



جامعة مؤتة

نموذج توصيف خطة دراسية



أولاً: معلومات المادة:

اسم المادة: سيكولوجية التدريب والمنافسات الرياضية	رقم المادة: 1304103
الكلية: علوم الرياضة	عدد الساعات المعتمدة: 3
القسم: التدريب الرياضي	المتطلب السابق (إن وجد):
الفصل الدراسي: الثاني	وقت المحاضرة: اثنين ، أربعاء 2:00 – 3:30
العام الجامعي: 2019/2018	اسم المدرّس: د. بلال عوض الضمور
الساعات المكتتبية: 10-8 ح، ثل ، خميس 11-12.30 ن، ر	

ثانياً: الوصف العام للمادة:

يهدف هذا المساق إلى تعريف الطالب على العوامل والطرق السيكلوجية المستخدمة أثناء الوحدات التدريبية وكيفية إعداد الرياضيين للحالات والضغوطات النفسية التي قد يواجهونها خلال المنافسات (الدافعية والشخصية والاتجاهات)، وكيفية التعامل مع هذه الحالات من الناحية النظرية والتطبيقية يتناول هذا المساق مجموعة العلاقات المتبادلة بين أعضاء الجماعات الرياضية المختلفة وتأثير سلوك كل فرد من أفراد الجماعة على سلوك الآخرين ، و التفاعل الداخلي الاجتماعي والاستجابة المؤسسة على هذا التفاعل وانعكاس ذلك على تحقيق أهداف الجماعة الرياضية.

ثالثاً: أهداف المادة الدراسية:

1. أن يتعرف الطالب المصطلحات الخاصة بموضوعات سيكولوجية التدريب والمنافسات.
2. أن يتعرف الطالب إلى الفروق ما بين فترة الإعداد وفترة المنافسات من الناحية النفسية.
3. أن يتعرف الطالب إلى سيكولوجية الفئات المختلفة من الرياضيين (رجال، سيدات، ناشئين، ذوي احتياجات خاصة).
4. أن يتعرف الطالب إلى الفرق بين الضغط والتوتر والاستثارة، وكيفية التعامل الميداني مع هذه الحالات.
5. أن يتعرف الطالب إلى بعض المقاييس الخاصة بالنواحي السيكلوجية في المجال الرياضي.

رابعاً: مخرجات التعلم المتوقعة

1. يكون الطالب قادر على التفريق في التعامل بين الفئات المختلفة في المجال الرياضي من الناحية السيكولوجية.
2. يكون الطالب قادر على التحليل النظري للحالات السيكولوجية من (انفعال، توتر، ضغط، قلق، دافعية، حوافز،) وغيرها من المفاهيم في هذا المجال.

خامساً: الخطة التفصيلية للمادة

المصادر والمراجع المطلوبة	الموضوعات المتوقعة تغطيتها	الأسبوع
عبدالرحمن، نبيلة؛ وفكري، سلوى. (2004). <u>سلسلة المراجع في التربية البدنية والرياضية، منظومة التدريب الرياضي، فلسفية - تعليمية - نفسية - فسيولوجية - بيوميكانيكية - إدارية</u> . دار الفكر العربي، القاهرة.	مقدمة في موضوعات سيكولوجية التدريب	الأسبوع الأول 2019 /1/31 - 1 /27
الخزاعلة، محمد؛ وعطية، محمود؛ والمومني، تحسين؛ والسخني، حسين. (2013). <u>الرياضة وعلم النفس</u> . (ط1)، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.	• سيكولوجية معلم التربية الرياضية • سيكولوجية المدرب الرياضي	الأسبوع الثاني 2019 /2/7 - 2 /3
فوزي، أحمد أمين. (2006). <u>مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم - التطبيقات</u> . دار الفكر العربي، القاهرة.	• سيكولوجية المدرب الرياضي للفئات العمرية • سيكولوجية الناشئين	الأسبوع الثالث 2019 /2/14 - 2 /10
عنان، محمود؛ باهي، مصطفى. (2000). <u>مقدمة في علم نفس الرياضة</u> . مركز الكتاب للنشر، القاهرة.	• سيكولوجية الرجال • سيكولوجية السيدات	الأسبوع الرابع 2019 /2/21 - 2 /17
المندلوي، قاسم؛ والشاطي، محمود. (1987). <u>التدريب الرياضي والأرقام القياسية</u> . وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة الموصل، العراق	• سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة • سيكولوجية مدرب الألعاب الفردية	الأسبوع الخامس 2019 /2/28 - 2 /24
علاوي، محمد حسن. (2002). <u>علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية</u> . دار الفكر العربي، القاهرة.	الاختبار النظري الاول	الأسبوع السادس 2019 /3/7 - 3 /3
علاوي، محمد حسن. (2002: ب). <u>سيكولوجية المدرب الرياضي</u> . دار الفكر العربي، القاهرة.	• سيكولوجية مدرب الألعاب الجماعية • سيكولوجية المنافسات	الأسبوع السابع 2019 /3/14 - 3 /10
حسين، قاسم حسن؛ ويوسف، فتحي المهشيش. (1999). <u>الموهوب الرياضي (سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي)</u> . (ط1)، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان.	• سيكولوجية الإصابات الرياضية	الأسبوع الثامن 2019 /3/21 - 3 /17

