

12 - 10 سنة	- تنمية المهارات الأساسية لكرة السلة. - اختبارات الانتقاء - قياس نمو القدرات المهارية تقييم الحالة الصحية العامة - احترام قوانين اللعب. - بناء اللعب الجماعي	- مواصلة تنمية المهارات الحركية الأساسية. - تعليم مهارات كرة السلة والوصول لدرجة ثبات الأداء. - تعليم الواجبات الدفاعية والهجومية. - تعليم طرق الهجوم والدفاع. . اللعب 1 ضد 1 بكرة بدون كرة للوصول إلى 5 ضد 5.	- تنمية اللياقة البدنية العامة. - تنمية اللياقة البدنية الخاصة بكرة السلة (القوة، السرعة القدرة، الرشاقة الجلد الدوري التنفسي الدقة، التوافق).	- تنمية وتطوير السمات الإرادية. - تنمية وتطوير وتحسين الكفاءة النفسية. - تحسين مستوي القدرات العقلية. - تنمية الذكاء الحركي. - تطوير وسائل اتخاذ القرار.	- تنمية وتطوير السمات الإرادية. - تنمية وتطوير وتحسين الكفاءة النفسية. - تحسين مستوي القدرات العقلية. - تنمية الذكاء الحركي. - تطوير وسائل اتخاذ القرار.	- إكساب الناشئ المعارف والمعلومات المتعلقة بأثر النشاط علي الصحة. - معرفة مواد قانون صغار كرة السلة. - معلومات عن السودان وثقافته المتنوعة. - المصطلحات الخاصة بكرة السلة. - معرفة أهمية الإجماع والتهئية في التقليل من الإصابة.	- يختص بإكساب الناشئ السلوك الاجتماعي المرغوب فيه. - تقوية انتمائه لوطنه واعطائه الأولوية علي أي انتماء آخر. - تعويد الناشئ علي تحمل المسؤولية الاجتماعية والمدنية - تعويده علي الممارسة الديمقراطية. - جعل المباريات تجربة تربوية مجزية	- التركيز على أهداف الأداء وليس أهداف النتائج. - توسيع قاعدة مهارات الحركة الأساسية. - تعليم وتنمية المهارات الأساسية لكرة السلة - تنمية المهارات الرياضية. - التعويد علي النشاط اليومي. - التهيئة للمنافسة. التكرار: للمهارات التي سبق تعلمها - توفير عدد كافي من المباريات - مدة التدريب 60-75 دقيقة
----------------	---	--	--	--	--	--	---	--

جدول رقم (52) المحاور العامة لمحتوي برنامج التنمية والتطوير لمرحلة الانتقاء التأهيلي

أهداف التدريب	أهداف التنمية					مرحلة التنمية	المرحلة السنية
	الهدف الاجتماعي	الهدف معرفي	الهدف النفسي	الهدف البدني	الهدف المهاري		

<p>18-13 سنة</p>	<p>- دراسة فردية دقيقة و منتظمة. لتحديد استعدادات وقدرات اللاعبين. - معرفة ثبات الدلالات الخاصة بقدرات اللاعب. - معدل نمو وتحسن قدرات اللاعب. - بناء اللعب الجماعي. - تطوير القرارات الخطئية الفردية. - اختبارات الانتقاء النهائي.</p>	<p>- تنمية وتطوير أداء المهارات الخاصة بكرة السلة - تعليم واتقان النواحي الخطئية. - تعليم الواجبات الدفاعية والهجومية. - تعليم طرق الهجوم والدفاع تحسين المهارات الفردية . التحرك بدون كره - تحركات أسفل السلة</p>	<p>التنمية الشاملة المتزنة للصفات البدنية. - التنمية الخاصة للصفات البدنية الضرورية لكرة السلة القوة، السرعة القدرة، الرشاقة الجلد الدوري التنفسي الدقة، التوافق أفضل مستوى بدني، مهاري وخططي أثناء المنافسة. تطوير وسائل اتخاذ القرار تنميه الإحساس بالسيطرة تنميه مفهوم وتقدير الذات</p>	<p>- تنمية وتطوير السمات العقلية والعرفية، والسمات الانفعالية الوجدانية. - تشكيل مختلف دوافع وحاجات وميول اللاعبين. تنمية وتطوير الذكاء الحركي. - تعويد اللاعب إخراج أفضل مستوى بدني، مهاري وخططي أثناء المنافسة. تطوير وسائل اتخاذ القرار تنميه الإحساس بالسيطرة تنميه مفهوم وتقدير الذات</p>	<p>- إكساب المعارف والمعلومات النظرية للنواحي الفنية، الخطئية، طرق التدريب - النواحي الصحية المرتبطة بالنشاط الرياضي. القوانين واللوائح والأنظمة الرياضية. - الإمام بالقانون الدولي لكرة السلة وتاريخ نشأة كرة السلة - اثر النشاط البدني علي أجهزة الجسم المختلفة - أعراض الحمل الزائد. -اثر أحمال التدريب علي أجهزة الجسم.</p>	<p>- تنمية الروح الرياضية. - تعميق حب الوطن - غرس قيم العدل والمساواة والمشارك في الشأن العام . - تنمية روح المشاركة في منظمات المجتمع المدني. -غرس روح الحوار وأدب التفاعل الاجتماعي والرشيد تطوير القيم الذاتية والاجتماعية.</p>	<p>التركيز على أهداف الأداء وأهداف النتائج. - التعليم والتكرار في المرحل الأولي التدريب في ظل الظروف مباريات حقيقية. - التهيئة للمنافسة عالية الشدة . - معرفة مدي تقبل اللاعب لأحمال التدريب - الوصول بالأداء إلي مرحلة الآلية والدقة والانسائية استعداداً للمستويات العليا - توفير الجهد. - زيادة فعالية الإعداد الفردي على حساب الإعداد الجماعي. - فترة التدريب 60-90 دقيقة.</p>
----------------------	--	--	--	--	---	--	--