

جامعة محمد خيضر بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

المحاضرة العاشرة لمادة علم النفس الرياضي

# التصور الذهني لدى الرياضيين: تمارين عملية

الدكتور صابر بن عيسى

أستاذ علم النفس الرياضي

saber.benaissa@univ-biskra.dz



القاعة 06



سنة ثانية ليسانس

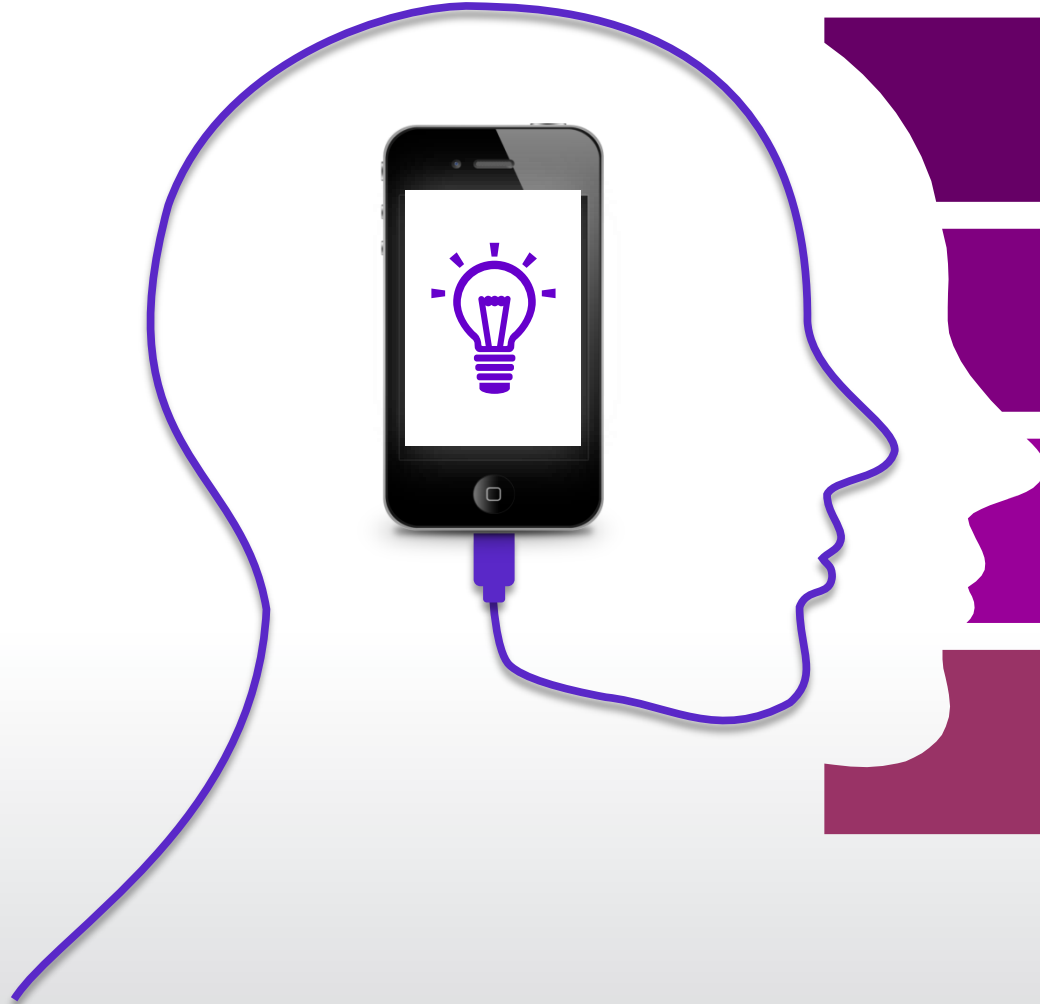


08:00 صباحا



2024/04/23

# يتوقع من الطالب في نهاية المحاضرة



أن يصبح قادرًا على صياغة مفهوم التصور الذهني

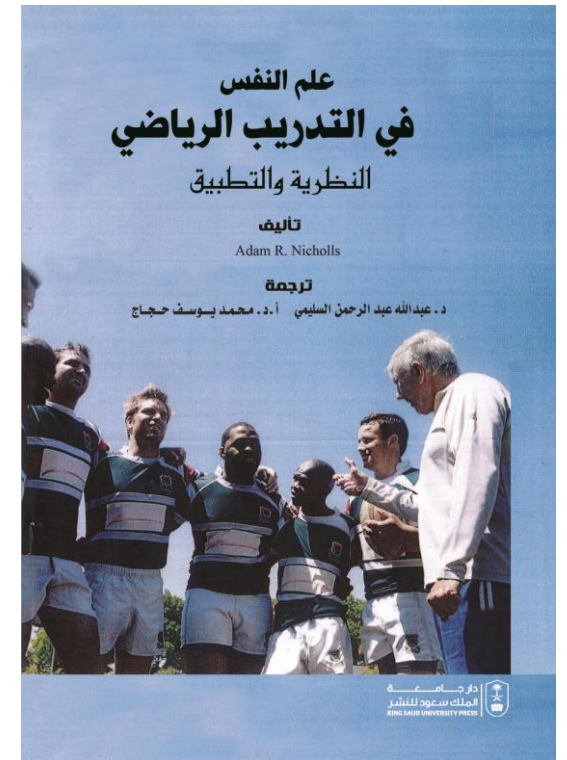
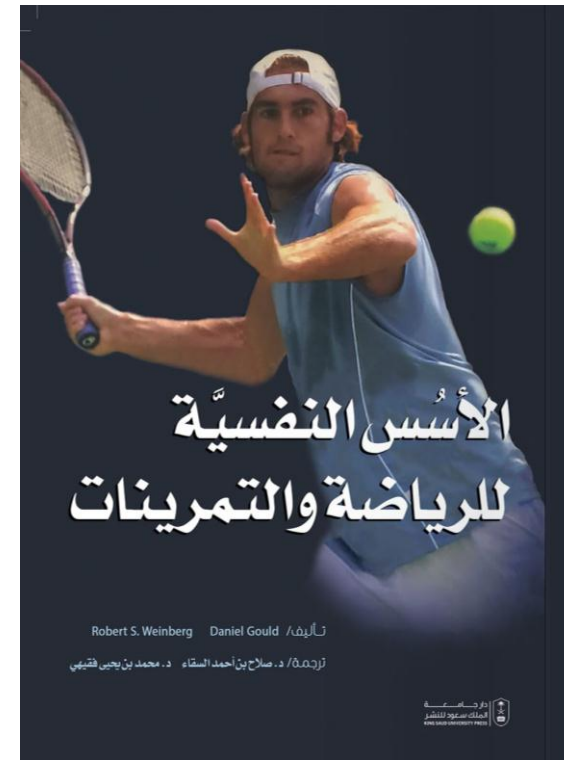
