



محمد محمد البلشي محمد

MOHAMED MOHAMED ELBLSHIY
MOHAMED

تخصص : كونغ فو

رقم : ٢٧

المقدمة

طالب بكلية تربية رياضية
جامعة بنها
فرقة رابعة
(تخصص كونغ فو)

لاعب منتخب مصر للوشو كونغ فو
لاعب بنادي طلائع الجيش الرياضي

التعليم الاكاديمي

فرقة رابعة / تخصص كونغ فو
كلية تربية رياضية / جامعة بنها

الخبرات العملية

لاعب و مدرب كونغ فو

نادي طلائع الجيش
القاهرة / مصر

تغريبات كاتسفيد

لاعب بنادي اتحاد الشرطة الرياضي
لاعب بنادي الترامسة الرياضي
لاعب بنادي طلائع الجيش الرياضي

حاصل عل عدة بطولات محلية (القاهرة / الجمهورية) في الفترة بين 2005 حتى 2019

حاصل علي المركز الثاني والثالث في بطولة العالم للوشو كونغ فو المقامة في مدينة ايمشان بالصين في الفترة بين (14-16) 2019/6/

تغريبات كمدرّب

مدرب مساعد بنادي طلائع الجيش

مدرب مساعد بنادي الطيران

مدرب بعركز شباب العنشة

مدرب باكاديمية الحصري الرياضية بمعهد الحصري بمدينة 6 أكتوبر

بمدينة نصر fitness olympia مدرب باكاديمية

الدورات التدريبية

دورة المدربين الاساسية

الاتحاد المصري للوشو كونغ فو

إدارة الوقت



المهارات الشخصية



Mohamed Elbshiy

طالب كلية تربية رياضية
جامعة بنها

melbshiy@gmail.com

01111990498

10 شارع 10 - مدينة 16 أكتوبر - شبرا
الخيمة ثان - القلوبية

مصري

1998\11\12

اعزب

اللغات

اللغة العربية ★★★★★
اللغة الإنجليزية ★★★★★

مخور بكوني

منظم
التفكير الإبداعي ، الفعالية ،
الإنتاجية

أخطط
تحليل المشاكل ، صنع القرار ،
إدارة المشاريع ، التخطيط
الاستراتيجي

أعمل بروح الفريق الواحد
التعاون وتحديد الأهداف

الهوايات

السفر ✈️

الرياضة 🏃

القراءة 📖

الخبرات المكتسبة من التدريب الميداني

- العمل الجماعي
- التعاون مع زملاء التدريب الميداني
- اكتساب بعض مهارات التواصل مع اللاعبين
- طرق استخدام الادوات الخاصة بالتدريب
- الاستفادة من خبرات الجهاز الفني
- احترام مواعيد التدريب والالتزام بها
- تطبيق ما تم دراسته نظريا علي ارض الواقع



الخبرات المكتسبة من المنافسات و البطولات

- طريقة التعامل مع اللاعبين اثناء المنافسة
- الثبات الانفعالي عند حدوث مشكلة
- معرفة طريقة التحكيم في المنافسة
- معرفة مستوي اللاعبين تحت ضغط المنافسة
- تحليل اللاعبين الاخرين من حيث نقاط القوة والضعف
- التعامل مع المكسب والخسارة بروح رياضية
- معرفة عدد الحكام ووظائفهم
- معرفة النواحي القانونية للادوات الخاصة باللاعب
- معرفة الاماكن الخاصة بالاحماء قبل المنافسة
- معرفة تقسيم المراحل العمرية والاساليب الخاصة بكل مرحلة عمرية



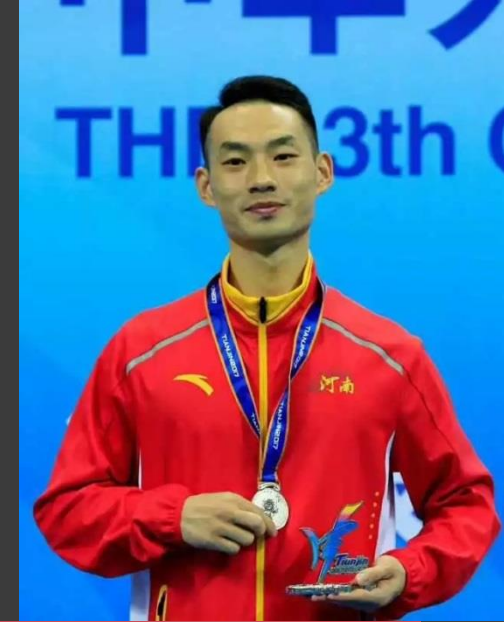
الخبرات المكتسبة من تدريب ذوي الاحتياجات الخاصة

