

Professionisti Associati

Dott. Diego Polani

Corso professionalizzante in Psicologia dello sport e delle attività motorie - Roma, Campobasso, Salerno, Online

Roma: per info cell 329.9723752

Campobasso (Termoli): per info cell 329.9723752

Salerno: per info cell 329.9723752

Online: per info cell 329.9723752

formazione.diegopolani.eu

Presentazione

La **Psicologia dello sport** è quel campo professionale che studia tutti quei processi cognitivi, emotivi e comportamentali che interagiscono con le prestazioni sportive e con l'esercizio fisico, sia per i singoli atleti che per le squadre, nell'alto livello quanto in quello amatoriale.

Ogni performance sportiva è infatti influenzata moltissimo dai **fattori mentali** così come evidenziato in queste ultime Olimpiadi.

Quindi lo **Psicologo dello sport** opera al fine di migliorare la prestazione sportiva per aumentare la consapevolezza di quali pensieri, emozioni e comportamenti possono avere effetti negativi in gara o in allenamento e di conseguenza modificarli insegnando tecniche psicologiche elaborate scientificamente anche grazie alle Neuroscienze per incrementare la performance.

Lo Psicologo dello sport può valutare e potenziare i processi prestativi verso l'eccellenza.

Il Corso è patrocinato dalla **SPOPSAM** (Società Professionale Operatori in Psicologia dello Sport e delle Attività Motorie), da *Nuoto.com*, dalla **SIPAP** (Società Italiana Psicologi Area Professionale) e dal **CSEN** (Centro Sportivo Educativo Nazionale).

A chi frequenta il Corso e ottiene l'Attestato formativo vengono riconosciuti 20 crediti formativi per l'eventuale immatricolazione al Corso di Laurea in "Coaching in Sport", dipartimento di Sports Psychology della Newport Research University, Palm Beach, Florida.

Direzione scientifica

Prof. Diego Polani

Metodologia

Blended learning: alcune lezioni teoriche si svolgono in modalità **FAD**, altre in presenza durante weekend esperienziali.

È prevista un'edizione a **Roma**, un'edizione a **Termoli (Campobasso)** e una in provincia di **Salerno**.

Programma

1. **Introduzione alla Psicologia dello sport** (video lezione registrata FAD più materiale e test)
2. **Lateralizzazione e Jet Lag** (video lezione, materiale didattico più test)
3. **Management sportivo** (video lezione, materiale didattico più test)
4. **Marketing, social network e loro utilizzo** (video lezione, materiale didattico più test)
5. **Teoria del movimento e metodologia dell'allenamento** (video lezione, materiale didattico più test)

6. Psicologia dell'emergenza: attività fisica e sportiva per il sostegno delle persone vittime di uno stato di calamità. Psicologia del lavoro e delle organizzazioni: attività fisica e sportiva per lo smaltimento dello stress e l'ottimizzazione del rendimento lavorativo (video lezione, materiale didattico più test)

7. Psicologia evolutiva in ambito motorio e dell'anziano per un'attività sportiva mirata alla qualità della vita (video lezione, materiale didattico più test)

8. Psicopatologia dello sport (video lezione, materiale didattico più test)

9. Autoefficacia: teorie e pratica per il rinforzo dell'io - motivazione - e l'implementazione della performance (video lezione, materiale didattico più test)

I weekend (sabato ore 9.00-13.00/14.00-19.00 e domenica ore 9.00-13.30)

Psicologia corporea e tecniche olistiche - Qi Gong, verso una Psicologia dell'eccellenza

II weekend (sabato ore 9.00-13.00/14.00-19.00 e domenica ore 9.00-13.30)

Le relazioni, la comunicazione

I gruppi: Analisi - sport closed skill e sport open skill - Stili di leadership ed efficacia nella conduzione di gruppi

III weekend (sabato ore 9.00-13.00/14.00-19.00 e domenica ore 9.30-13.00)

Intelligenza emotiva, performance e gestione emozionale, Analisi gestionali di emozioni

Psicologia positiva e self talk

Mental training, Coaching, Imagery e Neuroscienze verso l'eccellenza

Antifragilità, resilienza e neuroni specchio. Elementi culturali e scientifici

IV weekend (sabato ore 9.00-13.00/14.00-19.00 e domenica ore 9.30-13.00)

Mindfulness e sport

Argomenti integrativi con materiale didattico e informatico:

Argomenti ed elaborati inerenti alle materie sviluppate con materiale integrativo:

- Fisiologia e Medicina dell'attività motoria
- Deontologia professionale

Esami finali

Accreditamento

Il Corso ha i crediti formativi professionali EQF concessi dalla SPOPSAM.

In fase di accreditamento **ECM**.

Modalità di iscrizione

Per ulteriori informazioni e iscrizioni contattare Professionisti Associati al numero 329.9723752.

Costi

Il costo del **Corso professionalizzante in Psicologia dello sport e delle attività motorie** è di € 1.400 + IVA (possibilità di rateizzazione).