

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



گروه مهندسی کامپیوتر

دانشکده ی برق و کامپیوتر

مدیریت سلامت روان بازیکنان فوتبال

ارائه دهندگان: معین کشاورز ، هدیه رحمانی

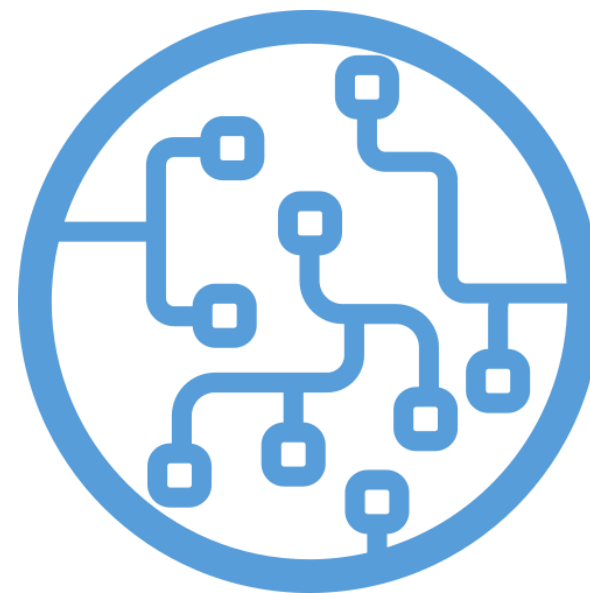
امیرعلی حبیبی ، نسترن

استاد: جناب آقای دکتر پوریا خانزادی

۲۵ اسفند سال ۱۴۰۲



- مراحل طراحی (مسئله، بیان مسئله و ...)
- ارائه و تحلیل زبان طراحی شده (DSL) برای مدلسازی
- نگاشت ذهنی برای موضوع مسئله
- کد نوشته شده در گیت هاب





مسئله :

مدیریت سلامت روان بازیکنان فوتبال

بیان مسئله :

بازیکنان فوتبال در شرایط تنش زا و پر استرسی هستند که نیاز دارند تا در فشارهای بالا روانی که در مسابقات و تمرینات ورزشی با آنها روبرو می‌شوند، بتوانند به بهترین شکل ممکن عمل کنند. در بسیاری از موارد این استرس بر سلامت روان و نهایتاً کیفیت زندگی شخص تاثیر میگذارد. مدیریت سلامت روان به آنها کمک می‌کند تا زمانی که با استرس و اضطراب مواجه شوند، اعتماد به نفس خود را حفظ کنند که از تأثیر بسزایی بر عملکرد بازیکنان برخوردار است.

دلایل ریشه ای عدم سلامت روان (Root Cause)

۱. **فشار رقابتی:** بازیکنان فوتبال در مسابقات رقابتی شرکت می کنند و باید بهترین عملکرد را ارائه دهند تا به تیم خود کمک کنند. این فشار می تواند منجر به استرس شود.

۲. **تحمل فشارهای رسانه ای:** بازیکنان فوتبال معمولاً تحت تأثیر رسانه ها، هواداران و انتظارات بالای مربیان و هم تیمی ها قرار می گیرند که می تواند به استرس منجر شود.

دلایل ریشه ای عدم سلامت روان (Root Cause)

۳. **آسیب‌های بدنی:** خطر آسیب‌های بدنی در ورزش فوتبال بسیار بالا است و این ممکن است بازیکنان را نگران کند.

۴. **فشار مالی:** برخی از بازیکنان فوتبال ممکن است به دلیل فشارهای مالی و قراردادهای بزرگی که با آنها منعقد می‌کنند، استرس داشته باشند.

