



محاضرة جامعية

علم النفس والتدريب (Coaching) كأدوات في الرياضة

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)





الجامعة
التكنولوجية
tech

محاضرة جامعية علم النفس والتدريب (Coaching) كأدوات في الرياضة

« طريقة التدريس: أونلاين

« مدة الدراسة: 6 أسابيع

« المؤهل الجامعي من: TECH الجامعة التكنولوجية

« مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة

« الامتحانات: أونلاين

رابط الدخول إلى الموقع الإلكتروني: www.techtute.com/ae/sports-science/postgraduate-certificate/psychology-coaching-tools-sports

الفهرس

02

الأهداف

صفحة 8

01

المقدمة

صفحة 4

05

المنهجية

صفحة 20

04

الهيكل والمحتوى

صفحة 18

03

هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

صفحة 12

06

المؤهل العلمي

صفحة 28

المقدمة

على الرغم من أنه من الصحيح أن علماء النفس الرياضي لديهم ملف تعريف يتجاوز المدرب، إلا أن شخصية الأثير يمكن أن تكون مفيدة لإثراء العلاقة بين الرياضي والطبيب النفسي حيث الفردية وزيادة الوعي والمشاركة النشطة هي تحديات يجب مواجهتها يوميًا. كان تطوير التدريب نفسه مسؤولًا عن دمج المبادئ التوجيهية لتنظيم احترافية خدماته والاعتراف بمساهمة علم النفس. قدم هذا البرنامج 100% عبر الإنترنت تعليمات متخصصة في هذا المجال، لأنه على الرغم من أن الطالب قد يمتلك العديد من المهارات والمعرفة المطبقة، إلا أن التدريب على المفاهيم والمهارات مطلوب.





بفضل هذه المحاضرة الجامعية، ستتمكن من الوصول إلى
المحتوى الشامل الذي سيساعدك على الوصول إلى نخبة
علماء النفس الرياضي"

علم النفس الرياضي في عملية تطور مستمرة، مثال على ذلك هو ولادة التدريب، الذي عمل على تضخيم نفسه بمساهمات جديدة من علم النفس، ولكن أيضا لتوفير فعالية المهنة الإنسانية. يمكن أن يساعد التدريب في إنشاء وإثراء العلاقة بين الرياضيين والمدربين.

اختارت هذه المحاضرة الجامعية بعناية كل من الموضوعات التي يتم تضمينها في وحدتين يتم التعامل معها بتعليم وعمق فريد في العرض الأكاديمي الحالي. ضمان المعرفة على أعلى مستوى في الميدان، بحيث ينهي الطالب الدرجة ويكون قادرًا على الجمع بين دور عالم النفس والمدرّب في الرياضة.

بالإضافة إلى ذلك، كونه برنامجًا 100% عبر الإنترنت، فإن الطالب غير مشروط بجدول زمنية ثابتة أو الحاجة إلى الانتقال إلى مكان مادي آخر، ولكن يمكنك الوصول إلى ثروة من المحتوى الذي سيساعدك على تطوير علم النفس الرياضي والتدريب في أي وقت من اليوم والجمع حسب وتيرتك بين عملك وحياتك الشخصية والأكاديمية.

هذه محاضرة جامعية في علم النفس والتدريب (Coaching) كأدوات في الرياضة تحتوي على البرنامج العلمي الأكثر اكتمالاً و حداثةً في السوق. أبرز خصائصها هي:

- ♦ تطوير دراسات الحالة المقدمة من خبراء في التدريب وعلم النفس الرياضي
- ♦ تجمع المحتويات الرسومية والتخطيطية والعملية بشكل بارز التي يتم تصميمها بها معلومات عملية حول تلك التخصصات التي تعتبر ضرورية للممارسة المهنية
- ♦ التدريب العملي العملية حيث يمكن إجراء عملية التقييم الذاتي لتحسين التعلم
- ♦ تركيزها على المنهجيات المبتكرة
- ♦ كل هذا سيتم استكماله بدروس نظرية وأسئلة للخبراء ومنتديات مناقشة حول القضايا المثيرة للجدل وأعمال التفكير الفردية
- ♦ توفر المحتوى من أي جهاز ثابت أو محمول متصل بالإنترنت



احصل على التميز في مجالك المهني بفضل
المحاضرة الجامعية 100% عبر الإنترنت"

تقوم هذه المحاضرة الجامعية بتحديث معرفتك ويزودك بأدوات رقمية مختلفة لنشر علم النفس الرياضي والتدريب.

