



برنامج علم النفس الرياضي من منظور بعض الجامعات
الأوروبية

ت النشر	ت القبول	ت الارسال
2020/01/30	2020/01/05	2019/12/19

Sports psychology program from the perspective of some European universities

Programme de psychologie du sport du point de vue de certaines universités européennes

المؤلف 1 أ. د/رشا محمد اشرف شرف

Author 1:
University of affiliation (Institute,
laboratory....
Phone:
Email:

جامعة الانتماء (معهد ، مخبر): أستاذة علم النفس
الرياضي-كلية التربية الرياضية بنين- جامعة حلوان - مصر
الهاتف :
البريد الالكتروني:

المخلص:

شهد مجتمعنا الحالي نهضة واسعة النطاق في مختلف الميادين وتقوم هذه النهضة على أساس من البحث العلمي والدراسة الموضوعية الهادفة. وبما ان كليات التربية الرياضية لها دور كبير في خدمة الرياضة باعتبارها المؤسسة التربوية المتخصصة في اعداد الكوادر التي تساهم برفع شأن الرياضة على المستوى المحلى والعالمى.

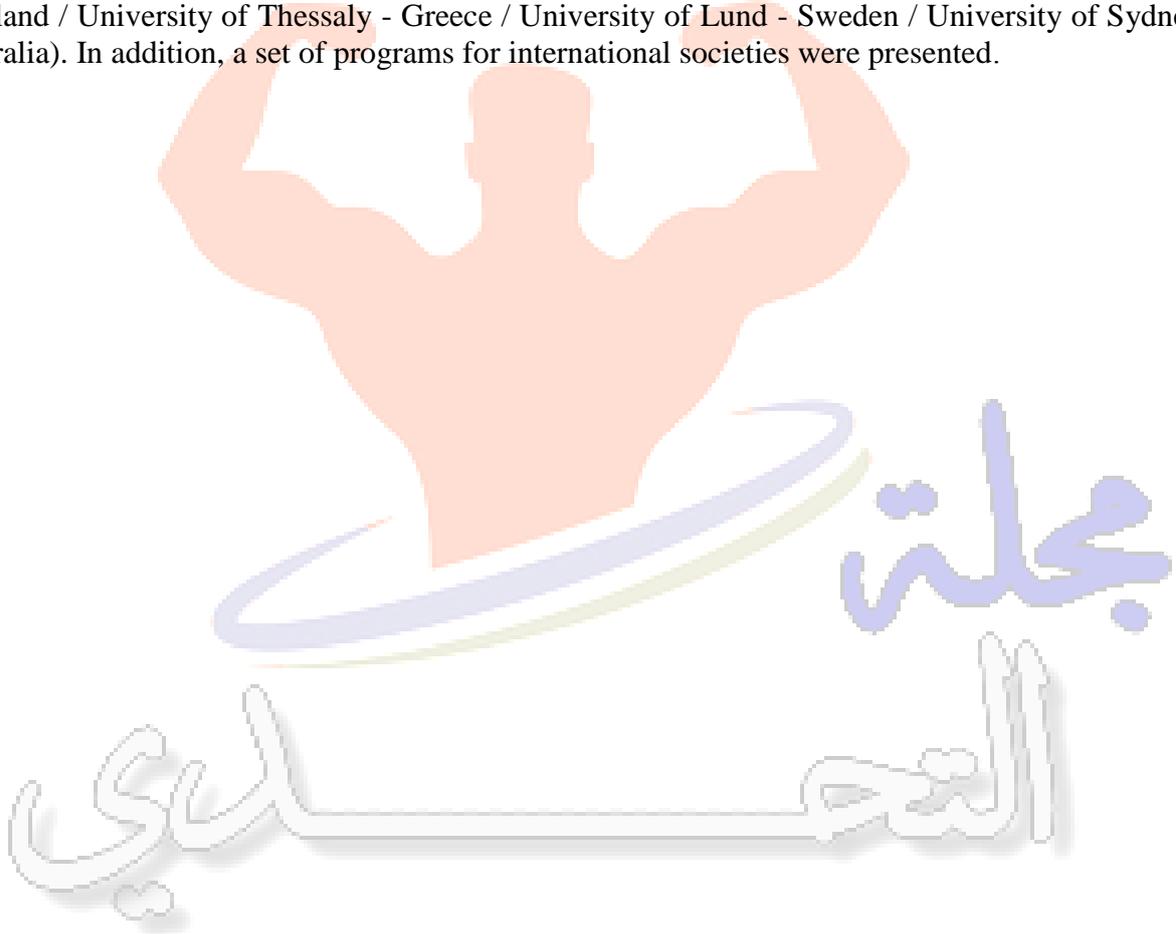
ومن هذا المنطلق سوف يتم عرض بعض البرامج الخاصة بعلم النفس الرياضي لمرحلة الدراسات العليا من وجهة نظر العديد من الكليات والمعاهد الرياضية من مختلف القارات للتعرف على الواقع العالمى لديهم من حيث برامجهم الاكاديمية المعدة للخريج وهى (جامعة ستيرلينج للتميز الرياضى - اسكتلندا / جامعة اكستر - بريطانيا / جامعة ولاية فلوريدا - امريكا / جامعة بروكسل فريجي - فرنسا / جامعة يوفاسكولا - فلندا / جامعة ثيسالى - اليونان / جامعة لوند - السويد / جامعة سيدنى - استراليا) كما تم عرض مجموعة من البرامج الخاصة بالجمعيات الدولية.



ABSTRACT :

Our current society has witnessed a wide renaissance in various fields, and this renaissance is based on scientific research and constructive objective study. As the colleges of Physical Education have a major role in serving sport as it is the educational institution specialized in preparing cadres that contribute in raising the position of sport at the local and global level.

In this behalf, some programs related to sports psychology for postgraduate studies will be presented from the viewpoint of many colleges and sports institutes from different continents in order to know the global reality they have in terms of their academic programs for the graduate. They are: (University of Stirling for Sports Excellence - Scotland / University of Exeter - Britain / University of Florida - USA / Free University of Brussels - VUB - France / University of Jyväskylä - Finland / University of Thessaly - Greece / University of Lund - Sweden / University of Sydney - Australia). In addition, a set of programs for international societies were presented.



