

Esperto Universitario

Psicologia dello Sport

Approvato dall'NBA





tech università
tecnologica

Esperto Universitario Psicologia dello Sport

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techtute.com/it/scienze-motorie/specializzazione/specializzazione-psicologia-sport

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 16

05

Metodologia

pag. 20

06

Titolo

pag. 28

01

Presentazione

L'attività professionale del psicologo sportivo è un campo in espansione, dato che sempre più individui scelgono di promuovere la propria carriera sportiva. Gli atleti esaminano i fattori psicologici associati alla partecipazione e alle prestazioni nello sport, nell'esercizio fisico e in altre forme di attività fisica, rendendo fondamentale la supervisione di un professionista. Questo programma approfondisce, attraverso un approccio teorico-pratico, le modalità, le ragioni e le condizioni sotto le quali le persone coinvolte nello sport agiscono come fanno, oltre a indagare l'influenza reciproca tra attività fisica, benessere e sviluppo personale. L'espansione di questa professione rappresenta l'opportunità ideale per distinguersi dagli altri professionisti nel campo.





“

Raccoglierai i pezzi necessari per potenziare le capacità di leadership e dotare l'attività degli atleti di strumenti psicologici”

La professione di psicologo sportivo è in continua evoluzione e rappresenta un'opzione professionale molto promettente. La valutazione personalizzata e specifica per comprendere i fenomeni psicologici vissuti da ogni atleta rende la figura di questo professionista di vitale importanza nella società odierna e in futuro.

Questo Esperto Universitario adotta, dunque, un approccio multidisciplinare alle possibilità di lavorare con diversi materiali e tecniche, permettendo allo psicologo dello sport di fare la scelta giusta per ottenere i migliori risultati in termini di benessere fisico e mentale

Inoltre, trattandosi di una qualifica online, gli studenti non sono vincolati da orari fissi o dalla necessità di spostarsi in una sede fisica, ma possono accedere a un ricco contenuto che li aiuterà a raggiungere l'élite della psicologia dello sport, in qualsiasi momento della giornata, combinando, al proprio ritmo, la vita lavorativa e personale con quella accademica.

Questo **Esperto Universitario in Psicologia dello Sport** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali sono:

- ♦ Sviluppo di casi pratici presentati da esperti in coaching e Psicologia dello Sport
- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche sulle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Esercizi pratici che prevedono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ♦ Particolare accento su metodologie innovative
- ♦ Lezioni teoriche, le domande agli esperti, i forum di discussione su temi controversi e i lavori di riflessione individuale
- ♦ Possibilità di accedere ai contenuti da qualsiasi dispositivo, fisso o portatile, con connessione internet



La Psicologia dello Sport è un'area specializzata della professione che fa parte delle scienze motorie. Aggiorna le tue conoscenze"

“

La Psicologia dello Sport è una professione sempre più richiesta dovuto alla tendenza di prendersi cura in modo crescente della salute. Diventa un professionista del settore”

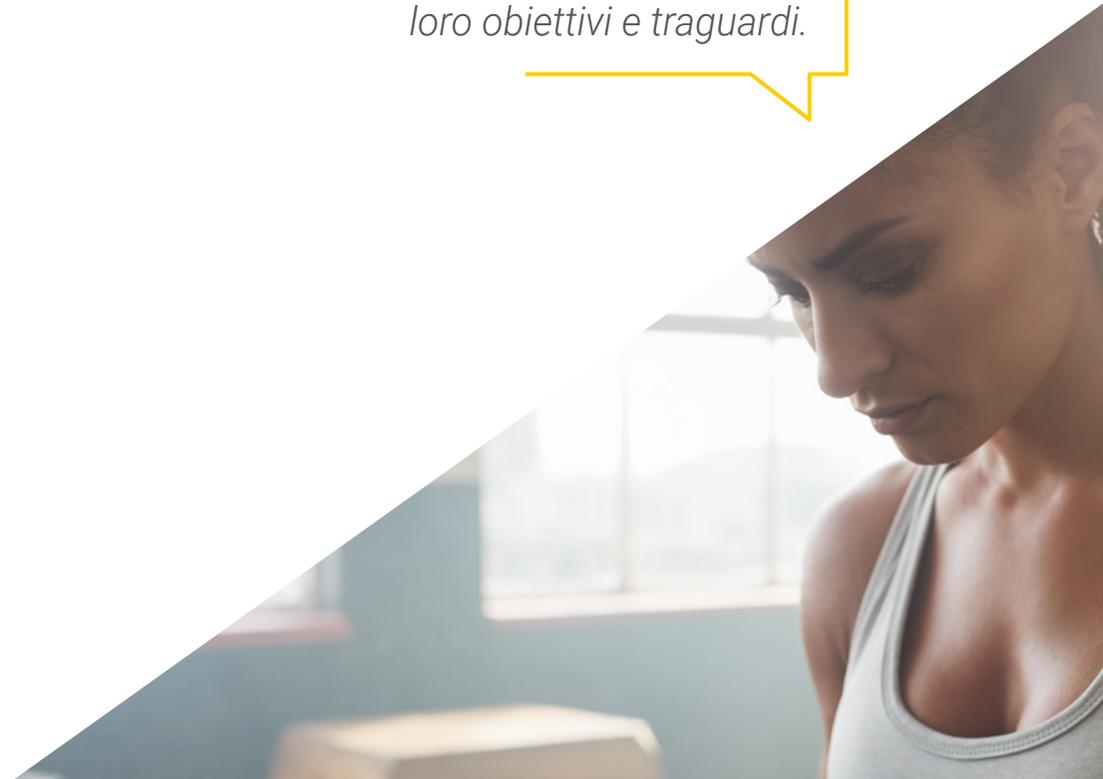
Il personale docente del programma comprende rinomati specialisti del settore e altre aree correlate, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