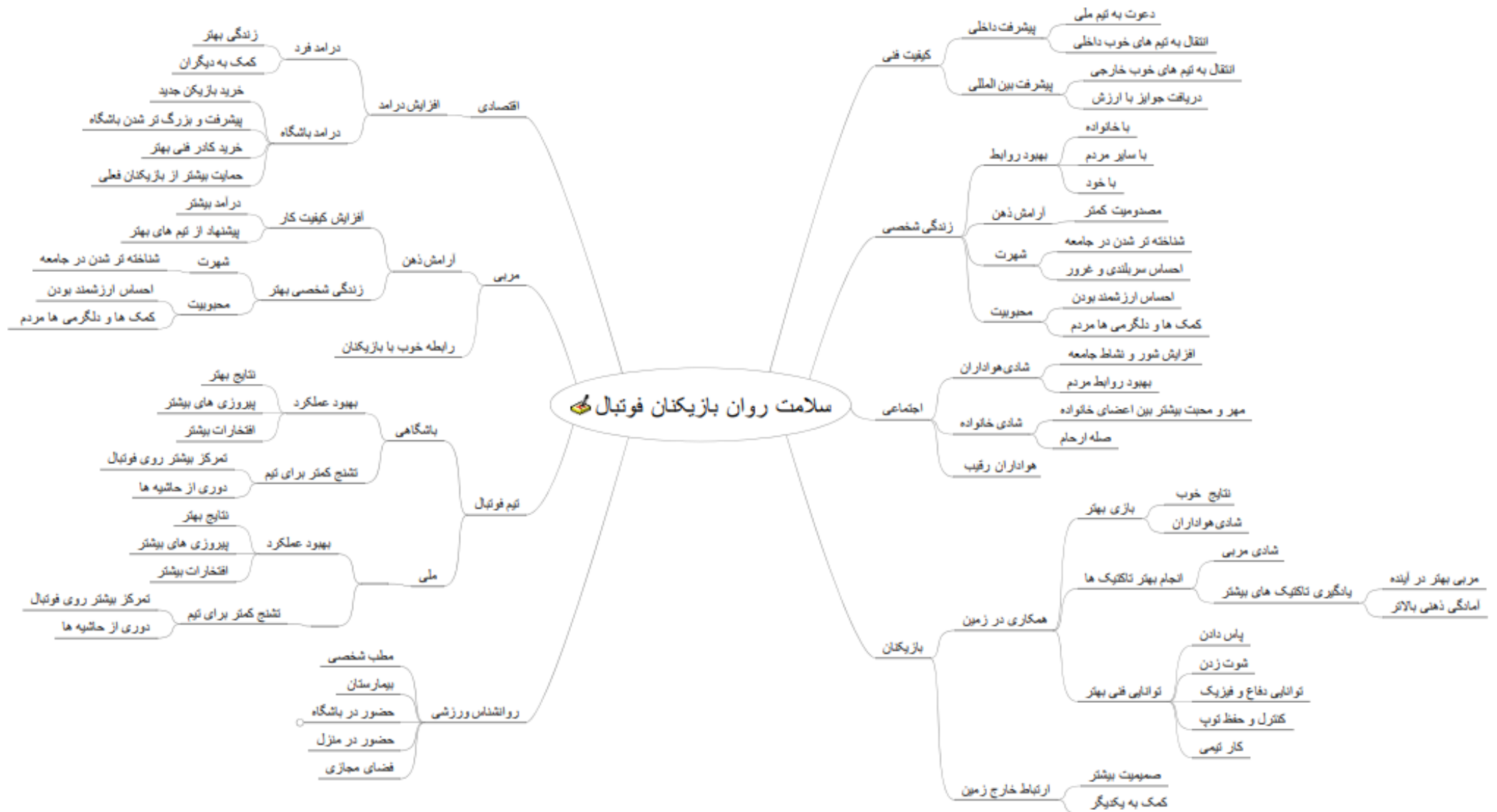
محک زنی (Benchmarking)

رئال مادرید، مانند بسیاری از باشگاه‌های فوتبال برتر، بر روی سلامت روان بازیکنان خود تأکید دارد. آن‌ها یک تیم از روانشناسان و متخصصان سلامت روانی دارند که به نزدیکی با بازیکنان کار می‌کنند تا پشتیبانی، راهنمایی و منابعی برای مدیریت استرس، اضطراب و مشکلات سلامت روانی فراهم کنند. باشگاه همچنین فرهنگ مثبت تیمی را ترویج می‌دهد و ارتباط بازیکنان و کادر فنی را تشویق می‌کند تا محیطی حمایت‌کننده ایجاد شود.

محک زنی (Benchmarking)

رئال مادرید ممکن است همچنین کارگاه‌ها، سمینارها و جلسات مشاوره فردی برگزار کند تا به بازیکنان کمک کند تا سلامت روان خود را حفظ کنند. به طور کلی، این باشگاه به شیوه فعال به مدیریت سلامت روان بازیکنان خود می‌پردازد تا اطمینان حاصل شود که آن‌ها در بهترین حالت ممکن برای اجرای برترین عملکرد هستند.

نگاشت ذهنی Mind Mapping



Preview

Code

Blame

95 lines (53 loc) · 2.3 KB

Raw



```
1  ✓ # object oriented programming-project
2    management of mental health of football players
3    economic
4    coach
5    football team
6    technical quality
7    personal life
8    social
9    players
10   sports psychologist
11   *in formal definition
12   mental health of football players is a economic, coach, football team ,technical quality ,personal life ,social ,players and Sports psychologist.
13
14   *mathemathical expression:
15   mental health of football players(MHF) is a economic(E),coach(C),football team(FT),technical quality(TQ),personal life(PL),social(S) ,players(P) and Sports psychologist (SP).
16   MHF = {E,C,FT,TQ,PL,S,P,SP}
17
18   *****
19   *symbol table:
20
21   Symbol          meaning
22   -----
23   MHF             mental health of football players
24   E               economic
25   C               coach
26   FT              football team
```

کد نوشته شده در گیت هاب



main

shaygara-project / README.md

↑ Top

Preview

Code

Blame

95 lines (53 loc) · 2.3 KB

Raw

27

TQ

technical quality

28

PL

personal life

29

S

social

30

P

players

31

?

vagueness

32

SP

sports psychologist

33

==

interaction

34

35

36

*numerical domain for each symbol

37

38

MHF : 1 to 32 human

39

40

E : increase income : 2 :team and peronal

41

42

C : 1 to 10 or more

43

44

FT : 2 : a club and international

45

46

TQ : passing,shooting,defending,team working,keeping the ball

47

48

PL : improve relationships :with family,another people,with self

49

50

S : ?

51

52

p : 2 :inside the ground , off the ground

۱۲

Preview Code Blame 95 lines (53 loc) · 2.3 KB

Raw Copy Download

```
52  p : 2 :inside the ground , off the ground
53
54  SP : 5 ways to refer :personal office,hospital,club,home,online
55
56  *****
57  All elements are directly related,if each works correctly the other will also work correctly
58
59  EX) C == FT == TQ
60      P == SP == PL
61      S == E
62
63  *****
64
65  *Suggestions and solutions :
66
67  1 - Holding psychological skills training classes
68
69  2 - Sending motivational messages
70
71  3 - Measurement of blood pressure and heart rate
72
73  4 - Performing periodic mental health tests
74
75  *****
```

از توجه شما صمیمانه سپاسگزارم