

## موضوعات علم النفس الرياضي

يبحث علم النفس الرياضي، في دراسة سلوك الرياضي من خلال دراسة:

1- سيكولوجية الرياضي: يهتم هذا الموضوع بدراسة الشخصية الرياضية من حيث مكوناتها و دوافعها و أساليب تطورها و إعدادها و كيف تنمو هذه الشخصية من خلال الممارسة الرياضية، و كيف تؤثر هذه مستوى أداء هذا الرياضي، و كيفية إعداده نفسيا لمتطلبات التدريب و التنافس الرياضي. الشخصية وتتأثر بنوع النشاط الممارس، كما يهتم بدراسة العوامل التي تؤثر في ارتقاء أو انخفاض -ما يستشعره الرياضي من انتماءات و عواطف و انفعالات، مثل: الغضب - الغيرة - الخوف - الحب - الكراهية، وما يترتب على ذلك من الصحة النفسية أو عدم توافرها - .ما يصدر عن الرياضي من نشاط عقلي يسيطر عليه الذكاء، و العمليات و الأنشطة العقلية، مثل: التفكير - الفهم - الإدراك - التذكير - التخيل - التصور - التعليم، و تباين القدرات و المهارات العقلية عنده، إذ أن البشر يختلفون في قدراتهم كالقدرة اللغوية و الحسابية ... و غيرها، مثلما يختلفون في نسب الذكاء.

2- سيكولوجية المربي الرياضي: في هذا الموضوع يتم دراسة المتطلبات النفسية لكل من مدرسي التربية الرياضية، و المدرب الرياضي و الإداري أو المربي الرياضي بصفة عامة و اتجاهاتهم و دوافعهم السوية المنتجة و كذا الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي.

3- سيكولوجية الأنشطة الرياضية: في هذا الموضوع يتم تحديد طبيعة الممارسة الرياضية و متطلباتهم البدنية و العقلية و الانفعالية، و تأثير الأنشطة بصفة عامة و تأثير كل نشاط بصفة خاصة على دوافع و مهارات نفسية و غيرها مما يسهم في الارتقاء بمستوى أداء الأنشطة الرياضية. الشخصية، كما يتم تصنيف الممارسة تبعا لنوع النشاط و الوقوف على متطلبات و طبيعة كل نشاط بصفة خاصة على دوافع و مهارات نفسية و غيرها مما يسهم في الارتقاء بمستوى أداء الأنشطة الرياضية. الشخصية، كما يتم تصنيف الممارسة تبعا

ذلولوع النشاط والوقوف على متطلبات وطبيعة كل نشاط مندوافع ومهارات نفسية وغيرها مما يسهم في الارتقاء بمستوى أداء الأنشطة الرياضية.

4- سيكولوجية التعلم الحركي و التدريب الرياضي: و فيها يتم دراسة الأسس النفسية لتعليم المهارات الحركية و خطط اللعب، و كيفية الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي إلى أقصى الحدود الوظيفية، هذا بالاضافة إلى دراسة أهم المتغيرات التي تسهم في استثارة الرياضي خلال التدريب لتحقيق أفضل مستوى ممكن من الإنجاز، و لاكتساب المعلومات و المعارف و تطوير الميول و الاتجاهات و المهارات العقلية و السمات الانفعالية

5- سيكولوجية المنافسة الرياضية والإعداد النفسي

في هذا النوع يتم تصنيف المنافسة الرياضية إلى فردية أو اجتماعية، ودية أو رسمية، محلية أو دولية، داخلية أو خارجية، تمهيدية أو نهائية، وذلك بهدف تحديد طبيعة كل منافسة و تأثيرها علالانفعالات المرتبطة بها و الإجراءات المناسبة لضبطها. الأداء الرياضي و متطلباتها النفسية، و على ضوء ذلك يتم دراسة الإعداد النفسي لكل منافسة و الانفعالات المرتبطة بها و الإجراءات المناسبة لضبطها.

6 سيكولوجية الجماعة الرياضية: دراسة المحاور الأساسية لبناء الجماعة الرياضية و العوامل التي تساعد على تماسكها أو تصدعها و أساليب القيادة و تأثيرها في الجماعة و طرق قياس العلاقات بين أفرادها و ظواهر الصراع و التعصب و كذلك المنافسة بين أفراد الجماعة أو بين عدة جماعات، و لا إلى الجماعات المؤقتة التي تحتشد لتشجيع فرقها. تقتصر على الفرق الرياضية، بل تمتد إلى العلاقات بين الفرق المختلفة، كما تمتد أيضا في هذا موضوع إلى الجماعات المؤقتة التي تحتشد لتشجيع فرقها

7- سيكولوجية الدافعية الرياضية: يهتم هذا الموضوع بدراسة الأسباب المباشرة و الغير مباشرة التي تمكن وراء مختلف أنماط السلوك الرياضي في المدرسة و في وقت الفراغ و في رياضة المستوياتغيرها من الأنماط المتباينة للسلوك في الرياضة. العالية، كما يهتم أيضا بدوافع السلوك غير السوي في الرياضة كالعدوان و دوافع سلوك الجماهير وغيرها من الأنماط المتباينة للسلوك في الرياضة.