برنامج علم النفس الرياضي من منظور بعض الجامعات الأوروبية

1- مقدمة و مشكلة الدراسة:

أصبح التطور العلمي سمة هذا العصر وما يطرأ عليه من اتجاهات جديدة وأفكار تؤثر في أسلوبه وإنتاجه، هذا التطور يفتح آفاقا للتعرف على ما هو جديد وأفكارا تؤثر في كل مجالات الحياة، وتعتبر مسايرة مجالات التربية الرياضية لهذا التطور العلمي الحديث من أهم مظاهر هذا العصر، حيث شهد مجتمعنا اليوم نهضة واسعة النطاق في مختلف الميادين وتقوم هذه النهضة على أساس من البحث العلمي والدراسة الموضوعية الهادفة.

وبما أن كليات التربية الرياضية لها دور كبير في خدمة الرياضية باعتبارها المؤسسة التربوية المتخصصة في الرياضة بالأسلوب العلمي، فهي لها دور رئيسي في إعداد خريج له مواصفات مميزة تجعله قادرا على العمل لرفع شأن الرياضة وزيادة ممارستها.

ومن هذا المنطلق سوف يتم رصد بعض البرامج الخاصة بتخصص علم النفس الرياضي لمرحلة الدراسات العليا من وجهة نظر العديد من الكليات والمعاهد الرياضية من مختلف القارات.

2- أهداف الدراسة:

1-2- إعطاء نظرة شاملة حول برامج علم النفس الرياضي في مختلف الجامعات الأوروبية.

2-2- تحليل محتوى هذه البرامج والاستفادة من النقاط الإيجابية فيها.

3-2- استخلاص أهم النتائج والعمل بها لإثراء مجال البحث في الرياضة العربية.

3- منهجية الدراسة:

1-3- منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج التحليلي.

3-2- وسائل الدراسة:

- المراجع والمصادر.

- شبكة الأنترنت الدولية.

الواقع العالمي

هي الخيار الأول للطلاب في دراسة الرياضة، فالتميز هو في صميم كل ما تقوم به في مجال الرياضة (التميز الأفضل في اسكتلندا) ابتداء من أبحاث مبتكرة لتحسين صحة الأمة وانتهاء بالإعداد الرياضي لتحقيق النجاح على الساحة العالمية.

درجة الماجستير في علم النفس الرياضي وتشمل دراسات الطالب:

النظرية والتطبيق للمهارات النفسية، استكشاف العمليات الاجتماعية، فهم الفروق الاجتماعية، تعلم مناهج البحث العلمي وتطبيقاته.

عناوين المقررات:

***التدريب والتنمية المهنية (SPSP 41) (30 ساعة معتمدة)**

يتعامل مع اكتساب المهارات والمعرفة لكل من التنمية الشخصية والتقدم الوظيفي وهناك مجموعة متنوعة من النهج للتطوير المهني بما في ذلك جلسات التشاور والتدريب والتوجيه والإشراف.

***مناهج البحث للرياضة (SPSP39) (15 ساعة معتمدة)**

يقدم تحليلاً للمجال الرياضي واستكشاف الجوانب الاجتماعية من التفاعلات والعلاقات والتأثيرات والتصورات كما يعالج أيضاً مجموعة واسعة من المواضيع من الرؤى النظرية والتجريبية والتطبيقية ويتعمق في مجالات مثل ديناميكيات الجماعة والعلاقات بين المدرب والرياضي والعلاقات مع الزملاء.

***تطبيقات في علم النفس الرياضي (SPSP42) (30 ساعة معتمدة)**

يقدم التطبيق على الرياضيين الناشئين ' الرياضيين المعاقين غيرها من الأخرى.

***علم النفس الاجتماعي (SPSP42) (15 ساعة معتمدة)**

يقدم موضوعات مثل العلاقات الاجتماعية، والاتصالات، القيادة في التدريب، تماسك الفريق، التحفيز، الروح المعنوية، تأثيرات الجمهور، القيم والأخلاق.

***القراءات الأساسية في علم النفس الرياضي (SPSP43) (15 ساعة معتمدة)**



يحتوي على أكثر التوجهات النظرية إثارة والمبتكرة والمتنوعة والمنظورات البحثية المتولدة في مئات من السنين الأولى في هذا المجال، هذه القراءات مرجعا موجزا لتاريخ ونمو وتطور واتجاهات مستقبلية لهذا المجال.

* الرسالة العلمية (SPSP10) (60 ساعة معتمدة)
يدرس الطلاب ويتعلمون كيفية التحليل النقدي للبحوث قبل الشروع في كتابة الرسالة.

EXETER

جامعة اكستر - بريطانيا

<http://psychology.exeter.ac.uk>

PSYCHOLOGY WITH SPORT AND EXERCISE SCIENCE

يركز البرنامج على اثنين من التطبيقات الهامة في علم النفس:

- فهم العناصر الأساسية اللازمة لتطوير المستوى المهاري.

- فهم آثار النشاط البدني على السلوك والإدراك والتفاعلات الشخصية والصحية النفسية

المقررات ذات الصلة بالبرنامج: (15 ساعة معتمدة لكل مقرر)

مقدمة في علم النفس الاجتماعي - علم النفس والتدريب الرياضي - مقدمة في علم النفس البيولوجي - مقدمة في

الأساليب البحثية

* علم النفس الرياضي والتدريب: (ESS1605)

الحصيلة العلمية :

عند الانتهاء بنجاح من هذا النموذج يكون الطالب قادرا على:

1- استخدام المصطلحات النفسية بشكل مناسب.

2- فهم النظريات والنماذج الأساسية في علم النفس الرياضي والتدريب .

3- شرح كيفية إمكانية استخدام المعرفة النظرية في علم النفس الرياضي والتدريبات التطبيقية.

