

2-4 الأسس النفسية (السيكولوجية): ان معرفة الأسس النفسية يمكن أن تعطي تحليلاً لأهم نواحي النشاط الرياضي والبدني، ويساهم التحليل الدقيق لعمليات النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي، وكذلك إعداد التعليم و التدريب الرياضي لكافة الأنشطة و يعتبر اللعب ميداناً من الميادين التي يعتني بها برنامج التربية البدنية والرياضية ،