



جمهوری اسلامی ایران

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

مشخصات کلی، برنامه و سر فصل دروس

دوره دکتری روانشناسی ورزشی



گروه علوم اجتماعی

مصوب ششصد و شصت و پنجمین جلسه شورای برنامه ریزی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

مورخ ۱۳۸۶/۱۰/۲۲

بسم الله الرحمن الرحيم

برنامه آموزشی دوره دکتری روانشناسی ورزشی

گروه: علوم اجتماعی
رشته: روانشناسی ورزشی
دوره: دکتری
کمیته تخصصی: تربیت بدنی و علوم ورزشی
گرایش:
کد رشته:

شورای برنامه ریزی در ششصد و پنجمین جلسه مورخ ۱۳۸۶/۱۰/۲۲ بر اساس طرح دوره دکتری روانشناسی ورزشی که توسط گروه علوم اجتماعی تهیه شده و به تایید رسیده است، برنامه آموزشی این دوره را در سه فصل (مشخصات کلی، برنامه و سرفصل دروس) به شرح پیوست تصویب کرده و مقرر می دارد: ماده ۱) برنامه آموزشی دوره دکتری روانشناسی ورزشی از تاریخ تصویب برای کلیه دانشگاهها و موسسات آموزش عالی کشور که مشخصات زیر را دارند، لازم الاجرا است.

الف: دانشگاهها و موسسات آموزش عالی که زیر نظر وزارت علوم، تحقیقات و فناوری اداره می شوند.

ب: موسساتی که با اجازه رسمی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری و بر اساس قوانین تاسیس می شوند و بنا بر این تابع مصوبات شورای گسترش آموزش عالی می باشند.

ج: موسسات آموزش عالی دیگر که مطابق قوانین خاص تشکیل می شوند و باید تابع ضوابط دانشگاهی جمهوری اسلامی ایران باشند.

ماده ۲) این برنامه از تاریخ ۱۳۸۶/۱۰/۲۲ برای دانشجویانی که از این تاریخ به بعد وارد دانشگاه می شوند لازم الاجرا است.

ماده ۳) مشخصات کلی، برنامه درسی و سرفصل دروس دوره دکتری روانشناسی ورزشی در سه فصل مشخصات کلی، برنامه و سرفصل دروس برای اجرا به معاونت آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری ابلاغ می شود.



رای صادره ششصد و شصت و پنجمین جلسه شورای برنامه ریزی مورخ ۱۳۸۶/۱۰/۲۲
درخصوص برنامه آموزشی دوره دکتری روانشناسی ورزشی

۱) برنامه آموزشی دوره دکتری روانشناسی ورزشی که از طرف
گروه پیشنهاد شده بود، با اکثریت آراء به تصویب رسید.
۲) این برنامه از تاریخ تصویب قابل اجرا است.

رای صادره ششصد و شصت و پنجمین جلسه شورای برنامه ریزی مورخ ۱۳۸۶/۱۰/۲۲
در مورد برنامه آموزشی دوره دکتری روانشناسی ورزشی صحیح است و به مورد
اجرا گذاشته شود.

دکتر محمد مهدی زاهدی
وزیر علوم، تحقیقات و فناوری



دکتر رجایی برووشی
دبیر شورای گسترش و برنامه ریزی آموزش عالی

فصل اول

مشخصات کلی دوره دکتری روان شناسی ورزشی

مقدمه

انسان رشد هماهنگ خود را در ابعاد بدنی، روانی و اجتماعی از طریق حرکت تسهیل می کند. مطالعه رفتار انسان بسیار مهم و پیچیده است و لذا قرنهایست توجه فلاسفه و روان شناسان را به خود جلب نموده است. در این برنامه درسی تمرکز بر رفتار انسانی در موقعیتهای و محیطهای ورزشی و فعالیتهای بدنی متمرکز شده است. در واقع، در این برنامه موضوعاتی از قبیل انگیزش، خشم، ترس،... و چگونگی اثرگذاری هیجانات و عواطف انسانی بر عملکردهای ورزشی و فعالیتهای بدنی، افکار و اندیشه، احساسات و عواطف بررسی و مطالعه می شود، از این منظر روان شناسی ورزشی به طور قابل ملاحظه ای زندگی بسیاری از ورزشکاران، مربیان و سایر افرادی که به نوعی در این حرفه مشغول هستند، تغییر داده و متحول کرده است.

امروزه، روان شناسی ورزش و فعالیتهای بدنی یکی از شاخه های علوم ورزشی است که بیشتر از گذشته شناخته شده است. این علم سابقه ای نه چندان طولانی دارد و در واقع ریشه های آن به اوایل قرن بیستم برمی گردد و در چند دوره متمایز از هم توسعه یافته است و لذا دانشمندان و روان شناسان متعددی به رشد و توسعه آن کمک نموده اند، به طوری که در حال حاضر تخمین زده می شود تعدادی بیش از ۲۷۰۰ متخصص روان شناس ورزش در ۶۱ کشور جهان مشغول به کار هستند.