سيضعك هذا البرنامج في سوق العمل مع جميع الأدوات اللازمة لتكون أفضل محترف.

يكتسب علم النفس الرياضي المزيد والمزيد من الأرض في مجتمعنا. تخصص مع هذا المؤهل العلمي وتفوق في قطاع يتمتع بالتوسع الكامل"

البرنامج يضم في أعضاء هيئة تدريسه محترفين في مجال الطاقات المتجددة يصون في هذا التدريب خبرة عملهم، بالإضافة إلى متخصصين معترف بهم من الشركات الرائدة والجامعات المرموقة. إن محتوى الوسائط المتعددة الذي تم تطويره باستخدام أحدث التقنيات التعليمية، والذين سيتيح للمهني فرصة للتعلم الموضوعي والسياقي، أي في بيئة محاكاة ستوفر تأهيلاً غامراً مبرمجاً للتدريب في مواقف حقيقية. يركز هذا البرنامج مبني على التعلم القائم على حل المشكلات، والذي المهني في يجب أن تحاول من خلاله حل المواقف المختلفة للممارسة المهنية التي تنشأ من خلاله. للقيام بذلك، سيحصل على مساعدة من نظام فيديو تفاعلي مبتكر من قبل خبراء مشهورين.



02

الأهداف

سيُسمح بتصميم برنامج هذه المحاضرة الجامعية للطلاب بتبني تقنيات نفسية مع استخدام أكثر تواتراً في مجال الرياضة. أيضاً، ستتعمق عملية التعلم للرياضي، والبحث عن انتظامها في الأداء، مع معالجة الإصابات وإعادة تأهيل الرياضي المحترف. كل هذا من خلال تعميق تدريب الفنيين الرياضيين من وجهة نظر نفسية.



حقق أهدافك بفضل تدريبنا عالي الجودة واعطي دفعة
لمسيرتك المهنية"



الأهداف العامة



- ♦ تغطية أنماط القيادة المختلفة بنجاح أكبر في المشهد الرياضي
- ♦ دراسة إدارة الفرق عالية الأداء على المستوى النفسي والتحفيزي
- ♦ فحص الركائز الأساسية التي يقوم عليها علم النفس الرياضي
- ♦ تحليل التطبيقات الممكنة لأكثر التقنيات والمنهجيات فائدة في التدريب الرياضي
- ♦ تعلم التقنيات النفسية مع الاستخدام المتكرر في مجال الرياضة
- ♦ معرفة شخصية القائد في الرياضة الفردية والجماعية
- ♦ فهم أهمية العلامة التجارية الشخصية للتطوير المهني الجيد
- ♦ تحديث إدارة الأدوات الرقمية المختلفة لنشر العلامة التجارية الشخصية
- ♦ تعميق التحول الثقافي للمنظمات الرياضية
- ♦ دراسة مختلف الأدوات متعددة التخصصات لطبيب النفس الرياضي والمدرب
- ♦ التعمق عمل عالم النفس كيميسر في سياق الرياضة

الأهداف المحددة



- ♦ التعمق في التدريب النفسي لرياضات معينة
- ♦ تعلم تحسين عملية التعلم للرياضي، والبحث عن انتظامها في الأداء
- ♦ معالجة الإصابات وإعادة تأهيل الرياضيين المحترفين
- ♦ التعمق في تدريب الفنيين الرياضيين من وجهة نظر نفسية
- ♦ التعرف على عملية تصميم الورش والبحوث المطبقة على علم النفس الرياضي

ستكون قادرًا على ربط دور عالم النفس والمدرّب
ليصبح ميسرًا في مجال علم النفس الرياضي"



هيكل الإدارة وأعضاء هيئة تدريس الدورة التدريبية

يضم هذا البرنامج الأكاديمي أكثر أعضاء هيئة التدريس تخصصاً في السوق التعليمي الحالي. وهم متخصصون اختارهم شركة TECH لتطوير مسار البرنامج بأكمله. وبهذه الطريقة، واستناداً إلى خبرتهم الخاصة وأحدث الأدلة، قاموا بتصميم المحتوى الأكثر حداثة الذي يوفر ضماناً للجودة في مثل هذا الموضوع الهام.

