

S p o r t s c o a c h

# مدرب رياضي

نورة طاع الله

أساتذتنا  
أنا مهدي لبيب



# مدرب رياضي

نورة طاع الله

نوع العمل : قصة

الكاتب :نورة طاع الله

تصميم الغلاف أسما جمال الدين

تعبئة وتنسيق : اسماء رضا

هذا العمل تم تحت إشراف فريق

كيان اللارواية للنشر الإلكتروني

لينك الجروب

جروب اللارواية

لينك البيدج

اللارواية للنشر الإلكتروني

إن تم تحميل هذا العمل من موقع آخر أو مكان آخر فيعد إنتهاكا لحقوقنا وسرقة أعمالنا وسرقة

حق المؤلف

## هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية

هل تعلم يا بني من هو المدرب الرياضي؟

المدرب الرياضي هو شخص يساعد الأطفال على ممارسة الرياضة بطريقة صحيحة وآمنة، ويعلمهم كيف يصبحون أقوى وأسرع وأصحاء.

المدرب الرياضي يقوم بعدة مهام مهمة، مثل تعليم التمارين الرياضية كالجري، القفز، الإطالة، وتدريب الأطفال على الألعاب الرياضية مثل كرة القدم أو السلة، وكذا تشجيع الأطفال وعدم تركهم يشعرون بالإحباط والحفاظ على سلامة الأطفال أثناء اللعب وتعليم التعاون واللعب

بروح الفريق

يمكن أن يعمل المدرب الرياضي في  
المدارس والأندية الرياضية ومراكز  
الشباب والحدائق أو الملاعب

المدرب الرياضي يساعد الأطفال على أن  
يكونوا أصحاء وأقوياء وأن يتعلموا  
الانضباط والالتزام وأن يكونوا صداقات  
جديدة وأن يفرغوا طاقتهم بطريقة مفيدة

يرتدي المدرب الرياضي ملابس رياضية  
مريحة وخذاء رياضي وأحياناً قبعة أو  
ساعة توقيت

المدرب الجيد يكون صبوراً ولطيفاً  
ونشطاً ويحب الأطفال والرياضة

المدرّب الرياضي هو صديق الأطفال في الرياضة، يساعدهم على اللعب، التعلّم، والاستمتاع، ويجعل الرياضة ممتعة ومفيدة للجسم والعقل.

ليس كل المدرّبين متشابهين يا عزيزي فهناك أنواع مختلفة، مثل مدرّب كرة القدم الذي يعلّم الأطفال كيف يركلون الكرة ويمررونها

ومدرّب كرة السلة يعلّم القفز والتصويب في السلة ومدرّب السباحة يعلّم السباحة بطريقة آمنة ومدرّب الجمباز يعلّم الحركات المرنة والمتوازنة ومدرّب اللياقة البدنية يدربّ الجسم ليصبح قويًا وصحيًا

المدرّب الرياضي يستعمل أدوات تساعده  
في التدريب، مثل ساعة توقيت وكرات  
رياضية و أقماع صغيرة لتنظيم اللعب  
وزجاجة ماء للتذكير بالشرب ودفتر  
لتسجيل التمارين وقواعد السلامة التي  
يعلمها المدرّب

المدرّب يهتم بسلامة الأطفال دائماً، لذلك  
يعلمهم الحماية قبل اللعب وشرب الماء  
بانتظام والتوقف عند التعب وارتداء  
الحذاء المناسب واللعب بدون دفع أو  
أذى.

المدرّب الجيد يجعل الرياضة ممتعة  
فيحوّل التمارين إلى ألعاب مسلية ويصفق

للأطفال عند النجاح ويقول كلمات جميلة  
مثل أحسنت، ويسمح للجميع بالمشاركة

يكون يوم التدريب بتحيةة المدرب للأطفال  
وتمارين إحماء بسيطة ولعب وتدريب  
ممتع، واستراحة قصيرة للماء ولعبة  
جماعية وتشجيع ونصائح في النهاية

يتعلم الطفل من المدرب الرياضي الثقة  
بالنفس واحترام القواعد والتعاون مع  
الأصدقاء وحب الرياضة والحركة

المدرب الرياضي يا صغيري ليس فقط  
شخصًا يعلم الرياضة، بل هو معلم  
وصديق يساعد الأطفال على النمو بصحة  
وسعادة.

## هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

**Do you know, my son, who a sports coach is?**

**A sports coach is someone who helps children practice sports in a correct and safe way, teaching them how to become stronger, faster, and healthier.**

**A sports coach performs several important tasks, such as teaching exercises like running, jumping, and stretching, and training children in sports like football or basketball. They also encourage children, prevent them**

**from feeling discouraged, ensure their safety during play, and teach cooperation and teamwork.**

**A sports coach can work in schools, sports clubs, youth centers, parks, or playgrounds.**

**A sports coach helps children become healthy and strong, learn discipline and commitment, make new friends, and release their energy in a beneficial way.**

**A sports coach wears comfortable sportswear and athletic shoes, and sometimes a hat or stopwatch. A good**

**coach is patient, kind, energetic, and loves children and sports. A sports coach is a child's friend in sports, helping them play, learn, and have fun, and making sports enjoyable and beneficial for both body and mind. Not all coaches are the same, my friend. There are different types, like a football coach who teaches children how to kick and pass the ball; a basketball coach who teaches jumping and shooting; a swimming coach who teaches swimming safely; a gymnastics coach**

**who teaches flexible and balanced movements; and a fitness coach who trains the body to become strong and healthy. A sports coach uses tools to help with training, such as a stopwatch, sports balls, small cones to organize play, a water bottle to remind them to drink, a notebook to record exercises, and safety rules that the coach teaches. A coach always cares about the children's safety, so they teach them how to protect themselves before playing, drink water regularly, stop**

**when tired, wear appropriate shoes, and play without pushing or hurting themselves. A good coach makes sports fun by turning exercises into enjoyable games, applauding children when they succeed, and offering positive words like "Well done!" They also encourage everyone to participate. A training day typically begins with the coach greeting the children, followed by simple warm-up exercises, fun games and drills, a short water break, a group game, and finally,**

**encouragement and advice. From their sports coach, children learn self-confidence, respect for rules, cooperation with friends, and a love of sports and physical activity. My dear child, a sports coach is not just someone who teaches sports; they are a teacher and a friend who helps children grow up healthy and happy.**