۱. تعریف و هدف

رشته روان شناسی ورزشی از جمله نظامهای علمی و دانشگاهی است که در برگیرنده مجموعه ای از معارف انسان در حیطه علوم ورزشی است. این گرایش موضوع فعالیت بدنی، ورزش، کار و حرکت را به عنوان محور اصلی مورد توجه قرار داده و به تعلیم و تتبع در رابطه با ابعاد روان شناختی زیر بنای آن یا ابعاد روان شناختی حاصل از آن می پردازد. این علم از دستاوردهای سایر حوزه های علمی به خصوص

شاخه‌های مختلف روان‌شناسی بهره‌گرفته و نتایج آن را در زمینه‌های آموزشی و پژوهشی مورد استفاده قرار می‌دهد.

هدف از تاسیس دوره دکتری روان‌شناسی ورزشی، تربیت افراد متعهد و متخصص در روان‌شناسی ورزشی است تا بتوانند به پژوهش، آموزش، برنامه‌ریزی، راهنمایی، و تحلیل مشکلات در این شاخه از علم بپردازند و با نوآوری در زمینه‌های علمی و پژوهشی این حیطه در پیشرفت و گسترش مرزهای دانش گام بردارند.

۲. طول دوره و شکل نظام

حداکثر طول دوره دکتری روان‌شناسی ورزشی ۴ سال است و در صورت نیاز حداکثر دو ترم تحصیلی جهت گذراندن دروس جبرانی به طول دوره افزوده می‌شود. دروس این دوره عمدتاً جنبه نظری و پژوهشی دارد. طول هر نیمسال تحصیلی ۱۶ هفته آموزش کامل، و مدت هر واحد درس نظری ۱۶ ساعت خواهد بود.



۳. واحد های درسی

تعداد کل واحدهای درسی دوره دکتری روان‌شناسی ورزشی ۳۶ واحد به شرح زیر است:

دروس تخصصی	۱۸ واحد
رساله	۱۸ واحد
جمع	۳۶ واحد

دروس کمبود: دانشجویانی که در دوره کارشناسی ارشد خود تعداد واحدهای لازم درسی مربوط را نگذرانده باشند با تصویب شورای تحصیلات تکمیلی گروه آموزشی یا دانشکده موظف اند واحدهای کمبود خود را به میزان حداکثر ۱۰ واحد جبران نمایند.

۴. نقش و توانایی

دانش آموختگان این دوره دارای تواناییهای زیر خواهند بود:

- الف. شناخت اثرات روان شناختی فعالیتهای ورزشی
- ب. پژوهش در شاخه های مختلف روان شناسی ورزشی
- پ. تدریس دروس مرتبط با روان شناسی ورزشی در دوره های دانشگاهی و دوره های مربیگری
- ت. شناخت ویژگیهای روانی ورزشکاران در شرایط مختلف
- ث. برنامه ریزی و اجرای برنامه های مربوط به افزایش مهارتهای روانی ورزشکاران
- ج. توانایی کمک به تصمیم گیری ورزشکاران در شرایط ویژه مانند بازنشستگی، آسیب دیدگی، و...
- چ. توانایی ارائه مشاوره های لازم به مربیان، داوران، سرپرستان، و...



۵. ضرورت و اهمیت

گسترده‌گی دانش بشری در زمینه تربیت بدنی و علوم ورزشی از سویی، و اهمیت به کارگیری اصول تعلیم و تربیت در این زمینه از سوی دیگر، ایجاد گرایش روان شناسی ورزشی را اجتناب ناپذیر می‌نماید. ارتقاء کیفیت سلامت روانی ورزشکاران در سطوح مختلف و سازگار سازی شرایط تمرین و آموزش تربیت بدنی با ویژگیهای روانی- اجتماعی فراگیران، موضوعات بنیادینی هستند که فقط در این گرایش مورد بررسی قرار می‌گیرند.

۶. شرایط پذیرش دانشجو

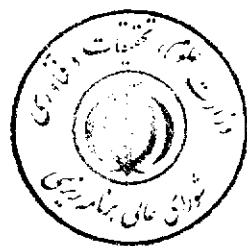
دانش آموختگان دوره کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی از داخل کشور و دانش آموختگان دوره های تحصیلی مشابه از خارج از کشور می توانند با شرکت در آزمون ورودی و مصاحبه در این گرایش تحصیل کنند.

۷. مواد آزمون

آزمون ورودی برای دوره دکتری روان شناسی ورزشی شامل دروس زیر است:

زبان تخصصی (متون تخصصی روان شناسی ورزش)	با ضریب ۲
روان شناسی فیزیولوژیک	با ضریب ۱
روان شناسی ورزش	با ضریب ۲
اصول و فنون مشاوره	با ضریب ۱
روشهای تحقیق و آمار	با ضریب ۱
سنجش و ارزیابی مهارتهای روانی	با ضریب ۱
مصاحبه حضوری	با ضریب ۲

* قبول شدگان آزمون کتبی تا سقف سه برابر تعداد مورد پذیرش، برای مصاحبه حضوری دعوت خواهند شد.



جداول و عناوین دروس تخصصی و رساله

ویژه

دکتری تخصصی روان‌شناسی ورزش



فصل دوم: برنامه

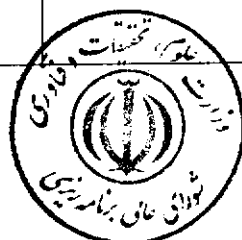
برنامه دوره دکتری روان شناسی ورزشی در جداول ۱ و ۲ ذکر شده است.



