

PSICOLOGIA, COACHING I TREBALL INTEGRAT EN EQUIPS ESPORTIUS

Curs Entrenadors - Girona - 1 i 2 de juliol 2015

La Unitat de Psicologia i Coaching Esportiu ([UPCD Catalunya](#)), en col·laboració amb el [Centro Excelentia](#) organitza la primera edició del 'Psicologia, Coaching i Treball integrat en Equips Esportiu'.



DIRIGIT

El curs va dirigit especialment a entrenadors de futbol i altres equips esportius, tant d'iniciació esportiva, com d'esport professional i amateur. Tot i així, també pot ser una oportunitat ideal de formació per altres professionals de l'esport (gerents, metges, esportistes, psicòlegs, preparadors físics, etc.).

OBJECTIUS

Ofertir propostes metodològiques pel disseny, aplicació i avaluació d'exercicis psicològics integrats amb pilota. I, adquirir eines per facilitar la cohesió de l'equip, el compromís dels seus jugadors i el rendiment grupal.

DESCRIPCIÓ DEL CURS

Duració: 10 hores

Dates: Dimecres 1 i dijous 2 de juliol de 2015 (possibilitat d'assistir a una jornada)

Horari: De 16:00h a 21:00h

Lloc: Sala VIP i camp de futbol d'entrenament [Estadi Girona F.C.](#)

Organitza: www.psicoachingdeportivo.com

TARIFES I INSCRIPCIONS (Places limitades)

- Assistència al curs sencer + llibre (preu del llibre 24 euros) = 75 euros
- Assistència al curs sencer = 60 euros
- Assistència a una sessió del curs (dia 18 o dia 19) + llibre (preu del llibre 24 euros) = 50 euros
- Assistència a una sessió del curs (dia 18 o dia 19) = 35 euros

*Consulta descomptes per a membres d'associacions i federacions (Fed. Hoquei i Patinatge)

*Consulta tarifes per estudiants i persones en situacions d'atur

*Formació bonificable a través de Fundació Tripartita

INFORMACIÓ I CONTACTE

- Telf. 661 203 940
- Email: psicoachingesportiu@gmail.com

[INSCRIU-TE AQUÍ](#)

PSICOLOGIA, COACHING I TREBALL INTEGRAT EN EQUIPS ESPORTIUS

Curs Entrenadors - Girona - 1 i 2 de juliol 2015

SESSIÓ I (1 de juliol de 2015)

COACHING D'EQUIPS: CLAUS PER A CONSTRUIR EL TEU EQUIP

► **Objectius específics:**

- Conèixer les potencialitats del coaching per a la promoció de la cohesió de l'equip
- Descobrir com incloure el coaching en el rol de l'entrenador/líder de l'equip en la cohesió
- Planificar la temporada, incloent el treball de la cohesió a la pretemporada i durant la temporada
- Augmentar les eines i estratègies per fomentar el sentiment de pertinença a l'equip
- Exposar el funcionament del coaching de equips i el desenvolupament de les habilitats de comunicació

► **Contingut:**

1. Coaching de equips: canviant el protagonisme dels rols de l'equip
2. Habilitats de lideratge a través del coaching
3. Escoltar i observar a l'equip: més informació, més possibilitats de millora
4. Establir objectius SMART d'equip, que promoguin el compromís real dels jugadors
5. Habilitats de comunicació i creativitat a través del coaching
6. Promoure dinàmiques positives dins el vestuari a través del coaching
7. El coaching com a eina per fomentar el compromís amb l'equip des de la pretemporada
8. Ser un veritable equip: La importància de la cohesió grupal

SESSIÓ II (2 de juliol de 2015) – **Inclou: 1'S hores de pràctica real al camp**

EL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO-INTEGRADO CON BALÓN

► **Objetivos específicos:**

- Integrar la preparación psicológica a los entrenamientos
- Analizar y mejorar las habilidades psicológicas del futbolista actual
- Fortalecer la cohesión grupal
- Aumentar la intencionalidad del acto motor
- Favorecer la transferencia del aprendizaje del futbolista a la competición

► **Contenido:**

1. Perfil del futbolista moderno.
2. Necesidades psicológicas del futbolista actual.
3. Parámetros que regula la carga mental en las actividades.
4. Principios pedagógicos-metodológicos para el diseño y aplicación de actividades.
5. La evaluación del entrenamiento psicológico-integrado.
6. Habilidades psicológicas y socioafectivas (Atención y concentración, Percepción, toma de decisión -y ejecución-, Motivación, Control de la activación, Liderazgo, Capacidad de adaptación, Habilidades de comunicación, Cohesión grupal y trabajo en equipo).

