

DAL 31/10 AL 29/11 (20 ORE)

ONLINE - PIATTAFORMA MICROSOFT TEAMS

LA PSICOLOGIA DELLO SPORT PER GLI ALLENATORI

Docente: **Prof.ssa Francesca VITALI**

CALENDARIO INCONTRI. Le lezioni si svolgeranno dalle ore 9 alle ore 13 nelle seguenti giornate: sabato 31/10; sabato 7/11; sabato 14/11; sabato 21/11; domenica 29/11

DESTINATARI. Il corso è specificamente rivolto ad allenatori e tecnici sportivi, ma sono potenziali interessati anche laureati in scienze motorie, insegnanti di educazione fisica e dirigenti sportivi.

AL TERMINE DEL CORSO I PARTECIPANTI:

- conoscono i principali contributi della psicologia dello sport al proprio lavoro di coaching e di insegnamento motorio-sportivo con particolare riferimento alle sfide imposte dall'attuale pandemia Covid19;
- conoscono la distinzione fra le competenze dello psicologo dello sport e le competenze dell'allenatore e del preparatore fisico;
- conoscono quali possono essere le aree di reciproco interesse fra psicologo dello sport, allenatore e preparatore fisico;
- sanno utilizzare alcune competenze psicologiche
- (es. comunicazione, leadership, gestione dello stress) e le sanno integrare nel proprio lavoro di coaching e di insegnamento motorio-sportivo, con particolare
- riferimento alle sfide imposte dall'attuale pandemia Covid19.

CONTENUTI DIDATTICI

- Introduzione alla psicologia dello sport e dell'esercizio.
- Contributi della psicologia all'apprendimento delle abilità motorie e al controllo dell'azione.
- Contributi della psicologia al miglioramento e all'ottimizzazione della prestazione sportiva: il contributo del *Psychological Skill Training*.
- Psicologia e processi sociali nelle organizzazioni sportive: conciliare le doppie carriere nello sport, sviluppo delle carriere sportive e transizioni nello sport.
- Psicologia e sport giovanile: aspetti motivazionali ed educativi dei più giovani nello sport.
- Psicologia dei gruppi nello sport.
- Psicologia e differenze di genere nello sport.
- Psicologia e aspetti morali ed etici nello sport: fair play; prevenzione e contrasto al doping; sport, pace, cooperazione e sviluppo.
- Psicologia della disabilità (fisica, cognitivo-relazionale e sensoriale) nello sport.