جدول شماره ۱. دروس تخصصی

شماره درس پیش نیاز / هم نیاز	ساعت			تعداد واحد	نام درس	کد و شماره درس
	مجموع	عملی	نظری			
	۳۲	-	۳۲	۲	روش تحقیق پیشرفته در روان شناسی ورزشی	رو-۵۰۱
رو-۵۰۱	۳۲	-	۳۲	۲	مرور و نقد یافته های جدید در روان شناسی ورزشی *	رو-۵۰۲
	۳۲	-	۳۲	۲	روان شناسی فعالیت ورزشی *	رو-۵۰۳
	۳۲	-	۳۲	۲	روان شناسی عصبی انسان *	رو-۵۰۴
	۳۲	-	۳۲	۲	مطالعه مستقل	رو-۵۰۵
	۳۲	-	۳۲	۲	روان شناسی شناختی	رو-۵۰۶
رو-۵۰۴	۳۲	-	۳۲	۲	روان شناسی فیزیولوژیک	رو-۵۰۷
-	۳۲	-	۳۲	۲	فیزیولوژی روانی	رو-۵۰۸
	۳۲	-	۳۲	۲	اصول و مبانی عصب شناسی *	رو-۵۰۹
رو-۵۰۱	۴۸	۳۲	۱۶	۲	سنجش در روان شناسی ورزشی	رو-۵۱۰
رو-۵۰۳	۳۲		۲	۲	روان شناسی مربیگری	رو-۵۱۱

رو-۵۱۲	ورزش و جامعه	۲	۳۲	۳۲	-
رو-۵۱۳	آسیب شناسی روانی	۲	۳۲	۳۲	رو-۵۰۶
رو-۵۱۴	روان شناسی کاربردی ورزش	۲	۳۲	۳۲	رو-۵۰۳
رو-۵۱۵	روان شناسی آسیبهای ورزشی	۲	۳۲	۳۲	-
رو-۵۱۶	تاریخ و فلسفه ورزش	۲	۳۲	۳۲	-
رو-۵۱۷	جنبه های روانی اجتماعی ورزش رقابتی کودکان و نوجوانان	۲	۳۲	۳۲	-
رو-۵۱۸	روان شناسی ورزش برای جمعیت های ویژه	۲	۳۲	۳۲	-
رو-۵۱۹	روان شناسی ورزش قهرمانی	۲	۳۲	۳۲	رو-۵۰۳
رو-۵۲۰	مدیریت رفتار سازمانی	۲	۳۲	۳۲	-
رو-۵۲۱	سمینار (۱)*	۲	۳۲	۳۲	رو-۵۰۱
رو-۵۲۲	سمینار (۲)*	۲	۳۲	۳۲	رو-۵۲۱



* ۱- گذراندن دروس ستاره دار برای همه دانشجویان این دوره الزامی است.

۲- هر دانشجو موظف است حداقل ۶ واحد از دروس بدون ستاره جدول فوق را بگذراند. دروس مذکور طبق نظر استاد راهنما و با توجه به نیاز دانشجو و موضوع رساله وی و تأیید شورای تحصیلات تکمیلی اختیار خواهد شد.

جدول شماره ۲. درس های اختیاری*

شماره درس پیش نیاز / هم نیاز	ساعت			تعداد واحد	نام درس	درس
	مجموع	عملی	نظری			
				۱۸	رساله دکتری*	رو- ۵۲۳

* دانشجوی موظف است موضوع رساله خود را حداکثر تا پایان ترم اول تعیین و به تصویب استاد راهنما و شورای تحصیلات تکمیلی برساند.



سرفصل تفصیلی دروس دوره دکترای روان‌شناسی ورزش



روش تحقیق پیشرفته در روان‌شناسی ورزشی

شماره درس: رو - ۵۰۱

تعداد واحد : ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز:

هدف: آشنایی دانشجویان با تاریخچه تحقیق در حیطه روان‌شناسی ورزشی و عناوین به کار گرفته شده در این زمینه و افزایش توانایی دانشجویان در زمینه نقد و بررسی پژوهشهای صورت گرفته در این ارتباط



سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- آشنایی با تاریخچه تحقیق در روان‌شناسی ورزش
- آشنایی با انواع روشها و طرحهای تحقیق
- بررسی و نقد درباره ی تکنیک ها و مفاهیم روشهای علمی مورد استفاده در مطالعات روان‌شناسی ورزشی
- آشنایی با اصول اخلاقی و قانونی تحقیق در حیطه روان‌شناسی ورزش
- آشنایی با اصول و روشهای ارائه گزارش تحقیق
- نقد و بررسی روشهای مؤثر در توسعه پژوهش در روان‌شناسی ورزش

مرور و نقد یافته های جدید در روان شناسی ورزشی

شماره درس: رو - ۵۰۲

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز: روش تحقیق پیشرفته در روان شناسی ورزش (رو - ۵۰۱)

هدف: آشنایی دانشجویان با روشهای مطالعه پژوهشهای انجام شده در زمینه روان شناسی ورزشی و