تقدم لك TECH أكثر هيئة تدريس متخصصة في مجال
الدراسة، . سجل الآن وتمتع بالجودة التي تستحقها"



المدير الدولي المُستضاف



الدكتورة Barbara Roberts هي طبيبة نفسية سريرية رائدة تتمتع بسجل حافل معترف به دولياً في مجال الصحة النفسية الرياضية. وقد شغلت منصباً مهماً كمديرة قسم العافية والدراسات السريرية لفريق Washington Commanders لكرة القدم، وهو منصب جعلها واحدة من المهنيين القلائل الحاصلين على درجة الدكتوراه في علم النفس السريري الذين يعملون بدوام كامل في امتياز اتحاد كرة القدم الأمريكية. وقد ركز عملها هنا على تطبيق نهج استباقي لإدارة الصحة النفسية، سعياً لبناء أساس متين لعافية اللاعبين وتأثيرها على الأداء والصحة العامة.

بالإضافة إلى ذلك، تضمنت مسيرتها المهنية أدوارًا مهمة في المكتب الفيدرالي للـ *Federal Bureau of Prisons* و *U.S. Army Aberdeen Proving Ground*، حيث قامت بتطوير برامج لدعم السجناء والأفراد العسكريين الذين يعانون من مشاكل تعاطي المخدرات. بالإضافة إلى ذلك، عملت في إدارة خدمات إساءة استخدام المواد المخدرة والصحة العقلية ومكتب البيت الأبيض للسياسة الوطنية لمكافحة المخدرات، مما أتاح لها تقييم برامج العلاج وتحسينها على الصعيد الوطني.

كما طبقت الدكتورة Barbara Roberts خبرتها في الأساليب القائمة على الأدلة، مثل المقابلات التحفيزية، لخلق بيئة من الثقة مع اللاعبين، ومساعدتهم على مواجهة تحديات حياتهم المهنية والشخصية. وفي هذا الصدد، يعتبر نهجها فريداً من نوعه في قدرتها على تطبيع الصحة النفسية في البيئة الرياضية وتقديم الدعم الشخصي المستمر. وقد برع بدورها في التزامها بمساعدة اللاعبين في مختلف مراحل حياتهم المهنية، بدءاً من سنواتهم الأولى في اتحاد كرة القدم الأمريكية وحتى الحياة بعد الاعتزال.

د. Roberts, Barbara

بديعة الخدمات الصحية والسريية في Washington Commanders، واشنطن العاصمة، الولايات المتحدة الأمريكية

أخصائية علم النفس السريري في المركز الطبي لجامعة Georgetown، محللة ومنسقة السياسات الصحية في مكتب البيت الأبيض للسياسة الوطنية لمكافحة المخدرات

أخصائية علم النفس السريري في إدارة خدمات إساءة استعمال المخدرات والصحة العقلية

بكتورة في علم النفس السريري، جامعة Oklahoma

بكالوريوس في علم النفس من جامعة Fisk

بفضل TECH، يمكنك التعلم من أفضل المحترفين في العالم"



الهيكل والمحتوى

تجمع هذه الدرجة في وحدتين أدوات التسهيل للأخصائي النفسي والمدرّب الرياضي. تغطي هذه المحاضرة الجامعية من العمل متعدد التخصصات إلى المراحل وجلسات التدخل، من خلال النهج النفسي للإصابات وإعادة التأهيل، وكذلك ديناميكيات المجموعات والفرق أو التعزيز والعقاب، من بين أمور أخرى.



