

الشارقة لرياضة المرأة» تنظم ورشة الإعداد النفسي



انطلقت ورشة عمل الإعداد الذهني والنفسي للرياضيين التي تنظمها مؤسسة الشارقة لرياضة المرأة، بمقرها في إمارة الشارقة، وتختتم السبت المقبل.

وتستهدف الورشة رفع درجة الوعي بأهمية الإعداد النفسي والذهني لدى جميع اللاعبين في مختلف الرياضات والطواقم الفنية والإدارية وفرق عمل الإدارات والأقسام المختلفة بمؤسسة الشارقة لرياضة المرأة، وتعزيز مفاهيم الثقة بالذات والتغلب على جميع المخاوف التي من الممكن أن تواجه الرياضي قبل خوضه المنافسات والمسابقات الرياضية.

وناقش الدكتور صابر الحمروني خبير علم النفس الرياضي خلال اليوم الافتتاحي من أعمال الورشة مراحل الإعداد الذهني والنفسي للرياضيين والخطوات المتبعة للوصول إلى الأهداف المنشودة، انطلاقاً من خبراته وتجاربه العملية في مرافقة العديد من المنتخبات والرياضيين في المحافل الكبرى ودورات الألعاب الأولمبية التي شهدت تحقيق نجاحات متنوعة وتتويجات عديدة مع هؤلاء الرياضيين.

وأكد سليم السعيدى رئيس قسم التخطيط والمتابعة الفنية بمؤسسة الشارقة لرياضة المرأة أن موضوع الإعداد الذهني للرياضيين يمثل ما يقرب من 30% من الإنجاز، وهو الأمر الذي يهتم جميع العاملين في المنظومة الرياضية سواءً من رياضيين أو مدربين وإداريين لما له من انعكاسات إيجابية يتضح دورها عند تسجيل النجاحات والنتائج المميزة. وكذلك من خلال أداء الرياضيين وتعاملهم مع المواقف المختلفة أثناء المنافسات التي تتطلب تدريباً وإعداداً مسبقاً.

وكشف السعيدى عن دعوة العديد من الخبراء في مختلف العلوم الرياضية خلال المرحلة المقبلة، مشيراً إلى حرص مؤسسة الشارقة لرياضة المرأة على توفير هذا النوع من الورش واللقاءات العلمية بحضور نخبة من المتخصصين في الشأن الرياضي بجميع فروعها.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.