PSICOLOGIA, COACHING I TREBALL INTEGRAT EN EQUIPS ESPORTIUS

Curs Entrenadors - Girona - 1 i 2 de juliol 2015

FORMADORS

SANTIAGO RIVERA



Psicòleg, Màster en Psicologia del Deporte. Escribe su tesis doctoral en la Universidad de Vigo. Socio fundador de Centro Excelentia. Psicòlego y coach de futbolistas y entrenadores profesionales, y de la Real Federación Andaluza de Fútbol (RFAF), Presidente del Congreso Internacional Online de Psicología y Psicología del Coaching Aplicada al Fútbol. Profesor del Centro de Estudios, Desarrollo e Investigación del fútbol Andaluz (CEDIFA). Miembro del comité técnico-científico de la Revista Digital Fútbol-Táctico.com. Trabajó en el Sevilla F.C. durante 6 temporadas. Ha sido profesor de la cátedra virtual Psicología del Deporte y la Actividad Física en la Universidad de la Sabana, Colombia; e impartido charlas en la Real Federación Española de Fútbol (RFEF); en los Comités de Entrenadores de Fútbol Andaluz y Guipuzcoano; en las Universidades de Sevilla, Pablo de Olavide y Vigo en España; en la Asociación Colombiana de Entrenadores de Fútbol (ASCENFUTBOL), A. Deportivo Cali y en la Universidad El Bosque en Colombia; así como colaborado con medios de comunicación los diarios Público, Marca y La Razón de España, o Caracol Radio de Colombia. Coeditor del libro “Entrenamiento Mental en el Fútbol Moderno: Herramientas Prácticas” y coautor de “Planificación del Trabajo Psicológico en Equipos de Fútbol”; autor de capítulos de libros y artículos especializados, y ponente en congresos nacionales e internacionales.

www.centroexcelentia.com

ANNA VIÑOLAS



Llicenciada en Psicologia per la Universitat de Girona. Màster en Psicologia de l'Esport pel Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya i la Universitat Abat Oliba i Màster en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport per la Universitat de Vigo. Actualment està cursant els seus estudis de Doctorat a la Universitat de Vigo. Coordinadora desde 2012 Unitat de Psicologia i Coaching Esportiu a Catalunya. Com a psicòloga esportiva té experiència en esports individuals i col·lectius (futbol, bàsquet, ciclisme, atletisme i corredors de muntanya, esgrima, pilots de motociclisme, tennis, patinatge artístic, etc.). S'encarrega de la Secretaria del Màster Iberoamericano de Psicologia del Deporte de la SIPD. Professora de l'Escola Iberoamericana de Coaching en els certificats d'esport, educació i RRHH a Espanya i països llatinoamericans.

Combina la seva faceta en l'àmbit esportiu amb la realització de formacions i assessoraments per directius, treballadors, persones en situacions d'atur i empreses en l'àmbit del lideratge, la gestió de conflictes, la intel·ligència emocional i el desenvolupament personal.

RUBÉN BRAVO / Docent convidat



Graduat en Psicologia per la Universitat de Girona. Expert en Coaching Esportiu (Cicle I) per Florida Universitària, a més de la realització de cursos específics sobre psicologia aplicada a l'àmbit esportiu. Actualment està en l'últim pas de la certificació com a coach per la International Coach Federation. En quant a la pràctica professional, porta a terme les tasques de psicòleg esportiu al Girona FC Femení i a l'àrea de futbol del GEiEG, combinant això amb processos de coaching esportiu i personal.