افزایش توانایی آنها در جهت نقد و بررسی پژوهشها و یافته های جدید در این ارتباط

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- معرفی چند پژوهش صورت گرفته توسط دانشجو در ارتباط با روان شناسی ورزشی و نقد و بررسی آن
- افزایش توانایی دانشجو به منظور امکان دستیابی بهتر به عناوین و یافته های جدید در ارتباط با روان شناسی ورزش
- بررسی و نقد تکنیکها و روشهای مورد استفاده قرار گرفته توسط پژوهشگر و آشنایی با مفاهیم و

عناوین جدید علمی مورد استفاده توسط محقق



روان‌شناسی فعالیت ورزشی

شماره درس: رو - ۵۰۳

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با سیر تحولی روان‌شناسی ورزش در ارائه خدمات به ورزشکاران به منظور ارائه حداکثر کارایی در فعالیتهای ورزشی هنگام تمرین و مسابقه

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- مختصری از تاریخچه روان‌شناسی ورزش و سیر پیشرفت و تحول آن از ابتدا تاکنون
- آشنایی با انواع نگرشها، شخصیتها، ویژگیهای روانی در ورزشکاران در کلیه سنین و کلیه رده ها اعم از همگانی و قهرمانی (رقابتی)
- آشنایی با انواع نیازهای روانی ورزشکاران در سنین مختلف و سطوح مختلف ورزشی
- مروری بر مفاهیم فرد، گروه، تیم و انسجام تیمی
- هدف چینی، اهداف فردی و گروهی، اهداف جزئی و کلی، تدوین اهداف
- آشنایی با تکنیکهای آرام سازی، تصویر سازی ذهنی و مرور ذهنی به منظور کاهش اضطراب و افزایش اعتماد به نفس و عملکرد ورزشکاران در شرایط مسابقه
- حمایت روحی ورزشکاران قبل، هنگام یا بعد از مسابقه، هنگام اردوهای تدارکاتی و اعزام به خارج



روان‌شناسی عصبی انسان

شماره درس: رو- ۵۰۴

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

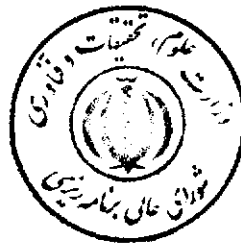
پیش‌نیاز: روان‌شناسی فیزیولوژیک (رو- ۵۰۷)

هدف: آشنایی دانشجویان با مفاهیم پیشرفته و جدید در علم عصب‌شناسی و عصب‌شناسی شناختی

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- آشنایی با رشد و نمو دستگاه عصبی و توپوگرافی دستگاه عصبی مرکزی و محیطی
- عملکرد فیزیولوژیکی کورتکس، مخچه، عقده‌های قاعده‌ای، دستگاه کناری و ارتباط آنها با تغییرات رفتاری و عملکردی در انسان
- تأثیرات عملکردی و تعاملی دستگاه حسی و حرکتی و چگونگی ارتباط آن با رفتار
- انواع سیناپسها، ارتباطات در دستگاه عصبی محیطی و پیرامونی و چگونگی اثر گذاری آنها بر

یکدیگر



مطالعه مستقل

شماره درس: رو - ۵۰۵

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز: ندارد

هدف: آشنایی دانشجویان با نحوه ی نقد و بررسی و ارزیابی پژوهشهای انجام شده در حیطه روان‌شناسی ورزش و تعمیم این پژوهش به محیط اجرایی و چگونگی کسب ایده در ارتباط با تحقیق

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- خلاصه نویسی و یادداشت برداری از منابع تحقیقی و تألیفی مورد نظر و مطالعه منابع علمی مورد استفاده توسط پژوهشگر در زمینه تحقیق
- آگاهی دانشجویان از منابع اطلاعاتی مورد استفاده در پژوهشها شامل مجلات علمی و پژوهشی - اینترنت
- تهیه گزارش کتبی از مطالب مورد مطالعه و ارائه پژوهش و نقد و بررسی حضوری آن



روان شناسی شناختی

شماره درس: رو - ۵۰۶

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

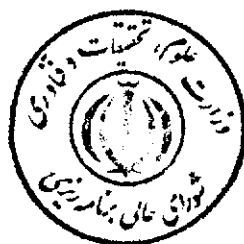
پیش نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با روان شناسی شناختی و نحوه ی تأثیر آن در اجرای بهینه عملکردهای

ورزشی در ورزشکاران

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- تاریخچه روان شناسی شناختی نظرات پیاژه و فروید در این ارتباط
- مفهوم شناخت و روان شناسی شناختی و افتراق آن از سایر انواع مطالعه روان شناسی
- آشنایی با فرآیندهای تفکر، گفتار و تصور
- آشنایی با مفهوم سازی و روشهای حل مسأله در روان شناسی و یادگیری



روان شناسی فیزیولوژیک

شماره درس: رو - ۵۰۷

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با روان شناسی فیزیولوژیک



سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- آشنایی با آناتومی و فیزیولوژی پیشرفته دستگاه عصبی مرکزی و محیطی
- مروری بر مفهوم روان شناسی فیزیولوژیک و افتراق آن با فیزیولوژی روانی
- آشنایی با روشهای مطالعه تخریب و آسیب در یافت عصبی در حیطه روان شناسی فیزیولوژیک
- مطالعه رفتار به عنوان متغیر مستقل و اندازه گیری تغییرات حاصله فیزیولوژیکی به عنوان متغیر وابسته
- قطع اعمال مغزی ، تحریک الکتریکی و شیمیایی مغز
- مروری بر عملکرد دستگاههای حسی و چگونگی تعامل آنها با دستگاه حرکتی