المحتويات:

1- مقدمة في علم النفس الرياضي 2- الشخصية 3- الدافع

4-دينامية الجماعة 5-مقدمة إلى التدريب على المهارات النفسية

6-تحديد الأهداف 7- تماسك المجموعة

8- الإثارة والقلق والتوتر 9- الإصابة الرياضية 10- الإحباط



طرق التدريس : المحاضرات -التدريب العلمي

طريقة التقييم: إتمام الامتحان

المصادر: مذكرات المحاضرة لكل أسبوع، وسيتم إتاحة المواد العملية والمعلومات حول التقييم عبر موقع

[ELE\(http ;//vle.exeter.ac.uk\)](http://vle.exeter.ac.uk)

ومقالات/فصول الكتاب على النحو المنصوص عليه من قبل مجموعة المحاضرين

*مقدمة في علم النفس البيولوجي (PSY1202)

الحصيلة العلمية: عند الانتهاء من بنجاح من هذا النموذج يكون الطالب قادرا على:

- 1- فهم واستخدام مفاهيم ومصطلحات الموضوع المحدد
- 2- دراسة الارتباطات البيولوجية للسلوك على مختلف المستويات
- 3- وصف السلوك البشري بطريقة متعددة التخصصات
- 4- إعطاء أمثلة من المنهجيات البحثية التي سيتم تقديمها في المحاضرات العملية

المحتويات:

- 1.وظائف المخ
- 2.الاتصالات العصبية
- 3.الإدراك
- 4.علم وظائف الأعضاء السلوكي

طرق التدريس: المحاضرات-التدريب العلمي

طريقة التقييم: إتمام الامتحان- المقال

جامعة ولاية فلوريدا-أمريكا

يوفر البرنامج قاعدة متينة لخريج الدراسات العليا في العمل بالمناصب الأكاديمية بالكلية أو الجامعة وكذلك (ممارسة المهنة) كمستشار بدوام (جزئي/كلي) للرياضيين-المحترفين-فرق الهواة، وذلك للاهتمام بأبحاث تطبيقات علم النفس الرياضي-مع إتاحة الفرصة في التعلم عن بعد(الإنترنت).

متطلبات الحصول على درجة ماجستير/دكتوراه:

أثناء قبول الطلاب في أحد البرنامج سيتم تعيين مستشارا رئيسيا مؤقتا لهم والذي سوف يساعدهم في اختيار دوراتهم وتخطيط سنتهم الدراسية الأولى. ويتم في نهاية السنة الأولى مراجعة جميع الطلاب من قبل أعضاء



هيئة تدريس البرنامج. وسيختار كل طالب مستشار دائم في ذلك الوقت والذي يدير ما تبقى من برنامج دراسته ويشرف على رسالة بحثه.

اللجنة الإشرافية والبرنامج الدراسي

سيختار الطالب وأستاذه الرئيسي لجنة إشرافية تضم ثلاث أشخاص والتي يجب أن تتكون من المستشار الرئيسي وعضو إضافي واحد على الأقل من برنامج علم النفس، وعضو واحد على الأقل من خارج قسم علم النفس وستقوم اللجنة الإشرافية بالموافقة رسمياً على برنامج الدراسة، وإجراء الامتحان التمهيدي وكذا الإشراف على الرسالة.

العام الدراسي الأول: التسجيل في المقررات الأساسية والاختيارية بدء البحث المشرف عليه

العام الدراسي الثاني: التسجيل في دورات متقدمة. وإتمام الامتحان التمهيدي

العام الدراسي الثالث: بدء رسالة البحث وإعداد بيان الرسالة التمهيدي، وإجراء رسالة البحث

*مقررات برنامج الماجستير (30-33 ساعة معتمدة)

مقررات علم النفس (ما يصل إلى 25 ساعة معتمدة)

PET5216 علم النفس الرياضي

PET5255 الأسس الاجتماعية للنشاط البدني

PET6217 الإجهاد والأداء في مجال الرياضية

PET5390 القياس في علم النفس الرياضي

PET5240 علم النفس الرياضي التطبيقي

EDF5215 العمليات المعرفية في علم النفس الرياضي

EDF6937 ندوة في علم النفس الرياضي-الذات

EDF6937 ندوة متقدمة-نظريات في علم النفس

MHS5400 مقدمة في نظريات وتقنيات النصح والإرشاد

*مقررات برنامج الدكتوراه (30-33 ساعة معتمدة)

مقررات علم النفس (ما يصل إلى 9 ساعات معتمدة)

SOP5053 علم النفس الاجتماعي

CLP6169 علم النفس المرضي

PPE5055 نظرية الشخصية



*مقررات النصح والإرشاد (ما يصل إلى 10 ساعات معتمدة)

MHS5400 مقدمة في نظريات وتقنيات النصح والإرشاد

MHS5511 النصح والإرشاد الجماعي: النظرية والتطبيق

MHS6401 نظريات متقدمة في النصح والإرشاد الفردي

الدراسات ذات الصلة (تصل إلى 12 ساعة)

يمكن تحديد الدراسات ذات الصلة من أي مجال: ذا صلة في التعليم، وعلم النفس، النصح والإرشاد، علم الاجتماع، التعلم والإدراك، القياس والإحصاء

PSYCHOLOGICAL EXCELLENCE FOR ELITE PERFORMANCE

التميز النفسي للأداء النخبة

أصبحت المنظمات عاملا هاما في تنمية وأداء الرياضيين والفرق والمهوبين والنخبة والأولمبيين وتلعب العوامل النفسية دورا هاما في العديد من جوانب رياضة مستوى النخبة التنافسية خلال السنوات الماضية لم يصبح المدربين فقط أكثر معرفة عن تأثير العوامل النفسية في رياضة النخبة، بل أنهم قد استخدموا التقنيات العقلية والاستراتيجيات وعملوا مع مقدمي دعم علم النفس الرياضي ومدربي المهارات العقلية لتحسين الحالة النفسية للرياضيين.

في سبيل دعم لهذا الاتجاه انضمت قوى الاتحاد الأوروبي لعلم النفس الرياضي (FEPSAC) والمعهد الوطني للرياضة والخبرة والأداء (INSEP) وجامعة بروكسل الحرة (VUB) في الجمع بين مجال علم النفس الرياضي في رياضة النخبة والأولمبياد في برنامج على مستوى الخبراء المعروف باسم التميز النفسي لأداء النخبة (PE4EP)

بعض المواضيع التي يمكن مناقشتها خلال برنامج PE4EP:

- ماهية الكفاءات المطلوبة من الأخصائي النفسي الرياضي؟ "المعرفة المفاهيمية"
- ما يحتاجه المدربون النخبة لمعرفة حول علم النفس الرياضي التطبيقي من أجل تحسين الدعم المقدم للاعبينهم؟
- كيف يمكن للمدربين النخبة والأخصائي النفسي الرياضي معالجة الصراعات والأزمات؟
- ما هي الفوائد من المهارات الشخصية واستراتيجيات إدارة الأداء داخل حيز علاقات المدرب الرياضي؟
- كيفية دمج المهارات العقلية لسلوكيات المدرب في شكل جلسات (نهج C5)



