



الاتحاد المصري للسباحة
EGYPTIAN SWIMMING FEDERATION
Damietta Branch

جدول محاضرات دورة الاسعافات الأولية ودورة اعداد معلم السباحة ومعلم النجوم

في الفترة من ١٢/١ وحتى ٢٠٢٢/١٢/٣ م

| التاريخ واليوم | الساعة | الساعة | الساعة |
|-----------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------|
| الخميس الموافق ٢٠٢٢/١٢/١ | ٦.٣٠ : ٤.٠٠ م | ٦.٣٠ : ٦.٠٠ م | ٨.٠٠ : ١٠.٠٠ م |
| | الأسس الفنية للسباحة أ.د/ محمد البحراوي | مدارس السباحة أ.د/ أشرف عبد القادر | طرق تعليم السباحة أ.د/ محمد البحراوي |

| التاريخ واليوم | الساعة | الساعة | الساعة |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| الجمعة الموافق ٢٠٢٢/١٢/٢ | ١٠.٣٠ : ١١.٣٠ ص | ١.٠٠ : ١.٣٠ ظهرا | ٢.٣٠ : ٤.٣٠ عصرا |
| | اختبار عملي للمشاركين في دورة الاسعافات الأولية واعداد معلم السباحة ومعلم النجوم | محاضرة نظرية وعملية للمشاركين في دورة الاسعافات الأولية | اختبار عملي نظري للمشاركين في دورة الاسعافات الأولية |

| التاريخ واليوم | الساعة | الساعة | الساعة |
|----------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------|---------------|
| السبت الموافق ٢٠٢٢/١٢/٣ | ٦.٣٠ : ٤.٣٠ م | ٦.٣٠ : ٦.٠٠ م | ٨.٠٠ : ٩.٣٠ م |
| | الأخطاء الشائعة في السباحة أ.د/ محمد البحراوي | النجوم الأربعة | اختبار نظري |



الاتحاد المصري للسباحة
EGYPTIAN SWIMMING FEDERATION
Damietta Branch

جدول محاضرات الدورة الأساسية والمتقدمة لمدربي السباحة

في الفترة من ١٢/٤ وحتى ١٢/٦/٢٠٢٢م

| التاريخ واليوم | الساعة | الساعة | الساعة |
|----------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| الأحد الموافق ٢٠٢٢/١٢/٤ | ٦.٣٠ : ٦.٠٠ م | ٧.٣٠ : ٦.٠٠ م | ٨.٣٠ : ٨.٠٠ م |
| | شخصية المدرب أ.د. محمود المتبولي | الاعداد البدني للسباح أ.د. محمد بدر | الأسس الفنية للسباحات الأربعة أ.د. أشرف عبد القادر |

| التاريخ واليوم | الساعة | الساعة | الساعة |
|------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------|---------------|
| الاثنين الموافق ٢٠٢٢/١٢/٥ | ٦.٣٠ : ٦.٠٠ م | ٧.٣٠ : ٦.٠٠ م | ٨.٣٠ : ٨.٠٠ م |
| | تخطيط الموسم التدريبي أ.د. / مصطفى الجبالي | مبادئ التدريب أ.د. محمد عبد الستار | |

| التاريخ واليوم | الساعة | الساعة | الساعة |
|-------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------|
| الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/١٢/٦ | ٦.٣٠ : ٦.٠٠ م | ٧.٣٠ : ٦.٠٠ م | ٨.٣٠ : ٨.٠٠ م |
| | الوحدة التدريبية أ.د. محمد عبد الستار | اعداد النفسي للسباحين أ.د. محمود المتبولي | اختبار نظري |