



مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية

مجلة علمية محكمة تصدرها كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



تأثير علم النفس الرياضي على تحسين المهارات النفسية لطلاب الجامعة بدرس التربية الرياضية

م.د. بثينة جميل الجابري

buthaina.nsaif@uobasrah.edu.iq

جامعة البصرة/كلية العلوم

الملخص

تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية: التعرف على المهارات النفسية التي يمكن أن يساهم علم النفس الرياضي في تطويرها لدى الطلاب في درس التربية الرياضية، التعرف على الأساليب التي يمكن استخدامها في تدريس علم النفس الرياضي في المدارس، التعرف على أثر استخدام علم النفس الرياضي في تطوير المهارات النفسية لدى الطلاب في درس التربية وتمثل أهمية هذه الدراسة في تساهم في زيادة الوعي بأهمية علم النفس الرياضي في التربية الرياضية، ساعد المعلمين والمدرسين على استخدام أساليب علم النفس الرياضي في تدريس التربية الرياضية تعتمد هذه الدراسة على المنهج الوصفي، والذي يهدف إلى وصف الظاهرة المراد دراستها. وسيتم جمع البيانات اللازمة للدراسة من خلال المقابلات مع المعلمين والمدرسين في مدارس التربية الرياضية، توزيع استبانات على الطلاب في مدارس التربية الرياضية الاستنتاجات أن هناك فرقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المهارات النفسية في مهارة التكيف مع التغيير، حيث حصل الذكور على متوسط درجة أعلى. يمكن تفسير هذا الاختلاف بعدة أسباب محتملة، منها: أما بالنسبة للفرق بين متوسطات درجات المهارات النفسية في مهارة القيادة، فقد يكون هذا الاختلاف ناتجاً عن نفس الأسباب المذكورة أعلاه. بالإضافة إلى ذلك، قد تلعب التوقعات الاجتماعية دوراً في هذا الاختلاف، حيث يُتوقع من الذكور بشكل عام أن يكونوا قادة. بناءً على النتائج، يمكن تقديم التوصيات التالية: ضرورة تعزيز المهارات النفسية لدى الطلاب من خلال برامج التربية الرياضية. يمكن تحقيق ذلك من خلال إدراج محتوى علم النفس الرياضي في برامج التربية الرياضية، واستخدام أساليب التدريس التي تركز على تطوير المهارات النفسية، وتوفير فرص للطلاب لممارسة المهارات النفسية في بيئة رياضية آمنة ومحفزة. ضرورة التركيز على تنمية مهارة التكيف مع التغيير لدى الطلاب. يمكن تحقيق ذلك من خلال توفير فرص للطلاب للتعامل مع التغييرات في البيئة الرياضية، مثل التغيير في القواعد أو في المنافسين ضرورة تنمية