فیزیولوژی روانی

شماره درس: رو - ۵۰۸

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز: روان‌شناسی فیزیولوژیک (رو-۵۰۷)

هدف: آشنایی دانشجویان با نحوه ی تأثیر گذاری و ارتباط بین فرآیندهای زیستی در انسان و ثبت فعالیت

مغز به منظور شناسایی و درک مکانیزمهای بکار گرفته شده در مغز

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- آشنایی با فعالیتهای الکتریکی مغز شامل EEG – الکتروانسفالوگرام
- آشنایی با پتانسیل فراخوانده شنوایی و بینایی و لامسه
- روشهای تحقیق در فیزیولوژی روانی و مبانی تغییر رفتار در فیزیولوژی روانی
- چگونگی تأثیرات اعصاب خودمختار بر تغییرات رفتار



اصول و مبانی عصب شناسی

شماره درس: رو - ۵۰۹

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با سازمان بندی و عملکرد دستگاه عصبی مرکزی و محیطی و ارتباط آن با حرکت و رفتار



سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- روشهای بررسی و مطالعه دستگاه عصبی
- سازمان بندی دستگاه عصبی
- پتانسیل استراحت و پتانسیل عمل، انواع نورونها و سیناپسها
- دستگاه عصبی مرکزی (کورتکس، مخچه، عقده های قاعده ای، هیپوتالاموس و...)
- دستگاه عصبی محیطی و نقش آن در تغییرات رفتاری
- آشنایی با غدد درون ریز و هورمونها و چگونگی تأثیرات رفتاری ایجاد شده توسط آنها

سنجش در روان شناسی ورزشی

شماره درس: رو - ۵۱۰

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری - عملی

پیش نیاز / هم نیاز: روان شناسی فعالیت ورزشی (رو - ۵۰۳)

هدف: آشنایی دانشجویان با روشهای سنجش و ارزیابی مهارتهای روانی و تکنیکهای مصاحبه و مشاوره در

روان شناسی ورزش



سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- تاریخچه و مختصری از سیر تکاملی آزمونها و نحوه ی آزمون گیری در روان شناسی ورزش
- آشنایی با انواع آزمونها روانی و نیمرخ روانی آزمونها
- روشهای اجرای آزمونها ، نحوه ی پاسخگویی و ایجاد شرایط مناسب برای افزایش اعتبار اجرای پرسشنامه
- نقد آزمونها و بررسی اعتبار ، روایی و هنجارسازی آزمونها
- کاربرد و نحوه ی امتیاز دهی و ارزیابی آزمونها و روشهای تعمیم به جامعه

روانشناسی مربیگری

شماره درس: رو - ۵۱۱

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز: روان شناسی فعالیت ورزشی (رو-۵۰۳)

هدف: آشنایی دانشجویان با شیوه‌های مؤثر تعامل بین ورزشکار و مربی با بهره‌گیری کارآمد از علم روانشناسی به منظور کاهش تعارضها و تشنجات و افزایش عملکرد بهینه در تمرین و مسابقه

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- مفهوم و فلسفه ی مربیگری و آشنایی با تاریخچه مربیگری در ورزش
- آشنایی با انواع نقشهای مربی در محیط تمرین و مسابقه اعم از رهبر، مدیر، معلم، دوست، روان‌شناس و مربی در نقش والدین
- بررسی شیوه های کارآمد و مؤثر در ارتباطات از قبیل انواع ارتباط کلامی و غیر کلامی و گفت و گوی مؤثر بین مربیان و ورزشکاران
- بررسی نقش مربی در کاهش استرس و اضطراب ، عدم اعتماد به نفس و عدم عزت نفس ورزشکاران قبل، هنگام و بعد از مسابقه



ورزش و جامعه

شماره درس: رو- ۵۱۲

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با مسائل اجتماعی، سیاسی، اقتصادی جوامع و چگونگی تأثیر آنها بر ورزش همگانی، تربیتی، همچنین در ابعاد حرفه‌ای، قهرمانی و میادین بین‌المللی



سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- مروری بر مفاهیم جامعه‌شناسی، انواع طبقات اجتماعی و تأثیر آنها در ورزش
- جامعه‌پذیری در ورزش در بخش‌های همگانی و قهرمانی
- بررسی نیازهای مختلف جمعیت‌های ویژه در جامعه و نحوه‌ی ارائه راه حل برای کمک به رفع آنها به وسیله ورزش
- بررسی مفاهیم رقابت، همکاری، پرخاشگری، مسائل مربوط به تماشاچی و رسانه‌ها در جامعه به دنبال مسابقات ورزشی
- مروری بر مفاهیم فرد، گروه و تیم و بررسی مشکلات ورزشکاران، مربیان در جامعه و بررسی نحوه‌ی ارتباط و تعامل صحیح ورزشکاران با جامعه