منهج دراسي يوفر أدوات التيسير للأخصائي
النفسي والمدرب الرياضي"



الوحدة 1: أدوات التيسير للأخصائي النفسي والمدرّب الرياضي

- 1.1. عمل متعدد التخصصات (جهاز إعادة التئوب، وأخصائي العلاج الطبيعي، وأخصائي التغذية، والطبيب، وما إلى ذلك)
- 2.1. أدوات لتقييم الرياضي
- 3.1. التدريب النفسي لألعاب رياضية محددة
- 4.1. تحسين تعلم الرياضي والبحث عن الانتظام في الأداء الرياضي
- 5.1. الهرم النفسي للأداء الرياضي
- 6.1. النهج النفسي لإزاء الإصابات وإعادة التأهيل
- 7.1. التقاعد في الرياضة الاحترافية
- 8.1. تعاطي المخدرات والمخاطر الأخرى
- 9.1. علم الأعصاب المطبق على الإدراك والأداء
- 10.1. أدوات المعيشة: تدريب مباشر (Live Training)

الوحدة 2: الطبيب النفسي والمدرّب كمتسرين

- 1.2. عالم ومدرّب: أبطال العملية
- 2.2. ديناميكيات المجموعة والفريق
- 3.2. التعزيز والعقاب
- 4.2. التركيز والتصور
- 5.2. قيم الرياضة ومواقفها
- 6.2. شخصية الرياضي
- 7.2. تقييم وتشخيص المشاكل المتكررة
- 8.2. تصميم حلقات العمل وجلسات التدخل
- 9.2. مراحل التدخل ودوراته
- 10.2. تطوير المشاريع والبحوث التطبيقية



بعض المحتويات المصممة لتحديث معرفتك
والتي تمكنت من التفوق في قطاع"



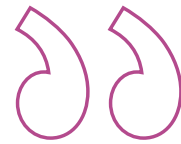
المنهجية

يقدم هذا البرنامج التدريبي طريقة مختلفة للتعلم، فقد تم تطوير منهجيتنا من خلال أسلوب التعليم المرتكز على التكرار: **Relearning** أو ما يعرف بمنهجية إعادة التعلم.

يتم استخدام نظام التدريس هذا، على سبيل المثال، في أكثر كليات الطب شهرة في العالم، وقد تم اعتباره أحد أكثر المناهج فعالية في المنشورات ذات الصلة مثل مجلة نيو إنجلند الطبية (*New England Journal of Medicine*).



اكتشف منهجية *Relearning* (منهجية إعادة التعلم)، وهي نظام يتخلّى عن التعلم الخطي التقليدي ليأخذك عبر أنظمة التدريس التعليم المرتكزة على التكرار: إنها طريقة تعلم أثبتت فعاليتها بشكل كبير، لا سيما في المواد الدراسية التي تتطلب الحفظ"



منهج دراسة الحالة لوضع جميع محتويات المنهج في سياقها المناسب

يقدم برنامجنا منهج ثوري لتطوير المهارات والمعرفة. هدفنا هو تعزيز المهارات في سياق متغير وتنافسي ومتطلب للغاية.



مع جامعة TECH يمكنك تجربة طريقة تعلم تهز أسس الجامعات التقليدية في جميع أنحاء العالم"

سيتم توجيهك من خلال نظام التعلم القائم على إعادة التأكيد على ما تم تعلمه، مع منهج تدريسي طبيعي وتقدمي على طول المنهج الدراسي بأكمله.

منهج تعلم مبتكرة ومختلفة

إن هذا البرنامج المُقدم من خلال TECH هو برنامج تدريس مكثف، تم خلقه من الصفر، والذي يقدم التحديات والقرارات الأكثر تطلبًا في هذا المجال، سواء على المستوى المحلي أو الدولي. تعزز هذه المنهجية النمو الشخصي والمهني، متخذة بذلك خطوة حاسمة نحو تحقيق النجاح. ومنهج دراسة الحالة، وهو أسلوب يبرسي الأسس لهذا المحتوى، يكفل اتباع أحدث الحقائق الاقتصادية والاجتماعية والمهنية.

يعدك برنامجنا هذا لمواجهة تحديات جديدة في بيئات
غير مستقرة ولتحقيق النجاح في حياتك المهنية "



كانت طريقة الحالة هي نظام التعلم الأكثر استخداماً من قبل أفضل الكليات في العالم. تم تطويره في عام 1912 بحيث لا يتعلم طلاب القانون القوانين بناءً على المحتويات النظرية فحسب، بل اعتمد منهج دراسة الحالة على تقديم مواقف معقدة حقيقية لهم لاتخاذ قرارات مستنيرة وتقدير الأحكام حول كيفية حلها. في عام 1924 تم تحديد هذه المنهجية كمنهج قياسي للتدريس في جامعة هارفارد.