- كيفية مراقبة استخدام المهارات العقلية لدى الرياضيين؟ "المهارات الشخصية والأدوات"
 - كيفية التعلم من التجربة التنافسية لتحسين المهارات العقلية؟
 - كيفية تطوير المهارات العقلية لدى الرياضيين الموهوبين؟
 - كيف يمكن استخدام البيانات النفسية في اختيار الرياضيين؟
 - ماهي التحديات التي تواجه الأخصائي النفسي الرياضي التطبيقي؟
- ويتم منح شهادة الاشتراك في برنامج PE4EP للمشاركين الذين أكملوا جميع محتويات البرنامج من قبل كلا من VUB وINSEP وFEPSA

جامعة بروكسل فريجي-فرنسا

كلية التربية البدنية والعلاج الطبيعي

PHYSICAL EDUCATION AND PHYSIOTHERAPY

طريقة التقييم:

- 1/ درجة الامتحان (وتمثل 50% من الدرجة النهائية)
- 2/ درجة لكتاب التمرينات الفردية (وتمثل 25% من الدرجة النهائية)
- 3/ درجة للمشاركة في عرض الفرقة (وتمثل 25% من الدرجة النهائية)

الكلية	التربية البدنية والعلاج الطبيعي
الدرجة الممنوحة	ماجستير في العلوم الرياضية
الموضوع	علم النفس النمو
عدد الساعات المعتمدة	144 ساعة معتمدة على النظام الأوروبي
الفريق التعليمي	مدرس الدورة PAUL WYLLEMAN
الأنشطة وساعات الاتصال	26 ساعة محاضرات 20 ساعة سمينار, تمارين أو عملي 26 ساعة دراسة فردي
متطلبات الالتحاق	البكالوريوس في مجال ذا صلة



الاتحاد الأوروبي لعلم النفس الرياضي

هو المنظمة الأولى في تمثيل مجال علم النفس الرياضي في أوروبا لأنه يدعم التطوير والتنمية لعلم النفس الرياضي من خلال تنظيم المؤتمرات ذات الجودة العالية التي تعقد كل 4 سنوات وسيعقد المؤتمر القادم في يوليو 2015 بسويسرا كما يقوم بتنظيم دورات دكتوراه صيفية بالتعاون مع جامعة كوبنهاجن ifi@ifi.ku.dk ويقوم باستعراض البحوث ذات الجودة العالية بمجلته الرسمية وهي مجلة مفتوحة لاستخدام الأساليب المنهجية

المتنوعة وسوف تحتاج تقارير من الممارسة المهنية إلى إثبات الصرامة الأكاديمية ويفضل ذلك من خلال تحليل فعالية البرنامج.

وقد جاء آخر مؤتمراته بعنوان "تطوير وتنمية الخبرة والتميز في علم النفس التطبيقي" تم إقامته في باريس 18-2013/5/19 تحت رعاية المعهد الوطني للرياضة والخبرة والأداء.

الماجستير الأوروبي في علم النفس والتدريب الرياضي
--

مدة الدراسة بالنظام الكامل: عامان
لغة التدريس: الإنجليزية
عدد الطلبة في البرنامج: 24 طالب من 21 جنسية (مقسمين بين ثلاث جامعات وطنية)
فترة التنقل: إلزامية (العام الدراسي الثاني من الدراسات في جامعة Leipzig)
المنح الدراسية: متاحة لكل من طلاب الأوروبيين وغير الأوروبيين
المناهج الدراسية: المقررات في الجامعات المشاركة في برنامج EMSEP
الدرجة العلمية: يتم منح الخريجين درجة مزدوجة أي على درجة الماجستير من جامعتين

120 ساعة معتمدة على فصول دراسية

يعد الطلاب للعمل البحثي أو المهني من خلال الدورات الدراسية- التدريب العملي-الخبرة البحثية بالتعاون مع 4 جامعات أوروبية.



مجالات التميز

المؤسسات الشريكة في برنامج EMSEP لديها مناطق معينة من التميز, والتي سوف تكون في متناول الطلبة المهتمين من خلال فترات التنقل وهي:

* جامعة يوفاسكولا Jyväskylä : التعلم الاجتماعي والعاطفي 'المهارات الحياتية' الانفعالات في الرياضة

* جامعة لوند Lund : ديناميكيات الجماعة وأداء الفريق

* جامعة نيسالي THessali : ممارسة الرياضة والصحة,الدافعية في التربية البدنية والرياضية

* جامعة لايبزيغ Leipzig: رياضة النخبة (المستويات العالية),تحسين الأداء,الجوانب الاجتماعية للتدريب الرياضي

سيبدأ الطلاب عامين دراسيين في جامعات وطنهم يوفاسكولا, لوند, نيسالي, وسيتم الجمع بينهم لفترة دراسة 3 أشهر في جامعة لانزيغ

جامعة يوفاسكولا - فنلندا

Faculty of sport and health sciences

إحدى الجامعات الرئيسية في برنامج لنيل درجة الماجستير الأوروبية في علم النفس الرياضي والتدريب EMESP

كود المقرر	عنوان المقرر	الساعات المعتمدة	طريقة الدراسة
LPSS018	ديناميكية الجماعة	5	امتحان في وجود الكتاب
LPSS021	مسائل معاصرة في علم النفس الرياضي والتمارين	5	محاضرات
LPSS019	النشاط البدني والرفاهية النفسية	5	امتحان في وجود الكتاب 3س معتمدة مراجعة 2س معتمدة
LPSS020	علم نفس التدريب	5	امتحان في وجود الكتاب
LPSS031	تطوير النشاط البدني	3	امتحان في وجود الكتاب

ديناميكية الجماعة LPSS018



عند الانتهاء بنجاح من هذا القرار يكون الطالب قادرا على:

الحصيلة العلمية

- فهم المناهج النظرية و العوامل المرتبطة بالعمليات الجماعية
- الفحص الدقيق لمختلف المناهج الحالية في دراسة ديناميكية الجماعة
- التقييم الدقيق لصحة نظريات القيادة
- معرفة استراتيجيات بناء الفريق
- تطبيق المعرفة المكتسبة من خلال أخذ دور فعال في حالات حل المشكلة