آسیب شناسی روانی

شماره درس: رو - ۵۱۳

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با مسائل و مشکلات مختلف ورزشکاران در حیطه فعالیت‌های بدنی تمرین و رقابت، بررسی‌های دموگرافیک، اختلالات روانی و مشکلات حاشیه ای ورزشکاران در محیط تمرین و مسابقه

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- آشنایی با مفاهیم آسیب شناسی روانی و الگوهای مربوطه و تاریخچه آسیب شناسی روانی
- عوامل ایجاد اختلالات روانی بر مبنای شرایط اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و ...
- آشنایی و طبقه بندی اختلالات روانی با منشأ عوامل ارگانیک و غیر ارگانیک در محیط‌های ورزشی
- بررسی انواع انحرافات اخلاقی، جنسی، مصرف الکل و اعتیاد، مواد مخدر و شیوه های مقابله و حل

مشکلات افراد دیگر



روان‌شناسی کاربردی ورزش

شماره درس: رو - ۵۱۴

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز : روان شناسی فعالیت ورزشی (رو- ۵۰۳)

هدف: آشنایی دانشجویان با روان‌شناسی کاربردی و چگونگی استفاده از مطالب آموخته شده به منظور درگیری و تعامل رودرو با موقعیتهای روانی ، استرس ، اضطرابی ورزشکاران قبل، هنگام و بعد از تمرین و مسابقه



سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- مروری مختصر بر مفاهیم روان‌شناسی کاربردی در ورزش
- چگونگی افزایش توانایی ارائه خدمات در بعنوان یک روان‌شناس در موقعیتهای تنش زا برای مربیان ، سرپرستان و ورزشکاران در موقعیتهای خاص
- روشهای افزایش اعتماد به نفس ، عزت نفس ، و استفاده صحیح از imagery (تصویر سازی ذهنی) به منظور کاهش اضطراب و استرس در ورزشکاران و مربیان
- آموزش تکنیکهای مربوط به تمرینات ذهنی و درگیری مستقیم با ورزشکاران به منظور افزایش تواناییهای شناختی ادراکی آنها و جایگزینی این تمرینات به هنگام آسیبها و شرایطی که ورزشکار قادر به فعالیت بدنی نمی باشد .

روان شناسی آسیبهای ورزشی

شماره درس: رو - ۵۱۵

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با انواع آسیبهای بدنی و روانی ورزشکاران در ورزش و توانایی ارائه راه حلهای لازم به منظور به حداقل رساندن زینهای روحی و مادی در این زمینه



سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- آشنایی با آناتومی و فیزیولوژی دستگاه اسکلتی - عضلانی
- مروری بر آسیبهای رایج بدنی در حیطه‌ی فعالیت‌های بدنی عمومی و تخصصی
- شناخت عوامل آسیب زای روحی ناشی از آسیب‌های جسمی در ورزشکاران هنگام تمرین و مسابقه
- کنترل و تعدیل آسیبهای روحی روانی متعاقب آسیبهای ورزشی در شرایط حساس مسابقه و ارائه راه حلهای مناسب به منظور مقابله افراد گروه و تیم، مربیان و سرپرستان در شرایط خاص با مشکلات ناشی از آسیب ورزشکاران در موقعیتهای حساس
- کمک به ورزشکار آسیب دیده به منظور بازگشت به تمرین و مسابقه با شرایط روحی، ذهنی مناسب پس از آسیب بدنی یا روانی حاصل از تمرین یا مسابقه

تاریخ و فلسفه ورزش

شماره درس: رو - ۵۱۶

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با انواع مکاتب فلسفی مطرح در تربیت بدنی و ورزش و رابطه آنها با سیر

تحولی تربیت بدنی و ورزش در جهان

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- مروری بر تاریخچه ی تربیت بدنی و ورزش از ابتدا تا کنون
- فلسفه و اصول تعلیم و تربیت ، فرد و جامعه ، طبیعت و مفهوم تربیت بدنی
- مروری بر مفهوم حرکت ، تربیت بدنی و ورزش و اصول آن
- اهداف و آرمانها در تربیت بدنی و تعلیم و تربیت ، اولویت بندی و مراتب مختلف اهداف فردی و اجتماعی
- تربیت بدنی در اقوام مختلف ، در زندگیهای صنعتی و مدرن ، اقوام بدوی و قومی



جنبه های روانی اجتماعی ورزش رقابتی کودکان و نوجوانان

شماره درس: رو - ۵۱۷

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز: ---

هدف: آشنایی با ویژگیهای روانی و اجتماعی کودکان و نوجوانان در محیطهای رقابتی ورزش و مسابقات

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- مباحث و مسائل مرتبط با ضرورت و اهمیت مطالعه در زمینه روان شناسی ورزشکاران نوجوان
 - توجیه و استدلال مربوط به مشارکت و افت کودکان و نوجوانان در فعالیتهای ورزشی و مسابقات
 - مسائل و مباحث مرتبط با روابط گروهی همسالان در محیطها و موقعیتهای ورزشی و مسابقات
 - تشریح شرائط و اثرات عوامل استرس زا و تحلیل رفتگی در کودکان و نوجوانان ورزشکار
 - شناسائی و توضیح چگونگی مکانیزم و روشهای مربیگری و کاربرد آنها در زمینه رقابتهای ورزشی
- کودکان و نوجوانان
- مسائل و مباحث مرتبط با مشارکت والدین در تربیت ورزشی و پرورش استعدادهای ورزشی کودکان و