أمام حالة معينة، ما الذي يجب أن يفعله المهني؟ هذا هو السؤال الذي نواجهه في منهج دراسة الحالة، وهو منهج تعلم موجه نحو الإجراءات المتخذة لحل الحالات. طوال البرنامج، سيواجه الطلاب عدة حالات حقيقية. يجب عليهم دمج كل معارفهم والتحقيق والجدال والدفاع عن أفكارهم وقراراتهم.



سيتعلم الطالب، من خلال الأنشطة
التعاونية والحالات الحقيقية، حل المواقف
المعقدة في بيئات العمل الحقيقية.

منهجية إعادة التعلم (Relearning)

تجمع جامعة TECH بين منهج دراسة الحالة ونظام التعلم عن بعد، 100% عبر الانترنت والقائم على التكرار، حيث تجمع بين 8 عناصر مختلفة في كل درس. نحن نعزز منهج دراسة الحالة بأفضل منهجية تدريس 100% عبر الانترنت في الوقت الحالي وهي: منهجية إعادة التعلم والمعروفة بـ *Relearning*.

في عام 2019، حصلنا على أفضل نتائج تعليمية متفوقين بذلك على جميع الجامعات الافتراضية الناطقة باللغة الإسبانية في العالم.

في TECH تتعلم بمنهجية رائدة مصممة لتدريب مدراء المستقبل. وهذا المنهج، في طبيعة التعليم العالمي، يسمى *Relearning* أو إعادة التعلم.

جامعتنا هي الجامعة الوحيدة الناطقة باللغة الإسبانية المصممة لهذا المنهج الناجح. في عام 2019، تمكنا من تحسين مستويات الرضا العام لطلابنا من حيث (جودة التدريس، جودة المواد، هيكل الدورة، الأهداف..). فيما يتعلق بمؤشرات أفضل جامعة عبر الإنترنت باللغة الإسبانية.

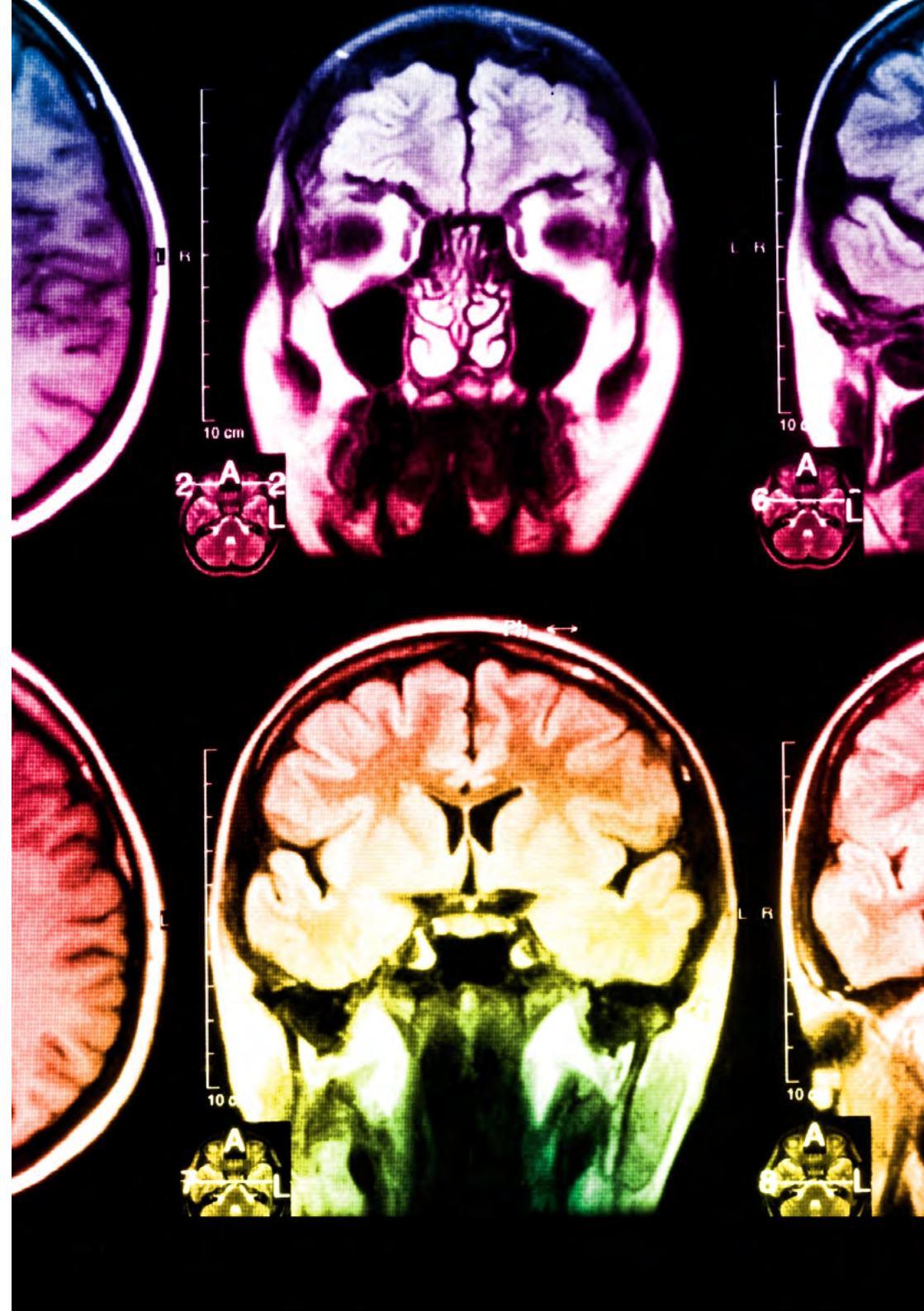


في برنامجنا، التعلم ليس عملية خطية، ولكنه يحدث في شكل لولبي (نتعلم ثم نطرح ماتعلمناه جانبًا فننساه ثم نعيد تعلمه). لذلك، نقوم بدمج كل عنصر من هذه العناصر بشكل مركزي. باستخدام هذه المنهجية، تم تدريب أكثر من 650000 خريج جامعي بنجاح غير مسبوق في مجالات متنوعة مثل الكيمياء الحيوية، وعلم الوراثة، والجراحة، والقانون الدولي، والمهارات الإدارية، وعلوم الرياضة، والفلسفة، والقانون، والهندسة، والصحافة، والتاريخ، والأسواق والأدوات المالية. كل ذلك في بيئة شديدة المتطلبات، مع طلاب جامعيين يتمتعون بمظهر اجتماعي واقتصادي مرتفع ومتوسط عمر يبلغ 43.5 عاماً.

ستتيح لك منهجية إعادة التعلم والمعروفة بـ *Relearning*،
التعلم بجهد أقل ومزيد من الأداء، وإشراكك بشكل أكبر في
تدريبك، وتنمية الروح النقدية لديك، وكذلك قدرتك على
الدفاع عن الحجج والآراء المتباينة: إنها معادلة واضحة للنجاح.

استنادًا إلى أحدث الأدلة العلمية في مجال علم الأعصاب، لا نعرف فقط كيفية تنظيم المعلومات والأفكار والصور والذكريات، ولكننا نعلم أيضًا أن المكان والسياق الذي تعلمنا فيه شيئًا هو ضروريًا لكي نكون قادرين على تذكرها وتخزينها في الحصين بالمخ، لكي نحتفظ بها في ذاكرتنا طويلة المدى.

بهذه الطريقة، وفيما يسمى التعلم الإلكتروني المعتمد على السياق العصبي، ترتبط العناصر المختلفة لبرنامجنا بالسياق الذي يطور فيه المشارك ممارسته المهنية.



يقدم هذا البرنامج أفضل المواد التعليمية المُعدَّة بعناية للمهنيين:

المواد الدراسية



يتم إنشاء جميع محتويات التدريس من قبل المتخصصين الذين سيقومون بتدريس البرنامج الجامعي، وتحديدًا من أجله، بحيث يكون التطوير التعليمي محددًا وملموشًا حقًا.

ثم يتم تطبيق هذه المحتويات على التنسيق السمعي البصري الذي سيخلق منهج جامعة TECH في العمل عبر الإنترنت. كل هذا بأحدث التقنيات التي تقدم أجزاء عالية الجودة في كل مادة من المواد التي يتم توفيرها للطالب.