المحتويات يتضمن المقرر جوانب مختلفة من هيكل الجماعة وعملياتها الترابط بينهما والقيادة

طرق التقييم إتمام الامتحان في وجود الكتاب - الدرجات من صفر إلى 5

النشاط البدني والرفاهية النفسية LPSS019

عند الانتهاء بنجاح من هذا المقرر، يكون الطالب قادرا على:

- * أهمية النشاط البدني للبنية الشخصية
- * الأبحاث وأساليب البحث المتعلقة بذلك
- النشاط البدني والرفاهية/السعادة النفسية, الانفعالات, الإدراك, الشخصية تمرينات للحد من القلق

طرق التقييم الامتحان في وجود الكتاب 3س معتمدة ومراجعة مكتوبة 2س معتمدة- الدرجات من 0 إلى 5

LPSS018 ديناميكية الجماعة

عند الانتهاء بنجاح من هذا المقرر, يكون الطالب قادرا على:

- * فهم المناهج النظرية والعوامل المرتبطة بالعمليات الجماعية
- * الفحص الدقيق لمختلف المناهج الحالية في دراسة ديناميكية الجماعة
- * التقييم الدقيق لصحة نظريات القيادة
- * معرفة استراتيجيات بناء الفريق



*تطبيق المعرفة المكتسبة من خلال أخذ دور فعال في حالات حل المشكلة

يتضمن المقرر جوانب مختلفة من هيكل الجماعة وعملياتها الترابط بينها والقيادة.

المحتويات

إتمام الامتحان في وجود الكتاب-الدرجات من 0 إلى 5

طرق التقييم

LPSS019 النشاط البدني والرفاهية النفسية

عند الانتهاء بنجاح من هذا المقرر يكون الطالب قادرا على:

*أهمية النشاط البدني للبنية الشخصية

الحصيلة العلمية

*الأبحاث وأساليب البحث المتعلقة بذلك

النشاط البدني والرفاهية/السعادة النفسية، الانفعالات، الإدراك، الشخصية

المحتويات

تمارين للحد من القلق

الامتحان في وجود الكتاب 3س معتمدة ومراجعة مكتوبة 2س معتمدة-

طرق التقييم

جامعة ثيسالي - اليونان

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

The Département of Physical Education and sport
science

إحدى الجامعات الرئيسية المشاركة في برنامج لنيل درجة الماجستير الأوروبية في علم النفس الرياضي

والتدريب وتأسست هذه الجامعة في عام 1984 EMSEP

الرؤية: "تغيير حياة أولئك الذين اشتركوا بالجامعة من خلال المعرفة، والتعليم، والبحث والابتكار وحتى يتم الاعتراف بها محليا ودوليا للتميز في علم التمرين والرياضة والصحة وجودة الحياة"

MK0108 علم النفس الرياضي:

عند الانتهاء بنجاح هذا المقرر، يكون الطلاب قادرين على:

*فهم وتفسير السلوك في مجال الرياضة والتربية البدنية والترويج البدني.

الحصيلة العلمية

*وصف التهيئة النفسية لتحسين الأداء وتنمية الشخصية في الرياضة.

*إدماج مبادئ علم النفس الرياضي في التدريب الرياضي وفي تدريس التربية البدنية.

الدوافع الذاتية والخارجية في الرياضة، دوافع الإنجاز في الرياضة، تحديد

المحتويات



الأهداف، القيادة في مجال الرياضة العدوانية في الرياضة علم نفس الإصابة وإعادة تأهيل الإصابة.

طرق التقييم الامتحانات 100 %

الواجبات المنزلية 20 % (مضافة إلى درجة الامتحان)

MK0911 المهارات والتقنيات للرياضيين

عند الانتهاء بنجاح من هذا المقرر يكون الطلاب قادرين على:

الحصيلة العلمية *استعراض متعمق للمهارات والتقنيات النفسية المستخدمة لتعزيز الأداء

*تكوين حكم جيد عن هذه المهارات والتقنيات النفسية

*فهم الممارسات المتعلقة بالمهارات النفسية التي تم تمييزها كأساسيات في

الرياضات التنافسية

المحتويات الثقة بالنفس - احترام الذات - القلق - الاسترخاء - التركيز - تصميم وتنفيذ البرنامج

التدريبي على المهارات النفسية

طرق التقييم واجب منزلي مكتوب/امتحان لأخذه على المنزل 30% - العرض الشفوي 20%

أبحاث الفهم الذاتي 30% - العمل الجماعي 10% - المشاركة في القاعة

الدراسية 10%

الدكتوراه الفلسفية (PHD) في جامعة نيسالي-اليونان

هي درجة أكاديمية تشهد بأنه حاملها قد تم تدريبه وأنه أصبح قادرا على إجراء البحوث الأصلية وإنتاج المعرفة ويتم منح درجة الدكتوراه للطلاب الذين:

*قد أظهروا فهما منهجيا في مجال علم النفس الرياضي والتدريب والمعرفة العبقورية بالأساليب البحثية المتعلقة بالمجال.

*قد أثبتوا المقدرة على تحفيز وتصميم وإجراء البحوث النوعية في مجال النشاط البدني والرياضة .

*قد أسهموا إسهاما كبيرا في القراءات من خلال نشر البحوث الأصلية في المجلات المحكمة من الآخرين (واحد على الأقل).

*يكونون قادرين على تحليل دقيق وتقييم وإنتاج أفكار أصلية في مسائل متصلة بعلم نفس النشاط البدني والرياضة .

*يمكنهم نقل المعرفة والتطبيقات بشكل فعال التي تخرج من القراءات المعاصرة.

*يكونون قادرين على تعزيز داخل الأطر الأكاديمية والمهنية ذات التقدم التكنولوجي، والاجتماعي، والثقافي في مجال علم النفس الرياضي .