نوجوانان



روان‌شناسی ورزشی برای جمعیت‌های ویژه

شماره درس: رو - ۵۱۸

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش‌نیاز: روان‌شناسی ورزشی

هدف: آشنایی دانشجویان با مفاهیم جمعیت‌های ویژه و شیوه‌ی درگیری و بررسی مشکلات این جوامع و

ارائه راه‌های مناسب به منظور کاهش مشکلات و مسائل موجود در این حیطه

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- شناسایی نیازها و انتظارات افراد قرار گرفته در جمعیت‌های مورد نظر
- آشنایی با نیازهای روحی، روانی و عاطفی افراد در سنین مختلف کودکی، نوجوانی جوانی، میانسالی و سالمندی و ارائه راه‌های مناسب برای برطرف نمودن آنها با فعالیت‌های بدنی و ورزش
- بررسی و شناخت عوامل آزارنده روحی روانی جمعیت‌های ویژه به خصوص معلولین و جانبازان در زمینه ورزش همگانی و قهرمانی
- ارائه روش‌های موثر در کاهش مشکلات روانی، روحی عاطفی جمعیت‌های ویژه



روان شناسی ورزش قهرمانی

شماره درس: رو - ۵۱۹

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با آسیب شناسی ورزش قهرمانی، اثرات مثبت و منفی حاصل از فعالیت دوره قهرمانی

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- تمایلات رفتاری مربوط به پیشرفت
- سوگیریهای انگیزشی: پیشرفت و رقابت
- پرخاشگری و ورزش قهرمانی
- جنسیت و سوگیری پیشرفت رقابتی
- ورزش قهرمانی و شخصیت
- رقابت، موفقیت و شکست



مدیریت رفتار سازمانی

شماره درس: رو - ۵۲۰

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز / هم نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با مفاهیم فرد و سازمان، گروه و چگونگی تعامل آنها با یکدیگر به منظور

افزایش عملکرد سازمانی

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- مروری بر تاریخچه ی مدیریت و رهبری و سبکهای آن
- آشنایی با مفهوم سازمان، اصول و روندهای تصمیم گیری در سازمانهای ورزشی
- اصول و روشهای برقراری ارتباطات کلامی و غیر کلامی و مهارتهای فردی در سازمان
- آشنایی با خصوصیات و ویژگیهای مؤثر در مدیر و عوامل مؤثر در کارآیی سازمان
- انواع تعارض در سازمانها و روشهای حل و فصل آن



سمینار (۱)

شماره درس: رو - ۵۲۱

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: نظری

پیش نیاز: روش تحقیق پیشرفته در روان‌شناسی ورزش (رو- ۵۰۱)

هدف: آشنایی دانشجویان با نحوه‌ی بازبینی، نقد و تفسیر تحقیقات انجام شده در زمینه روان‌شناسی ورزش و مرور ادبیات به منظور موضوع یابی پژوهشی

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- بازبینی و مرور تحقیقات معاصر در زمینه روان‌شناسی ورزش
- بررسی و مطالعه سیر تحول و مسائل مورد توجه در روان‌شناسی ورزش



سمینار (۲)

شماره درس: رو - ۵۲۲

تعداد واحد: ۲

نوع واحد: ۲

پیش نیاز: سمینار ۱ (رو - ۵۲۱)

هدف: بحث و تبادل نظر درباره انواع پژوهش و تدوین رساله دوره دکتری

سرفصل دروس: (۳۲ ساعت)

- نقد و بررسی پژوهشهای صورت گرفته در زمینه مورد علاقه دانشجو
- ارائه پیشنهاد در ارتباط با انتخابات موضوع مورد تحقیق
- بحث و بررسی نتایج پژوهشهای صورت گرفته در زمینه روان شناسی ورزش



رساله دکتری

شماره درس: رو- ۵۲۳

تعداد واحد: ۱۸

نوع واحد: نظری - عملی

پیش نیاز: ---

هدف: آشنایی دانشجویان با طراحی پروژه های تحقیقی در حیطه روان شناسی ورزشی و انجام یک کار پژوهشی نسبتاً مستقل تحت راهنمایی و سرپرستی استاد راهنما

سرفصل دروس: (۲۸۸ ساعت)

دانشجو پس از ارائه طرح تحقیق و تصویب آن به جمع آوری اطلاعات ، تجزیه و تحلیل داده ها و بحث و نتیجه گیری پرداخته و از گزارش نهایی و کتبی پایان نامه خود دفاع خواهد کرد.



