

علم النفس الرياضي

المحاضرة الأولى

مدرس المادة

د. عثمان الجبوري

علم النفس : وهو علم السلوك والعمليات العقلية

ويُعرّف السلوك بأنه :

مجموعة من الاستجابات التي تصدر عن الفرد تجاه المثيرات البيئية المختلفة؛ حيث تُمثّل البيئة جميع المؤثرات التي تدعم آلية ظهور السلوك.

العمليات العقلية :

أو العملية الذهنية وتشمل عمليات الإدراك الحسي والمطالعة والذاكرة والإبداع والمخيلة والأفكار والعقيدة والتفكير والإرادة والمشاعر – أو بمعنى آخر، كل الأشياء التي يقوم بها العقل.



ميادين علم النفس

1- علم النفس الرياضي : ويدرس الحالات النفسية لدى الرياضيين ورغباتهم ودوافعهم وميولهم وانفعالاتهم وقابلية تعلمهم الحركي .

2- علم النفس الصناعي:-

3- علم النفس التجاري :

4- علم النفس التربوي :

5- علم النفس الحربي:

6- علم النفس القضائي:

7- علم النفس النمو :

علم النفس الرياضي



- فرع من فروع علم النفس يركز على التعلم الحركي والرياضيون
- ويشمل دراسة العوامل النفسية التي تؤثر على المهارات الحركية
- يعمل على مساند الرياضي للوصول به الى اعلى انجاز

اهمية علم النفس الرياضي :

- كثير من يهمل الناحية النفسي في المجال الرياضي
- ولكن هناك من اعطاها اهمية كبيرة مستحقة وهناك من اعطاها اكثر مما تستحق
- للبطولة متطلبات اساسية كي تتحقق البطولة وهي , (**لياقة بدنية عامة** ،
- **لياقة بدنية خاصة**، **مدرب جيد**، **قابلية مهارية وخططية** ، **خبرة معقولة بالسباقات**، **خلفية علمية**، **خدمات ادارية** ، **اعداد نفسي جيد**) اي ركن يكون مفقود من هذه الاركان لا يمكن تحقيق البطولة جميعها با الاهداف البقية او الوصول بالانجاز الافضل
- تسلسل هذه الاركان لا يعني ان هذا الركن مقدم على الاخر

وينظر الى علم النفس الرياضي على انه احد المحاور المهمة لتحقيق
الدراسة العلمية لحركة الانسان ويرتبط هذا العلم ارتباطا بالعلوم
الرياضية والآخرى ومن أهمها :-

- 1- فسيولوجيا الرياضة
- 2- علم التشريح
- 3- علم الاجتماع الرياضي
- 4- الطب الرياضي
- 5- التعلم الحركي
- 6- النمو الحركي

(اهداف علم النفس الرياضي)

- 1- فهم سلوك الفرد الرياضي وتفسيراته هو ان الهدف لهذا الفهم لا يتم دون الرجوع الى جمع المعلومات والوقائع التي تمكننا من فهم سلوك الفرد الرياضي ويحتاج معرفة دوافع النشاط لحركة سلوك الفرد وميوله واتجاهاته والمعايير التي تحدد شخصيته.
- 2- التنبؤ بما سيكون عليه الفرد وتقويم سلوك الرياضيين وان التحكم في سلوك الرياضي من خلال انضباطه بالقوانين هي مسألة في غاية الأهمية لأنها تهدف الى رفع مكانته وتجعله منسجم مع بيئته.
- 3- ضبط سلوك الافراد ومعرفة افضل الطرق لتنشئة الافراد.