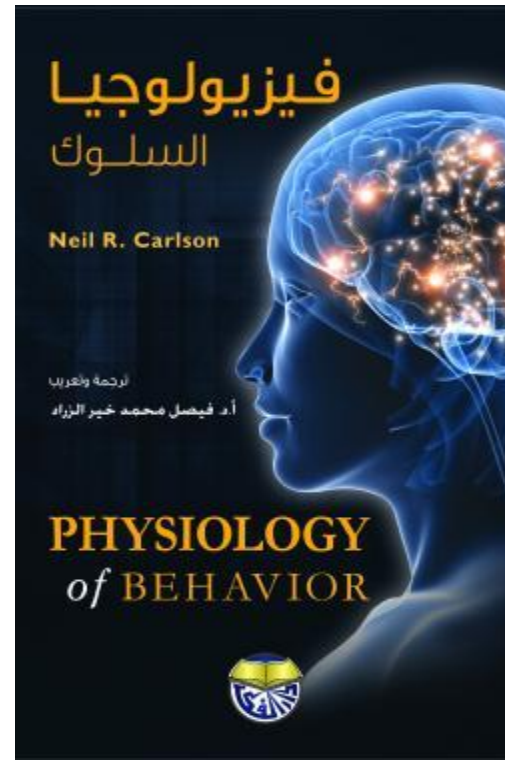
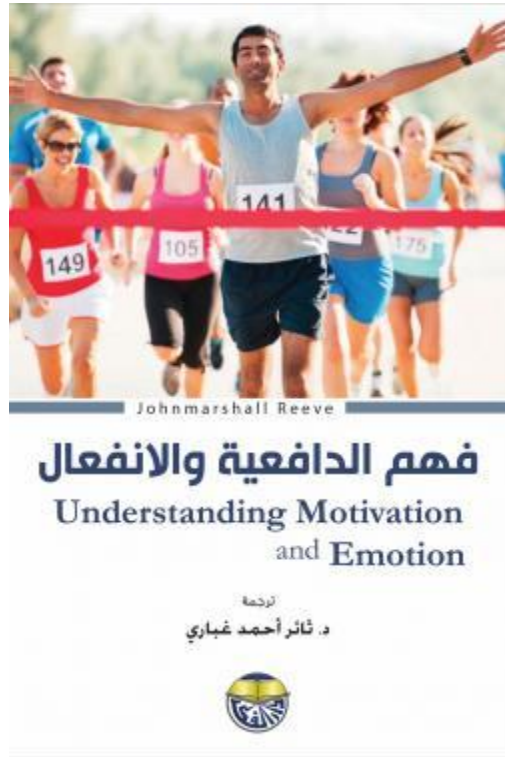
أن يكون على دراية بمحتوى نموذج PETTLEP

أن يُلم بتعليمات تزويد الرياضيين بالتصور الذهني

أن يُلم بكيفية تحسين التدريب على التصور الذهني

# العناصر التي تم عرضها في المحاضرة

- نموذج التصور الذهني البدني، والبيئي، وأداء المهام، والتوقيت، والتعلم، والمشاعر، والمنظور PETTLEP
- تزويد الرياضيين بالتدريب على التصور الذهني.
- سياق التصور الذهني العام.
- تمارين عملية للتصور الذهني.
- تحسين التدريب على التصور الذهني.



Journal of Applied Sport Psychology

