



Rua Sarmento de Beires nº 33, Loja A
1900-411 - Lisboa

+351 213 579 144

fxp@fxp.pt
<https://fxp.pt>

FPX

1927

XADREZ

Ação Formação: Psicologia Aplicada ao Desporto – um percurso para a excelência

Formação Online Síncrona: 20:30h às 22:30h

Datas: 10, 11 e 13 de Março

Total: 6 horas

Programa

Módulo 1 - A influência dos Pais, do Treinador e do contexto no desenvolvimento do Talento

1. Participação dos pais durante a carreira desportiva
2. Características essenciais do Treinador de jovens Talentos
3. Boas práticas na intervenção do Treinador no desenvolvimento de Talentos

Módulo 2 - O Desporto de Alto Rendimento como contexto de Excelência

1. Fatores Psicológicos e Rendimento Desportivo
2. A excelência está nos "detalhes": a importância das rotinas
3. Dimensões do Treino Psicológico
4. Intervenção Psicológica na preparação mental de atletas de alta competição

Módulo 3 - O Treinador como elemento-chave na regulação mental dos atletas

1. O Treinador e o processo de Liderança
2. Estratégias psicológicas para a sua intervenção
3. Estratégias comunicacionais do Treinador nas diferentes fases competitivas

Membro:

