



الاتحاد الجزائري لكرة القدم

الرابطة الجهوية لكرة القدم ورقلة



البرنامج المقترح من لجنة التكوين الوطنية للتربص التكويني

الاختياري لحكام المواهب الشابة

المخصص لجهتي: ورقلة- بشار

للموسم الرياضي 2026/2025

يوم الإثنين: 23 مارس 2026

– ابتداء من الساعة 17:00 مساءً استقبال الحكام والمؤطرين من خارج مدينة ورقلة

اليوم الأول:

– الثلاثاء 24 مارس 2026

الفترة	التوقيت	الموضوع	المكان
الفترة الصباحية	08:00 - 09:00	– استقبال المتربصين	– القاعة
	09:00 - 09:15	– الافتتاح الرسمي للتربص.	– القاعة
	09:30 - 10:15	– FIFA TRIVIA	– القاعة
	10:15 - 10:30	– استراحة.	– القاعة
	10:30 - 11:30	– التحكيم الحديث.	– القاعة
	12:00 - 13:00	– وجبة الغداء.	– المطعم

الفترة	التوقيت	الموضوع	المكان
الفترة المسائية	15:00 -	– التنافس/التحدي	– القاعة
	15:45 - 15:55	– استراحة	– القاعة
	16:00 -	– أخطاء لمسة اليد.	– القاعة
	16:00 - 16:45	– استراحة	– القاعة
	16:45 - 17:00	– الأخطاء التكتيكية.	– القاعة
	17:00 - 17:45	– استراحة	– القاعة
	17:45 - 18:00	– التحضير البدني	– القاعة
	18:00 - 18:45	– وجبة العشاء	– المطعم

اليوم الثاني:
الأربعاء 25 مارس 2026

الفترة	التوقيت	الموضوع	المكان
الفترة الصباحية	08:00 - 07:00	- وجبة الفطور ثم الانطلاق إلى الملعب	- المطعم
	11:30 - 08:30	- الامتحان البدني للحكام (YOYO)	- الملعب
	13:00 - 12:00	- وجبة الغداء.	- المطعم

الفترة	التوقيت	الموضوع	المكان
الفترة المسائية	15:45 - 15:00	- التسلل	- القاعة
	16:00 - 15:45	- استراحة	
	18:00 - 16:00	- حصة تطبيقية (FEEDBACK)	- الملعب
	19:30	- وجبة العشاء	- المطعم

اليوم الثالث
الخميس 26 مارس 2026

الفترة	التوقيت	الموضوع	المكان
الفترة المسائية	- 07:00	- وجبة فطور الصباح	- المطعم
	- 08:0009:00	- تطبيقات بالملعب (مباراة)	- الملعب
	11:00	- أخطاء لمسة اليد.	- القاعة
	-16:00	- فيديو تاست	- القاعة
	- 16:4511:00	- توصيات واختتام التبرص	- القاعة
	12:00	- وجبة الغداء	- المطعم
	-12:00	- مغادرة المتربصين	
	12:4512:30 13:30		