تم تعيين الحد الأدنى لمدة الدراسات للحصول على لقب الدكتوراه ليكون ثلاثة أعوام من الدراسة بدوام كامل (180 س معتمدة من النظام الأوروبي ECTS)

Lund Universit�.Sweden	
برنامج الماجستير الأوروبي بجامعة لوند- السويد	

عدد الساعات المعتمدة	النماذج الدراسية
الفصل الدراسي الأول	
7.5	الاختصاصات في علوم الرياضة-الطب الرياضي
7.5	الجوانب النفسية للرياضة والأداء البدني
7.5	القيادة والاتصالات
7.5	الجوانب الطبية والتقنية للرياضة والأداء البدني
الفصل الدراسي الثاني	
	علم النفس الرياضي والتمارين
7.5	- الرياضات الفردية
2.5	- الكتابة العلمية
20	معرفة متقدمة في علم النفس الرياضي والتمارين
5	التدريب
5	رسالة الماجستير



	الفصل الدراسي الثالث
10	// التدريب
10	/ المنهجية العلمية
	الفصل الدراسي الرابع
5	// المنهجية العلمية
25	// رسالة الماجستير

[//www.unb.ca/acade:http](http://www.unb.ca/acade)

جامعة نيو برونزويك - كندا
Sport and Exercise Psychology

دورة دراسية: هذا البرنامج يجمع بين دراسة علم الحركة وعلم النفس في محاولة لاستكشاف الأمور المعقدة مثل الصورة الجسدية ، التزام في التدريب، المخاطر ، العدوان، القلق والاثارة في الرياضة فضلا عن التحفيز ووضع الأهداف ، يتم دراسة الخصائص النفسية للمشاركة من المناهج النظرية والمفاهيم مثل مفهوم الذات، والانجاز ، الرضا الحركي السمات العامة وعلاقات الاداء.

العام الدراسي الأول والثاني:

المقررات المطلوبة: (9) مقررات من القائمة التالية:

1- PSYC 1003 مقدمة في علم النفس.. / عدد الفصول (3) - عدد الساعات المعتمدة (3)

يدرس مقدمة للأساس البيولوجي للسلوك ، والحافز ، التعلم ، الإحساس ، الإدراك ، التفكير

2- PSYC 1004 مقدمة في علم النفس / عدد الفصول (3) - عدد الساعات المعتمدة (3)

يدرس السلوك الاجتماعي ، الشخصية ، القيم ، التوجيه والإرشاد النفسي

المتطلبات الأساسية : PSYC 1003 (بدرجة من C فأعلى).

3- PSYC 2102 مناهج البحث في علم النفس / عدد الفصول (3) - عدد الساعات المعتمدة (11)

يدرس مقدمة لأساليب ونظرية البحوث الاختيارية والتجريبية في علم النفس

4- PSYC 2901 مقدمة في التحليل الإحصائي للأخصائي النفسي / عدد الفصول (3) - عدد الساعات

المعتمدة (3)



تعريف الطالب بالأدوات الأساسية للإحصاءات التي تستخدم لتلخيص و تحليل البيانات النفسية

5- SEP 2021 **الشباب في الرياضة / عدد الفصول (3) - عد الساعات المعتمدة (3)**

يدرس تأثير التجارب الرياضية على التنمية الشاملة للشباب . يتضمن تحليلا لطبيعة وأثر البرامج الرياضية للشباب لتحديد الاعتبارات النفسية والفسولوجية والاجتماعية والأخلاقية الرئيسية المحيطة بإشراك الشباب في الرياضة

6- SEP 2023 **مقدمة في علم الاجتماع الرياضي / عدد الفصول (3) - عدد الساعات المعتمدة (3)**

يدرس المواضيع مختلفة تحث تفكير الأخصائي الاجتماعي الرياضي.

العام الدراسي الثالث والرابع :

المقررات المطلوبة : (5) مقررات من القائمة التالية :

1- SEP 3032 **علم النفس الرياضي / عدد الفصول (3) - عدد الساعات (3)**

يدرس الاتجاهات المعاصرة في علم النفس الرياضي ، تشمل الموضوعات : الشخصية ، والدافع، الإثارة، الإجهاد، القلق، التعاون، التصور، تحديد الأهداف، التركيز

2- PSYC3033 **علم النفس الصحة / عدد الفصول (3)- عدد الساعات المعتمدة (3)**

تجميع للمساهمات العلمية والمهنية لتخصيص علم النفس نحو تنمية نهج شمولي للحفاظ على الصحة ، الوقاية والعلاج من المرض بما في ذلك الارتباطات التشخيصية والسببية المرضية كذلك بالصحة والمرض.

3- PSYC 3313 **مقدمة في الاختبار النفسي / عدد الفصول (3)- عدد الساعات المعتمدة (3)**

مقدمة لمبادئ الاختبارات النفسية مثل : الاختبارات العامة للذكاء والقدرات التفاضلية و السمات الشخصية

4- PSYC 4233 **تقييم البرامج / عدد الفصول (3) - عدد الساعات المعتمدة (3)**

يدرس المبادئ والأساليب المستخدمة في تخطيط وتنفيذ عمليات تقييم البرامج - مقدمة أساسية لاستعراض وتقييم البحوث التطبيقية

5- PSYC 3632 **الدافعية / عدد الفصول (3) - عدد الساعات المعتمدة (3)**

يدرس مفهوم الحافز - الباعث - الدافع بأنواعه- أمثله تطبيقه



جامعة سيدني - استراليا
كلية التربية والعمل الاجتماعي

هي جامعة أسترالية حكومية وتنتمي إلى الجامعات النخبة في استراليا - تصنف الجامعة رقم 27 كواحدة من أحسن الجامعات العالمية ، وكان خمسة من الحائزين على جائزة نوبل من التابعين للجامعة و الخريجين وأعضاء هيئة التدريس بها

مادة علم النفس الرياضي EDUH4003 84 ساعة معتمدة

مخرجات	تدرس هذه الوحدة تطبيق علم النفس في مجال الرياضة والتدريب - العوامل
التعلم	المؤثرة على الأداء - كيفية تحسين الأداء
المحتويات	الحافز ، القلق ، ديناميكيات الجماعة ، تطبيق النظريات النفسية لتحسين الأداء
طرق الدراسة	1 x 2 ساعة محاضرة / أسبوع لمدة 9 أسابيع ، 1 x 2 ساعة تدريب دراسي / أسبوع لمدة 9 أسابيع
طريقة التقييم	تحليل الاحتياجات (40%) - تطوير البرنامج (40%) - الامتحان (20%)

KIHU- Research Institute For Olympic Sports
High Performance Unit of Finnish Olympic
Committee- Research and Development Program

معهد البحوث الرياضي الأولمبي

<http://www.Kihu.jyu.fi/english>

يلقى معهد البحوث العلمية الرياضي الاولمبي KIHU في فنلندا احتراماً على الصعيدين المحلي والدولي باعتباره منظمة تستهدف خدمة العملاء في شتى التخصصات لبحث وتطوير وخدمة الرياضات ذات المستويات العالية ، كما يتخذ معهد KIHU الصدارة في كونه شريكا لمختلف الجماعات التي تولي اهتماما في المشاريع المشتركة العاملة على خلق الفرص لرياضات المستويات الأولمبية الناجحة في فنلندا.