<p>علاوي، محمد حسن. (1978). <u>علم النفس الرياضي</u>. (ط3)، دار المعارف، القاهرة.</p> <p>علاوي، محمد حسن. (1998). <u>مدخل في علم النفس الرياضي</u>. (ط3)، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة.</p> <p>محمود، غازي صالح. (2011). <u>علم النفس الرياضي، سيكولوجية التدريب والمنافسات في كرة القدم</u>. (ط1)، مكتبة المجمع العربي للنشر، عمان.</p> <p>الزعبي، صالح؛ والخياط، ماجد. (2011). <u>علم النفس الرياضي</u>. (ط1)، دار الراجحة للنشر والتوزيع، عمان.</p> <p>الداهري، صالح. (2005). <u>سيكولوجية رعاية الموهوبين والتميز من ذوي الاحتياجات الخاصة</u>. (ط1)، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان.</p> <p>ياسين، رمضان. (2008). <u>علم النفس الرياضي</u>. (ط1)، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان.</p> <p>الختاتنه، سامي؛ أبو أسعد، أحمد؛ والكركي، وجدان. (2013). <u>مبادئ علم النفس</u>. (ط3)، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن، عمان.</p>	القلق، والضغط، والتوتر	الأسبوع التاسع 2019/3/28 – 3/24
	الدافعية في المجال الرياضي	الأسبوع العاشر 2019/4/4 – 3/31
	الميل والاتجاهات في المجال الرياضي	الأسبوع الحادي عشر 2019/4/11 – 4/7
	الاختبار النظري الثاني	الأسبوع الثاني عشر 2019/4/18 – 4/14
	التوجيه والإرشاد للرياضيين	الأسبوع الثالث عشر 2019/4/25 – 4/21
	القياس في مجال سيكولوجية التدريب والمنافسات	الأسبوع الرابع عشر 2019/5/2 – 4/28
	مراجعة عامة للامتحان	الأسبوع الخامس عشر 2019/5/9 – 5/5
	الاختبار النهائي النظري	الأسبوع السادس عشر 2019/5/16 – 5/12

سادسا: طرق واستراتيجيات التدريس

الطرائق والاستراتيجيات والوسائل	No
الطريقة الكلية	1
الطريقة الجزئية والكلية والطريقة الكلية والجزئية	2
الوسائل التعليمية ذاتا شوه	3
تقارير واوراق العمل	4
وسائل مساعدة في التعلم العملي	5

سابعا: استراتيجيات التقويم ومواعيدها

رقم التقويم	الاسبوع المستحق والتاريخ	طبيعة مهمة التقويم (مثلا: اختبار أول، اختبار قصير، أو مشاركة، عرض تقديمي، تقارير)	نسبة الدرجة إلى درجة التقويم النهائي
1	الأسبوع السادس 2019/3/7 – 3/3	اختبار أول نظري 20%	الاسبوع السادس
2	الأسبوع الثاني عشر 2019/4/18 – 4/14	اختبار ثاني نظري 20%	الاسبوع العاشر

طول الفصل	مشاركة 10%	على امتداد الفصل	3
الاسبوع السادس عشر	اختبار نهائي نظري 50%	الاسبوع السادس عشر 2019/5/16 – 5/12	4
(%100)	المجموع الكلي		

ثامنا: مصادر التعلم الأساسية والثانوية:

1- الكتب والمراجع الثانوية :

نيراس يونس المراد, & مؤيد عبد الرزاق حسو. (2008). سيكولوجية الأداء الرياضي من وجهة نظر لاعبي بعض الألعاب الفرعية والفردية والقتالية. مجلة الرافدين للعلوم الرياضية, 14(47), 93-72.

عمارة نور الدين, حبارة محمد, & صغيري راجح. (2013). سيكولوجية الاعلام الرياضي و محتوى الرسالة الاعلامية في المجال الرياضي. مجلة الابداع الرياضي, 4(3), 355-345.

النظاري محمد حسين. (2013). الاعلام الرياضي ودوره في تنامي العنف بالملاعب اليمنية. مجلة الابداع الرياضي, 4(3), 154-143.

بن دغفل رشيد, & صغيري راجح. (2011). اثر النشاط الرياضي التنافسي المكيف على العلاقات الاجتماعية للمعاق حركيا. دراسة ميدانية لفريق كرة الطائرة بوسعادة. مجلة الابداع الرياضي, 2(2), 141-128.

براهيمي, يعقوب, خرشي, & مخلوف. (2017). تنمية السمات الانفعالية وعلاقتها بالأداء الرياضي للاعبي كرة الطائرة (Doctoral dissertation).

الشريف, & عبدالله إبراهيم علي العياشي. سيكولوجية اللعب للأطفال المكفوفين (Doctoral dissertation), جامعة طيبة.

تاسعا: إرشادات عامة

No	سياسة الحضور والغياب، التغيب عن الامتحانات، المشاركة الصفية، التقارير والأوراق البحثية
1	حضور لا يقل عن 85%
2	يسمح غياب 15%
3	كل من يتغيب عن أي امتحان بدون عذر رسمي توضع علامة صفر
4	الالتزام بموعد تسليم التقارير