المحاضرات الرئيسية



هناك أدلة علمية على فائدة المراقبة بواسطة الخبراء كطرف ثالث في عملية التعلم.

إن مفهوم ما يسمى *Learning from an Expert* أو التعلم من خبير يقوي المعرفة والذاكرة، ويولد الثقة في القرارات الصعبة في المستقبل.

التدريب العملي على المهارات والكفاءات

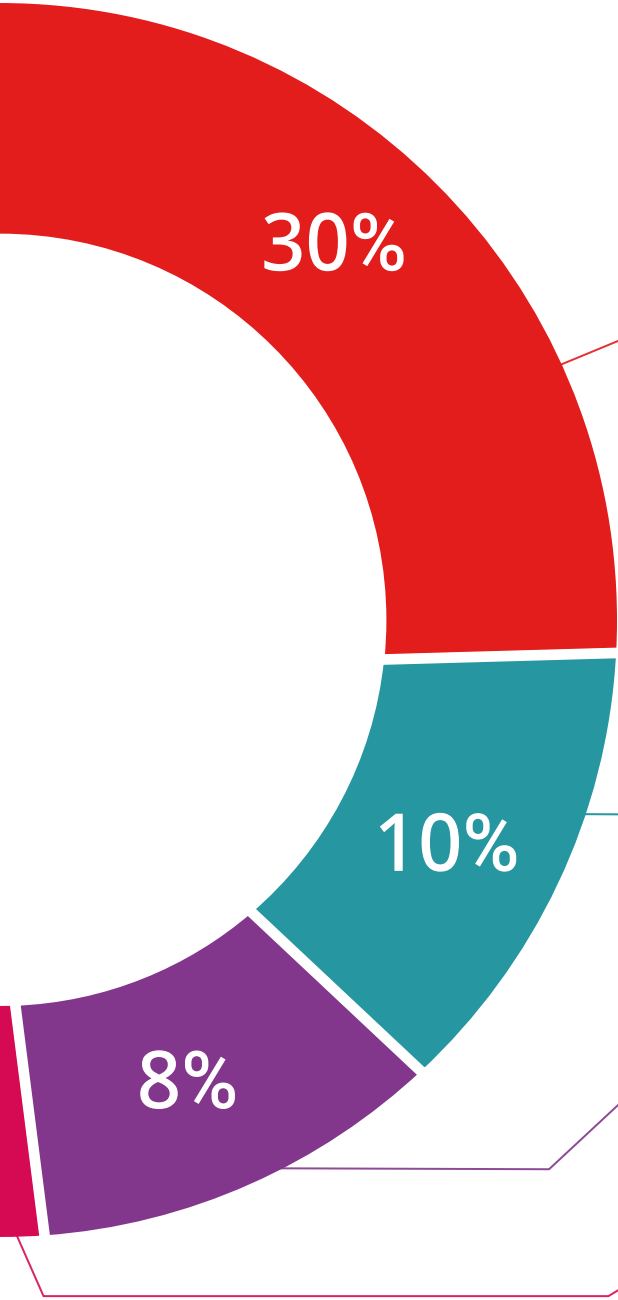


سيقومون بتنفيذ أنشطة لتطوير مهارات وقدرات محددة في كل مجال مواضيعي. التدريب العملي والديناميكيات لاكتساب وتطوير المهارات والقدرات التي يحتاجها المتخصص لنموه في إطار العولمة التي نعيشها.

قراءات تكميلية



المقالات الحديثة، ووثائق اعتمدت بتوافق الآراء، والأدلة الدولية..من بين آخرين. في مكتبة جامعة TECH الافتراضية، سيتمكن الطالب من الوصول إلى كل ما يحتاجه لإكمال تدريبه.





دراسات الحالة (Case studies)

سيقومون بإكمال مجموعة مختارة من أفضل دراسات الحالة المختارة خصيصًا لهذا الموقف. حالات معروضة ومحللة ومدروسة من قبل أفضل المتخصصين على الساحة الدولية.



