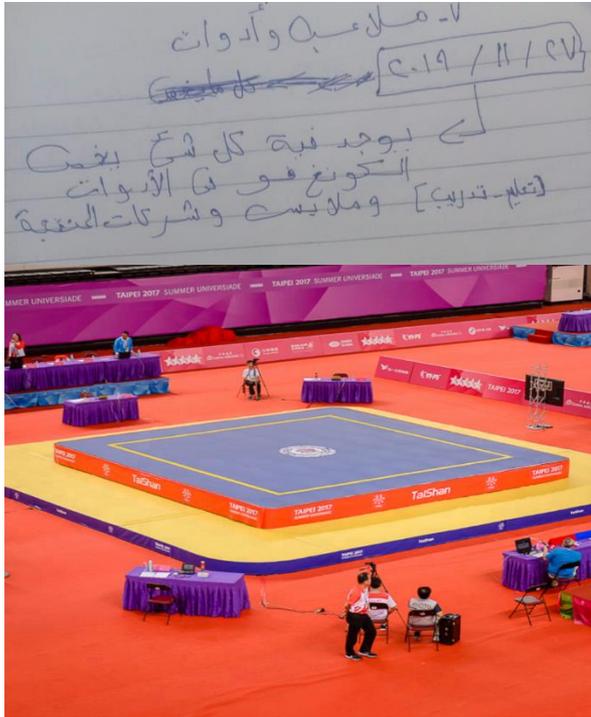
# الخبرات المستفادة من الأنشطة الصحية والمسابقات الرياضية



- معرفة تمارين جديده
- معرفة أجهزه جديده
- معرفة بعض أماكن صالات الحديد
- معرفة العضلات العاملة والمساعدة والمثبتة والمقابله
- معرفة مفتاح بعض التمرينات
- معرفة الأخطاء الفنية في التمرين
- معرفة التمرينات المحظور استخدامها
- معرفة بعض أشكال الساونا
- معرفة الأماكن المتواجد بها الساونا والجاكوزي
- معرفة بعض أبطال العالم في جمال الأجسام
- معرفة نظم تدريب القوة
- معرفة أنماط الجسم
- معرفة كيفية الاستفادة منه في مجال التخصص



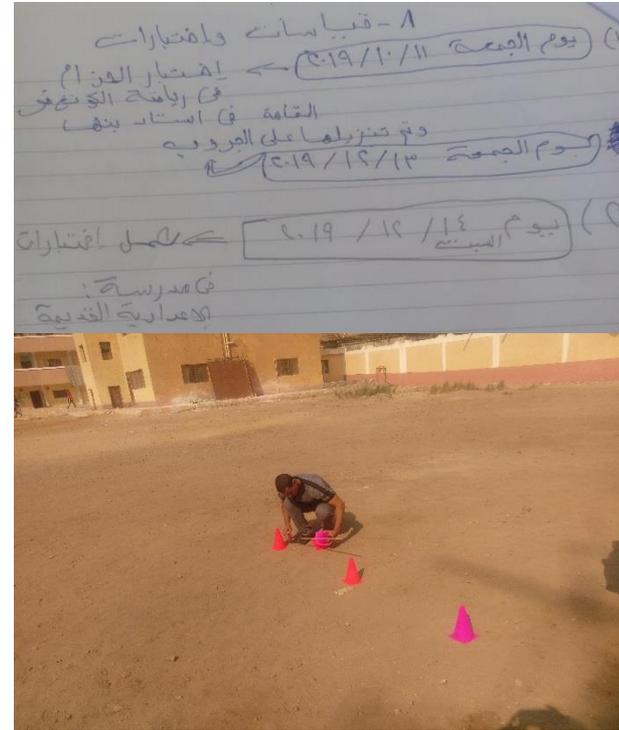
# الخبرات المستفادة من الملاعب والأدوات



- معرفة أدوات التدريب الخاصة بالكونغ فو
- معرفة ملاعب التدريب الخاصة بالكونغ فو
- معرفة شركات المصنعة للأدوات والملابس والأوقية
- معرفة الملابس و الأوقية الخاصة برياضة الكونغ فو
- معرفة الأسلحة المستخدمة في رياضة الكونغ فو
- معرفة مساحات الملعب
- معرفة بعض أسماء الأدوات والأسلحة المستخدمة في التدريب والتعليم
- معرفة عوامل الأمن والسلامة في الملعب

# التجربة المستفيدة من القياسات واختبارات

- الخبرة العملية
- القيادة
- معرفة كيفية عمل اختبارات وتطبيقها
- التعرف علي اختبارات جديدة
- كيفية الانتقال في مجال التخصص
- اكتساب خبرات نظرية ومعارف جديدة
- معرفة شكل نموذج الاختبار
- معرفة الهدف من عمل القياس
- معرفة بعض أدوات القياس
- يؤدي القياس بشكل فردي (أي يؤدي القياس علي كل لاعب علي حدة)



# بعض الصور للقياس والاختبار



# الخبرات المستفادة أثناء ممارسة رياضة الكونغ فو كلاعب

- ❖ معرفة قوانين رياضة الكونغ فو
- ❖ الحصول علي بطولة القليوبية في كيك بوكس
- ❖ معرفة كل ما هو جديد في شكل الحركات الفنية
- ❖ الصبر
- ❖ الثقة في النفس
- ❖ سرعة التفكير وسرعة رد الفعل
- ❖ الإبداع في تركيب الجمل الحركية للمهارات
- ❖ مواجهة مخاوفي والانتصار عليها
- ❖ القوة المميزة بالسرعة في أداء المهارات
- ❖ مسجل كلاعب في الاتحاد المصري للووشو كونغ فو
- ❖ تم الحصول علي المركز الثالث في بطولة الجامعات في سباحة الصدر





THE END