- ⦿ طريقة التعامل مع ذوي
الاحتياجات (متلازمة داون)
- ⦿ تعليم المهارات بطريقة
خاصة ومبسطة
- ⦿ ضرورة الدمج مع اللاعبين
الاسوياء للارتقاء بمستواهم
- ⦿ التحلي بالصبر اثناء تعليمهم



الخبرات المستفادة من مشاركة التجارب و المعلومات

- ◉ مشاركة المعارف والمعلومات مع الاخرين
- ◉ الاستفادة من التجارب السابقة للاخرين
- ◉ معرفة طرق التصرف في المواقف التي حدثت من قبل للاخرين
- ◉ الألمام بالمعارف العامة عن الانشطة الرياضية المختلفة
- ◉ متابعة احدث الاخبار الخاصة بالانشطة الرياضية المختلفة



الخبرات المستفادة من مشاريع التخرج

- القدرة علي الابتكار
- الاعتماد علي النفس
- الاستفادة من الخبرات العملية والنظرية في عمل مشروع خاص
- مدرب مساعد بنادي طلائع الجيش
- مدرب وشوو كونغ فو باكاديمية الحصري الرياضية بمدينة ٦ أكتوبر
- مدرب باكاديمية fitness olympia



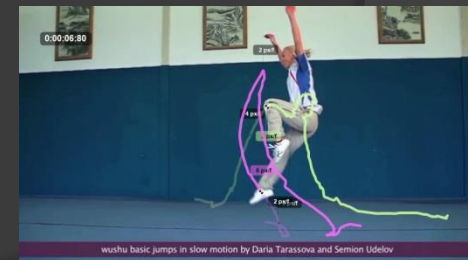
الخبرات المستفادة من صالات اللياقة البدنية

- معرفة الأداء الصحيح للتدريبات
- معرفة الأخطاء التي يجب تجنبها اثناء الأداء
- معرفة التدريبات الخاصة بكل عضلة
- كيفية عمل اختبارات القوة (1RM)
- كيفية عمل برنامج تدريبي للقوة العضلية



الخبرات المستفادة من التحليل الحركي

- معرفة التفاصيل الخاصة بالمهارة
- معرفة المسار الحركي
- معرفة مقدار الزوايا في المفاصل
- تقسيم المهارة الي عدة مراحل فنية
- مقارنة أداء المهارة بين لاعب ونموذج للاداء لمعرفة الأخطاء



الخبرات المستفادة من الأدوات و الملاعب

- التعرف علي الأدوات الخاصة بكل نشاط رياضي
- مشاركة الأدوات الخاصة بنشاط التخصص
- معرفة مساحة و مقاسات الملاعب الخاصة بكل نشاط رياضي
- معرفة الملابس الخاصة بالنشاط والأدوات الخاصة باللاعب
- معرفة الأدوات التي يستخدمها المدرب بالتدريب



Boxing Gloves

Head Guard

Teeth Guards



Kick Bags

Punching Pad

Wushu Swords



Chest Guard

Shin Pad

Cup Protector

الخبرات المستفادة من القياسات والاختبارات

- كيفية أداء اختبارات بدنية
- معرفة شروط الخاصة بأداء الاختبار البدني
- معرفة اختبارات لكل عنصر من عناصر اللياقة البدنية
- معرفة الاختبارات المهارية الخاصة برياضة التخصص
- معرفة الاختبارات المعرفية الخاصة برياضة التخصص



لاعبين معتمدين

- لاعب منتخب مصر
- لاعب نادي طلائع الجيش
- حاصل علي المركز الثاني والثالث في بطولة العالم للوشو كونغ فو المقامة بالصين
- حاصل علي العديد من البطولات المحلية (قاهرة/ جمهورية)



Thank you