الرسالة :

تشجيع رياضات المستويات العالية الفنندية من قبل أبحاث مبتكرة ومسئولة أخلاقيا وأديبا ومطبقه للجودة والتطوير وخدمه المجال الرياضي

القيم :

- إحراز النجاح في الرياضة الدولية
- الابتكار
- الجودة العالية
- الرياضة المستدامة أخلاقيا وبيئيا

المجالات الرئيسية للبحوث :

- تنظيم الحالة الانفعالية في الأداء
- العوامل النفسية في تدريب الناشئين
- التوجيه والارشاد للإصابة الرياضية
- علم النفس الفسيولوجي
- سيكولوجية الفئات الخاصة

الأساليب :

- يضع معهد **KIHU** تشكيلة عريضة من أساليب البحث الأساسية لعلم النفس الرياضي ، بما في ذلك المقابلات ، الملاحظة ، الاختبارات النفسية ، والاستبيانات ، وعلاوة على ذلك يمكن تطبيق بعض الاختبارات باستخدام أجهزة القياس الحديثة.
- غالبا ما تستند خدمات علم النفس الرياضي على مشكلة معينة يعاني منها الرياضي لا علاقة لها بالتدريب أو الأداء التنافسي - من أكثر المشاكل النفسية شيوعا التي يواجهها الرياضيون مشاكل في التركيز ، انعدام الدافعية ، وفقدان الثقة بالنفس.
- ويمكن أن يبدأ التعاون بين الرياضي وخبير التدريب النفسي حتى وان لم يوجد لدى الرياضي مشكلة معينة مرتبطة بالمنافسة أو التدريب ، وفي مثل هذه الحالة فان الهدف من التعاون هو تعزيز الاستعداد الذهني للرياضي ، فمن الضروري للرياضيين تعلم الاستفادة من تجاربهم السابقة عندما يحاولون مرارا وتكرارا للوصول إلى أقصى أداء لهم في المنافسة.

المشاريع الحالية:

- 1- المشاريع البحثية يجب أن تقي بمجموعة المعايير المحددة للبحوث العلمية ويخرج المشروع البحثي في شكل تقرير علمي - تتقدم المشاريع البحثية لطلب الحصول على منح ، والتي يتم منحها من قبل وزارة التربية والتعليم والتي عادة ما تمول المشاريع الكبرى التي تستمر لمدة 2-4 سنوات

2- مشاريع التنمية والتطوير تهدف لتطوير الأجهزة ، والأساليب أو البرامج التي سوف تفيد الرياضيين والمدربين أو الرياضة بشكل عام - تتقدم مشاريع التنمية للحصول على المنح ، والتي يتم منحها من قبل تيكس - مركز تنمية التكنولوجيا في فنلندا، واللجنة الأولمبية الفنلندية واللجنة البارأولمبية الفنلندية ومدة مشروع التنمية هي 1-4 سنوات

3- المشاريع الخدمية يتم تنفيذها بناء على طلب العملاء، وتتضمن قائمة العملاء الاتحادات الرياضية ، المعاهد الرياضية ، مراكز الاختبارات، شركات القطاع الخاص ، يحاول معهد KIHU تقديم الخدمات التي يعجز عن تقديمها المعاهد الأخرى نظرا لحدائثة ، وارتفاع التكلفة أو تعقيد الأساليب المتبعة ويمكن أن تكون مدة المشاريع الخدمية من بضعة أسابيع إلى 2-4 سنوات

تنفيذ المشاريع :

1. تفعيل العملاء من القطاع الرياضي والقطاع الخاص
2. خلق فكرة المشروع داخل معهد KIHU أو في القطاع الرياضي أو القطاع الخاص
3. تخطيط المشروع

- تشكيل فريق المشروع ، بقيادة أحد كبار الباحثين
 - رسم العوامل الأساسية ، وصياغة المشاكل ، ووضع جدول زمني أولي
 - الخطة المالية
 - استخدام الخطة ما هي النتيجة المحتملة للمشروع ؟
- تقديم الخطة إلى فريق الإدارة بمعهد KIHU و المجلس التنفيذي

Sportpsych.unt.edu

مركز UNT

لعلم النفس الرياضي وتميز الأداء

بدأ العمل بالمركز UNT عام 1998 وأصبح على قائدا / زعيما / مرشدا معترف به دوليا في مجال علم النفس الرياضي ، إن مركز UNT متعدد التخصصات ويجمع بين المعرفة والمهارات والخبرة في علم النفس الرياضي والتدريب بهدف تقديم خدمات علم النفس الرياضي، التعليم / التدريب/ البحوث بصورة فردية. الرسالة

- 1- تقديم خدمات علم النفس الرياضي للرياضيين والمدربين والفرق الرياضية، والأداء من خلال التوعية والتشاور، حلقات العمل الرسمية
- 2- عرض والتدريب متعدد التخصصات لطلاب الدراسات العليا وكذلك المدربين، والعلاج الطبيعي ، الأطباء والمهنيين المهتمين وأي مؤهل آخر



3- إجراء البحوث في مجال الرياضة وممارسة علم النفس ودمج النتائج في التدريب و الخدمات هناك نوعان من الخيارات التعليمية للطلاب الراغبين في نيل درجة الدراسات العليا في علم النفس الرياضي بمركز UNT :

أولاً : يمكن للطلاب نيل درجة الماجستير في علم النفس الرياضي والذي يؤكد على الجوانب النفسية والاجتماعية للرياضة

ثانياً، يمكن للطلاب نيل درجة الدكتوراه داخل برنامج علم نفس المشهر المعتمد من قسم علم النفس، ثم يحددوا تخصصهم في علم النفس الرياضي ، سيكون الطلاب الذين يتخرجون من برنامج الدكتوراه مؤهلين للحصول على الترخيص كأخصائي نفسي وشهادة كمستشار رياضي من خلال جمعية علم النفس الرياضي التطبيقي.

www.iaapsy.org

الجمعية الدولية لعلم النفس التطبيقي
**International Association of Applied
Psychology**

أقدم الجمعيات الدولية لعلماء النفس، تأسست في عام 1920 لتسهيل نشر المعرفة وتحسين علاقات العمل بين 1500 من الأعضاء من أكثر من 80 دولة تنظم الجمعية اجتماعاً عاماً يعقد كل أربع سنوات فيما يتعلق بكل مؤتمر دولي لعلم النفس التطبيقي الذي يعد بمثابة استعراض للتطور الحادث في علم النفس التطبيقي ويجمع عدة آلاف من علماء النفس من جميع أنحاء العالم كوحدة واحدة، وكان آخر هذه المؤتمرات قد عقد في اليونان عام (2006).

