

# **محتوى مقياس "علم نفس النمو" / السنة الثانية لبيانس**

## **المحاضرة 1 : مدخل مفاهيمي في علم نفس النمو**

1. تعريف علم نفس النمو وأهميته في ميدان الرياضة.
2. مراحل النمو الأساسية (البدني، المعرفي، العاطفي، الاجتماعي).
3. العلاقة بين النمو والتدريب الرياضي.

## **المحاضرة 2 : النمو البدني والحركي**

1. مراحل النمو البدني من الطفولة حتى الشباب.
2. تأثير النمو على القدرات الحركية واللياقة البدنية.
3. العوامل المؤثرة في النمو الحركي الرياضي.

## **المحاضرة 3 : النمو المعرفي – النظريات الأساسية**

1. نظريات "بياجيه" في النمو المعرفي.
2. المراحل المعرفية وتأثيرها على التعلم الرياضي.
3. التطبيقات التربوية في النشاط البدني الرياضي.

## **المحاضرة 4 : النمو العاطفي والإجتماعي**

1. تطور الشخصية والهوية لدى الرياضيين الشباب.
2. تأثير الجماعة والبيئة الإجتماعية على نمو الفرد.
3. دعم الصحة النفسية في التدريب الرياضي.

## • المحاضرة 5: النمو اللغوي والتواصل

1. مراحل تطور اللغة والتواصل لدى الأطفال واليافعين.
2. دور التواصل الفعال في المجال التربوي والتدريب الرياضي.
3. تقنيات تعزيز التواصل لدى الرياضيين.

## • المحاضرة 6: التطور الحسي والحركي

1. التطور الحسي (البصري، السمعي، الحسي العضلي).
2. العلاقة بين الحواس والتنسيق الحركي.
3. التدريب الحسي الحركي في الميدان الرياضي.

## • المحاضرة 7: النمو في مرحلة الطفولة المبكرة

1. الخصائص النفسية والحركية لطفولة المبكرة.
2. أهم التحديات في التدريب الرياضي للأطفال.
3. الأساليب التربوية المناسبة.

## • المحاضرة 8: النمو في مرحلة المراهقة

1. التغيرات النفسية والبيولوجية في المراهقة.
2. قضايا الهوية والذات وتأثيرها على الأداء الرياضي.
3. إستراتيجيات التعامل مع الرياضيين المراهقين.

## ٦. المحاضرة ٩: النمو في مرحلة الشباب والرشد المبكر

١. استقرار النمو البدني والعقلي.
٢. أهمية التدريب الذهني والتهيئة النفسية.
٣. تطوير المهارات النفسية للرياضيين الناشئين.

## ٧. المحاضرة ١٠: الفروق الفردية في النمو النفسي

١. مفهوم الفروق الفردية وتأثيرها على الأداء الرياضي.
٢. التقييم النفسي للرياضيين.
٣. كيفية تكييف التدريب بناءً على الفروق الفردية.

## ٨. المحاضرة ١١: الإضطرابات النفسية والنمو في الرياضة

١. المشاكل النفسية الشائعة في مراحل النمو (القلق، الاكتئاب، الضغط النفسي).
٢. كيفية التعرف والتعامل مع مختلف الإضطرابات في الوسط الرياضي.
٣. دعم الرياضيين نفسياً خلال الأزمات.

## ٩. المحاضرة ١٢: تطبيقات علم نفس النمو في التدريب الرياضي والنشاط البدني التربوي

١. دمج مفاهيم علم نفس النمو في تصميم البرامج التدريبية.
٢. تطوير خطط تربوية تناسب المراحل العمرية المختلفة.
٣. استخدام تقنيات التوجيه النفسي لتحفيز الرياضيين.