



توصيف المقرر الدراسي

(الدراسات العليا)

اسم المقرر: علم النفس الرياضي
رمز المقرر: 503 مسك
البرنامج: ماجستير العلوم في التدريب الرياضي
القسم العلمي: الميكانيكا الحيوية والسلوك الحركي
الكلية: كلية علوم الرياضة والنشاط البدني
المؤسسة: كلية علوم الرياضة والنشاط البدني
نسخة التوصيف: 2023
تاريخ آخرمراجعة: اكتب هنا



جدول المحتويات

- أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي 3
- ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها 4
- ج. موضوعات المقرر 6
- د. أنشطة تقييم الطلبة 6
- هـ. مصادر التعلم والمرافق 7
- و. تقويم جودة المقرر 7
- ز. اعتماد التوصيف 7



أ. معلومات عامة عن المقرر الدراسي:

1. التعريف بالمقرر الدراسي:

1. الساعات المعتمدة: (3 ساعات)			
2. نوع المقرر			
أ-	<input type="checkbox"/> متطلب جامعة	<input type="checkbox"/> متطلب كلية	<input type="checkbox"/> متطلب تخصص
ب-	<input checked="" type="checkbox"/> إجباري	<input type="checkbox"/> اختياري	<input type="checkbox"/> متطلب مسار
3. السنة / المستوى الذي يقدم فيه المقرر: (المستوى الثاني)			
4. الوصف العام للمقرر			
يتضمن المقرر الممارسة النفسية للتدريب الرياضي، دراسات متقدمة في الشخصية الرياضية، الوصف النفسي للأداء الرياضي، القلق وأثره على الأداء الرياضي، اليقظة الذهنية لخفض الضغوط، تعزيز الدافعية بين الرياضيين، والتدريب على تركيز الانتباه، والتصور الذهني، التدريب على الصلابة الذهنية، تطوير الثقة الرياضية، الدعم النفسي للإصابة الرياضية.			
5- المتطلبات السابقة لهذا المقرر(إن وجدت)			
6- المتطلبات المتزامنة مع هذا المقرر(إن وجدت)			
7. الهدف الرئيس للمقرر			
يهدف هذا المقرر إلى التعرف على الاتجاهات المعاصرة في علم النفس الرياضي والاطلاع على نتائج البحوث النفسية المرتبطة بالرياضة ولأداء البدني.			

2. نمط التعليم:

م	نمط التعليم	عدد الساعات التدريسية	النسبة
1	تعليم اعتيادي	3	%100
2	التعليم الإلكتروني		
3	التعليم المدمج • التعليم الاعتيادي		



م	نمط التعليم	عدد الساعات التدريسية	النسبة
	● التعليم الإلكتروني		
4	التعليم عن بعد		

3. الساعات التدريسية: (على مستوى الفصل الدراسي)

م	النشاط	ساعات التعلم	النسبة
1	محاضرات	3	
2	معمل أو إستوديو		
3	ميداني		
4	دروس إضافية		
5	أخرى (تذكر)		
	الإجمالي		

ب. نواتج التعلم للمقرر واستراتيجيات تدريسها وطرق تقييمها:

الرمز	نواتج التعلم	رمز نتائج التعلم المرتبط بالبرنامج	استراتيجيات التدريس	طرق التقييم
1.0	المعرفة والفهم			
1.1	يعرف استراتيجيات تنمية مهارات التفكير الناقد وحل المشكلات في مجال علم النفس الرياضي	3ع	-محاضرات -واجبات -مناقشات	-الاختبارات -التحصيلية. -العروض. -تقييم المشروعات -البحثية
2.0	المهارات			
2.1	تطبيق المنهج العلمي لحل المشكلات المهنية في مجال علم النفس الرياضي	5م	-محاضرات -واجبات -مناقشات	-الاختبارات -التحصيلية. -العروض. -تقييم المشروعات -البحثية
3.0	القيم والاستقلالية والمسؤولية			
3.1	الأمانة العلمية في مجال البحث والنشر العلمي في	5ق	-محاضرات -واجبات	التعلم الذاتي



طرق التقييم	استراتيجيات التدريس	رمز ناتج التعلم المرتبط بالبرنامج	نواتج التعلم	الرمز
	-مناقشات		مجال علم النفس الرياضي	



ج. موضوعات المقرر:

م	قائمة الموضوعات	الساعات التدرسية المتوقعة
1	- مقدمة في علم النفس الرياضي	3
2	- الممارسة النفسية للتدريب الرياضي.	3
3	- دراسات متقدمة في الشخصية الرياضية.	3
4	- الوصف النفسي للأداء الرياضي	3
5	- القلق وأثره على الأداء الرياضي.	3
6	- اليقظة الذهنية لخفض الضغوط	3
7	- التصور الذهني،	3
8	أختبار فصلي أول	3
9	- تعزيز الدافعية بين الرياضيين	3
10	- التدريب على الصلابة الذهنية	3
11	- تطوير الثقة الرياضية	3
12	التدريب على تركيز الإنتباه	3
13	- الدعم النفسي للأصابة الرياضية.	3
14	أختبار فصلي ثاني	3
15	أختبار نهائي	3
المجموع		

د. أنشطة تقييم الطلبة:

م	أنشطة التقييم	توقيت التقييم (بالأسبوع)	النسبة من إجمالي درجة التقييم
1	اختبار دوري (1)	السادس	20
2	اختبار دوري (2)	التاسع	20
3	تكاليفات وحضور ومشاركة		20
4	اختبار نهائي	السابع عشر أو الثامن عشر	40

أنشطة التقييم (اختبار تحريري، شفهي، عرض تقديمي، مشروع جماعي، ورقة عمل وغيره)

هـ. مصادر التعلم والمرافق:

1. قائمة المراجع ومصادر التعلم:

1. Adam R. Nicholls: Psychology in Sports Coaching Theory and Practice, 2017	المرجع الرئيس للمقرر
1. عبد العزيز ابراهيم سليم (2023) علم النفس الرياضي، دار الزهراء للنشر والتوزيع، مكة ، المملكة العربية السعودية.	المراجع المساندة
	المصادر الإلكترونية
	أخرى

2. المرافق والتجهيزات التعليمية والبحثية المطلوبة:

متطلبات المقرر	العناصر
قاعات تدريسية	المرافق النوعية (القاعات الدراسية، المختبرات، قاعات العرض، قاعات المحاكاة ... إلخ)
جهاز عرض	التجهيزات التقنية (جهاز عرض البيانات، السبورة الذكية، البرمجيات)
	تجهيزات أخرى (تبعاً لطبيعة التخصص)

و. تقويم جودة المقرر:

طرق التقييم	المقيمون	مجالات التقييم
غير مباشر	الطالب	فاعلية التدريس
مباشر	الطالب	فاعلية طرق تقييم الطلاب
غير مباشر	الطالب	مصادر التعلم
مباشر	عضو هيئة التدريس	مدى تحصيل مخرجات التعلم للمقرر
مباشر	الطالب	أخرى

المقيمون (الطلبة، أعضاء هيئة التدريس، قيادات البرنامج، المراجع النظير، أخرى (يتم تحديدها).
طرق التقييم (مباشر وغير مباشر).

ز. اعتماد التوصيف:

مجلس قسم الميكانيكا الحيوية والسلوك الحركي	جهة الاعتماد
11	رقم الجلسة
2024/11/28م	تاريخ الجلسة