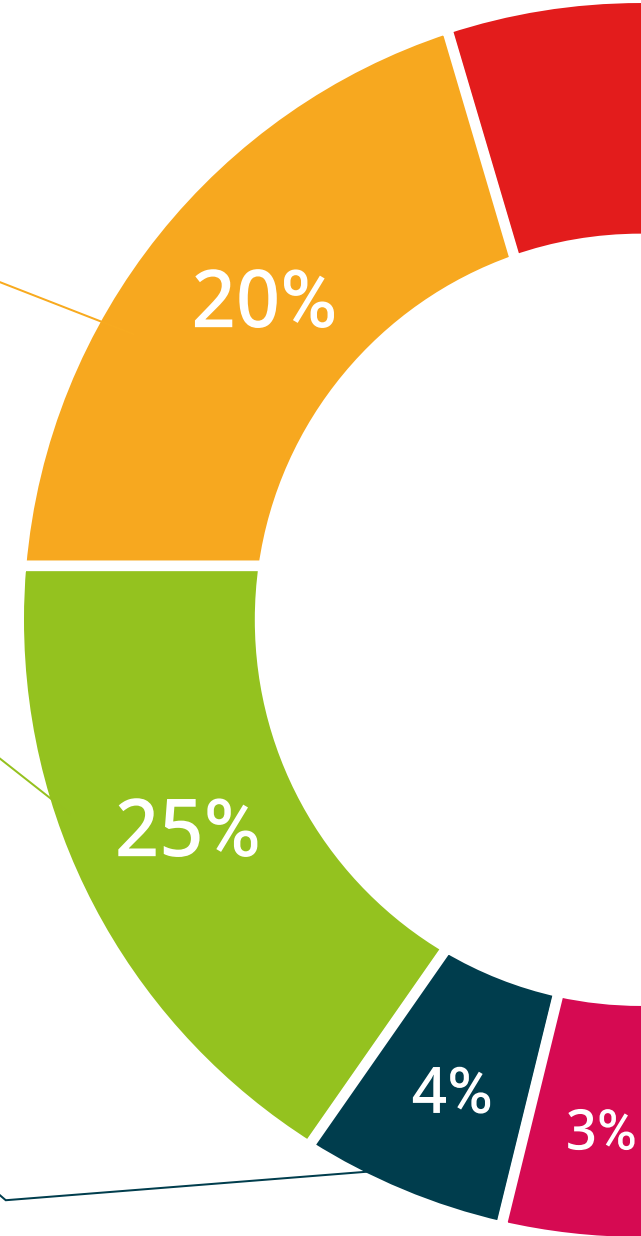
ملخصات تفاعلية

يقدم فريق جامعة TECH المحتويات بطريقة جذابة وديناميكية في أقراص الوسائط المتعددة التي تشمل الملفات الصوتية والفيديوهات والصور والرسوم البيانية والخرائط المفاهيمية من أجل تعزيز المعرفة. اعترفت شركة مايكروسوفت بهذا النظام التعليمي الفريد لتقديم محتوى الوسائط المتعددة على أنه "قصة نجاح أوروبية"



الاختبار وإعادة الاختبار

يتم بشكل دوري تقييم وإعادة تقييم معرفة الطالب في جميع مراحل البرنامج، من خلال الأنشطة والتدريبات التقييمية وذاتية التقييم: حتى يتمكن من التحقق من كيفية تحقيق أهدافه.



المؤهل العلمي

تضمن المحاضرة الجامعية في علم النفس والتدريب (Coaching) كأدوات في الرياضة، بالإضافة إلى التدريب الأكثر دقة وحدائث، الحصول على شهادة اجتياز المحاضرة الجامعية الصادرة عن TECH الجامعة التكنولوجية.



اجتاز هذا البرنامج بنجاح واحصل على شهادتك الجامعية
دون الحاجة إلى السفر أو القيام بأية إجراءات مرهقة"



tech الجامعة
التكنولوجية

محاضرة جامعية

علم النفس والتدريب (Coaching)
كأدوات في الرياضة

« طريقة التدريس: أونلاين

« مدة الدراسة: 6 أسابيع

« المؤهل الجامعي من: TECH الجامعة التكنولوجية

« مواعيد الدراسة: وفقاً لوتيرتك الخاصة

« الامتحانات: أونلاين

محاضرة جامعية

علم النفس والتدريب (Coaching) كأدوات في الرياضة

مُعتمد من قِبَل: الدوري الاميركي للمحترفين (NBA)