1. American Psychological Association. (1992). Ethical principles for psychologists and the code of conduct. *American Psychologist*, 47, 1597-1611.
2. Anshel, M.H. (1994). *Sport psychology: From theory to practice*. Scottsdale, AZ: Gorsuch Scarisbrick.
3. Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
4. Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and actions: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
5. Baron, R.A., & Richardson, D.R. (1994). *Human aggression*. New York: Plenum.
6. Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences and control*. Philadelphia: Temple University Press.
7. Dishman, R.K. (1994). *Advances in exercise adherence*. Champaign IL: Human Kinetics.
8. Garfield, C.A., & Bennett, H.Z. (1984). *Peak performance: Mental training techniques of the world's greatest athletes*. Los Angeles, CA: Warner.
9. Gauron, E. (1984). *Mental training for peak performance*. Lansing, NY: Sport Science Associates.
10. Gill, D.L. (1986). *Psychological dynamics of sport*. Champaign, IL: Human Kinetics. Gould, D. (1998). Goal setting for peak performance. In J. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. Mountain View, CA: Mayfield.
11. Griffith, C.R. (1928). *Psychology of athletics*. New York: Scribners.
12. Hanin, Y.L. (1997). Emotions and athletic performance: Individual zones of optimal functioning. *European Yearbook of Sport Psychology*, 1, 29-72.



13. Hennerly, D. (1986). Sporting excellence: A study of sport's highest achievers. Champaign, IL: Human Kinetics.
14. Hemery, D. (1991). Sporting excellence: What makes a champion (2nd ed). Eiley: New York.
15. Horn, T.S. (1993). Leadership effectiveness in the soprt domain. In T.S. Horn (Ed), Advances in sport psychology. Champaign, IL: Human Kinetics.
16. Kerr, J.H. (1997). Motivation and emotioin in sport: Reversal theory. East Sussex, United Kingdom: Psychology Press Ltd.
17. Lazarus, R.S. (1966). Psychological stress and the coping process. New York: McGraw-Hill.
18. Martens, R. (1982a). Kids sports: A den of iniquity or land of promise. In R.A. Magill, M.J. Ash, & F.L. Smoll (Eds), Children in sport (2nd ed., pp. 204-218). Champaign, IL: Human Kinetics.
19. Martens, R. (1990). Coaches guide to sport psychology. Champaign, IL: Human Kinetics.
20. Martens, R., Vealey, R.S., & Burton, D. (Eds). (1990). Competitive anxiety in sport. Champaign IL: Human Kinetics.
21. Morgan, W.P., & Goldston, S.E. (1987). Exercise and mental health Washington, DC: Hemisphere.
22. Murphy, S. (1996). The achievement zone. New York: G.P. Putnam's Sons.
23. Murphy, S.M. (Ed.) (1995). Sport psychology internventions. Champaign, IL: Human Kinetics.
24. Nideffer, R. (1981). The ethics and practice of applied sport psychology. Ithaca, NY: Mouvement.
25. Nideffer, R.M. (1985). Athlete's guide to mental traning. Champaign, IL: Human Kinetics.
26. Ogvkuvuem B.C., & Tutko, T.A. (1966). Problem athletes and how to handle them, London: Palham Books.



27. Orlick, T. (1990). In pursuit of excellence: How to win in sport and life through mental training (2nd ed.) Champaign, IL: Human Kinetics.
28. Scalan, T.K. (1986). Competitive stress in children. In M.R. Weiss & D. Gould (Eds.), Sport for children and youths (pp. 113-118). Champaign, IL: Human Kinetics.
29. Schmidt, R.A. (1982). Motor control and learning: A behavioral emphasis. Champaign, IL: Human Kinetics.
30. Smith, M.D. (1983). Violence and sport. Toronto: Butterworths.
31. Smith, R.E. & Smoll, F.L. (1996). Way to go, coach: A scientifically-proven approach to coaching effectiveness. Protola Valley, CA: Warde Publishers.
32. Smoll, F.L., & Smith, R.E. (1979). Improving relationship skills in youth sport coaches. East Lansing, MI: Michigan Institute for the Study of Youth Sports.
33. Spielberger, C.D. (1966). Theory and research on anxiety. In C.D. Spielberger (Ed.), Anxiety and behavior (pp. 3-22). New York: Academic Press.
34. Stainback, R.D. (1997). Alcohol and sport. Champaign, IL: Human Kinetics.
35. Suinn, R.M. (1993). Imagery. In R. Singer, M. Murphrey, & K. Tennant (Eds). Handbook of research in sport psychology (pp. 492-510). New York: Macmillan.
36. Summers, J.J., & Ford, S. (1995). Attention in sport. In T. Morris & J. Summers (Eds). Sport psychology: Theory, applications, and issues. Chichester: John Wiley.
37. Thompson, R.A., & Sherman, R. (1993). Helping athletes with eating disorders. Champaign, IL: Human Kinetics.
38. Weinberg, R.S., & Richardson, P.A. (1990). Psychology of officiating. Champaign, IL: Human Kinetics.



39. Widmeyer, W.N. (1984) Aggression-performance relationships in sport. In J.M. Silva & R.S. Weinberg (Eds.), Psychological foundations of sport (pp.274-286). Champaign, IL: Human Kinetics.
40. Widmeyer, W.N., & Williams, J. (1991). Predicting cohesion in coaching teams. *Small Group Research*, 22, 548-557.
41. Wiggins, D.K. (1984). The history of sport psychology in North America. In J.M. Silva & R.S. Weinberg (Eds.), Psychological foundations of sport (pp.9-22). Champaign, IL: Human Kinetics.
42. Willis, J.D., & Campbell, L.F. (1992). *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.