الرسالة:

تعزيزا للعلم والممارسة في علم النفس التطبيقي، وتسهيل التفاعل والتواصل مع علم النفس التطبيقي في كافة أنحاء العالم.

العضوية الشعبية: شعبة علم النفس الرياضي (شعبة 12)

شعبة 12 هي منظمة متعددة التخصصات تجمع فيما بينها علماء النفس التطبيقيين وباحثي التدريب والرياضة، والمربين، والطلاب من غيرهم من المهتمين في مجال علم النفس الرياضي التطبيقي.

الغرض من الشعبة 12:

- المساهمة في التنمية والنهوض بعلم النفس الرياضي الدولي من خلال الجمعية IAAP
- تشجيع ومناقشة البحوث والتطبيقات البحثية والتدريس، والممارسة ضمن المجال.
- تسهيل الاتصال والعمل بين الأعضاء.



الجمعية الدولية للطب النفسي الرياضي-إيطاليا (ISSP)

International Society of sport psychologie

ISSP هي المنظمة العالمية الوحيدة والجمعية المتعددة التخصصات التي تضم العلماء ممن تتركز اهتماماتهم البحثية على بعض جوانب علم النفس الرياضي وتأسست في عام 1994 للمضي قدما في تخصص الطب النفسي الرياضي، وهي ذات باع تاريخي كبير في مؤتمرات علم النفس الرياضي والتي كان من مؤسسيها فيروتشيو أنتونيلي في روما (إيطاليا) في المؤتمر العالمي الأول في مجال علم النفس الرياضي.

الرسالة:

منظمة موجهة لتشجيع البحوث، التطبيق، التطوير، التدريب في علم النفس الرياضي في جميع أنحاء العالم.

الأهداف:

- * 1 بدء وتطوير المعايير المتعلقة بالبحث في علم النفس الرياضي
- * 2 دعم وتشجيع البحث العلمي في علم النفس الرياضي وممارسته وتفسيره ونشره.
- * 3 تنظيم المؤتمر الدولي الدائم ودعم تنظيم الندوات الموجهة لموضوعات علم النفس الرياضي.
- * 4 توفير وسيلة لتبادل الأفكار من أجل تعزيز التفاهم المتبادل.
- * 5 تنظيم العلاقات بين المنظمات المحلية والدولية في مجال علم النفس وخاصة علوم الرياضة.
- * 6 تسيير المعلومات والوثائق، ونشر الخدمات فيما يتعلق بعلم النفس الرياضي.
- * 7 تحفيز الأنشطة العلمية والبرامج.
- * 8 الإشراف وتنسيق المنشورات الرسمية للجمعية.
- * 9 تقديم المشورة وتسيير إنشاء الجمعيات القارية والإقليمية والمحلية الأخرى في مجال علم النفس الرياضي.

جمعية علم النفس الرياضي التطبيقي-أمريكا (AASP)

Assosation for Applied sport Psychologys

تعمل الجمعية على إنشاء شبكة مهنية قوية، لتسهيل البحوث في هذا المجال وتطوير موارد للمهنيين العاملين في مجال الرياضة، وعلم النفس الرياضي والتدريب في كافة أنحاء العالم وجمعية AASP هي أكبر جمعية لعلم النفس الرياضي والتمارين حاليا في أمريكا الشمالية تقدم شهادة معتمدة لأعضائها.

الرسالة:

تشجيع وتنمية التعليم والبحث وبرامج التدريب، فضلا عن تمويل التطوير والفرص الجديدة في هذا المجال

عادة ما يكون الاستشاريون المعتمدون من جمعية (AASP) (CC-AASP) والأطباء النفسيون المرخصون ذو التدريب الخاص أكثر الممارسين والعاملين في مجال علم النفس الرياضي والتطبيقي، وعلى الرغم من أن هناك العديد من المفاهيم في علم النفس الرياضي والتدريب التطبيقي عن (خفض القلق والتوتر والغضب، الاتصال، تحديد الأهداف، والتركيز الدافع، الاسترخاء، التصور والتخيل، الحديث الذاتي بناء الفريق) فإن الهدف العام هو تعليم المهارات الذهنية اللازمة لأداء التدريب والمنافسة باستمرار، وزيادة الالتزام ببرامج التدريب، وإلى مساعدة الأفراد على تحقيق إمكاناتهم.

وقد وضعت جمعية علم النفس الرياضي التطبيقي (AASP) كتيباً عن التدريب الخرجين وإمكانيات التوظيف في علم النفس الرياضي والتمارين "الغرض الرئيسي من هذا الكتيب هو إلام الطلاب الراغبين في متابعة التدريب في مجال النفس الرياضي والتدريب حول المسارات الوظيفية المختلفة التي تتواجد داخل المجال والمسارات التعليمية التي يسعون لها لتلقي التدريب اللازم.

-قائمة المصادر والمراجع:

- 1- شبكة الأنترنت.
- 2- موقع جامعة ستيرلينج للتميز الرياضي.
- 3- موقع جامعة اسكتلندا.
- 4- موقع جامعة اكستر - بريطانيا.
- 5- موقع جامعة ولاية فلوريدا - أمريكا.
- 6- موقع جامعة بروكسل فريجي - فرنسا.
- 7- موقع جامعة يوفاسكولا - فلندا.
- 8- موقع جامعة ثيسالي - اليونان.
- 9- موقع جامعة سيدني - استراليا.