Il contenuto multimediale, elaborato con le ultime tecnologie educative, permetterà al professionista un apprendimento situato e contestualizzato, ovvero un ambiente simulato che fornirà una formazione immersiva programmata per esercitarsi in situazioni reali.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, mediante il quale lo specialista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

Approfondisci le competenze e le capacità dell'atleta che si affida a te, traducendole in successo.

Potenzia il tuo talento grazie all'Esperto Universitario in Psicologia dello Sport per aiutare gli atleti a prendere coscienza delle loro capacità attraverso i loro obiettivi e traguardi.



02

Obiettivi

Alcuni degli obiettivi di questo programma sono la conoscenza delle funzioni psicologiche coinvolte nell'arbitraggio sportivo, l'approfondimento delle tecniche di costruzione della fiducia e dell'autocontrollo emotivo, il trattamento degli infortuni e la riabilitazione degli atleti professionisti e l'approfondimento della preparazione degli allenatori sportivi dal punto di vista psicologico. Questo programma mira ad approfondire le conoscenze acquisite dallo studente nel corso degli studi o della sua esperienza, per mantenersi aggiornato sulla Psicologia dello Sport.





“

*Immergiti nello studio di questo
Esperto Universitario di alto livello
e migliora le tue competenze
come psicologo sportivo”*



Obiettivi generali

- ♦ Esaminare i pilastri fondamentali su cui si basa la psicologia dello sport
- ♦ Analizzare le possibili applicazioni delle tecniche e delle metodologie più comuni nel coaching sportivo
- ♦ Apprendere le tecniche psicologiche più frequentemente utilizzate nel campo dello sport
- ♦ Studiare i diversi strumenti interdisciplinari dello psicologo dello sport e del coach
- ♦ Approfondire il lavoro dello psicologo come facilitatore nel contesto dello sport



Gestirai in modo efficiente e sostenibile le alte prestazioni sportive e la gestione, attraverso l'acquisizione di tecniche e strumenti di allenamento"





Obiettivi specifici

Modulo 1. Fondamenti di Psicologia dello Sport

- ♦ Approfondire i principali ruoli dello psicologo dello sport e dell'allenatore
- ♦ Conoscere le funzioni psicologiche coinvolte nell'arbitraggio sportivo
- ♦ Studiare il processo psicologico dalla domanda all'intervento stesso
- ♦ Analizzare la protezione sociale e le strutture di coordinamento esistenti in psicologia dello sport

Modulo 2. Tecniche Psicologiche Applicate allo Sport

- ♦ Approfondire lo sport inclusivo e lo sport specifico
- ♦ Scoprire il processo decisionale nello sport
- ♦ Imparare a conoscere i piani completi di obiettivi e competizioni
- ♦ Approfondire le tecniche per costruire la fiducia in se stessi e l'autocontrollo emotivo

Modulo 3. Personal branding e gestione degli strumenti digitali

- ♦ Apprendere i fondamenti basilari e il posizionamento di una marca personale
- ♦ Approfondire la gestione e l'utilizzo dei social media per raggiungere obiettivi professionali
- ♦ Conoscere l'uso appropriato dei social media da parte dell'atleta
- ♦ Studiare le tecniche di persuasione e influenza applicabili alle diverse piattaforme di blog, podcast o videoblog

Modulo 4. Lo psicologo e il coach come facilitatori

- ♦ Approfondire la preparazione degli allenatori sportivi dal punto di vista psicologico
- ♦ Conoscere il processo di progettazione dei workshop e la ricerca applicata alla Psicologia dello Sport

03

Direzione del corso

Questo programma accademico dispone del personale docente più specializzato dell'attuale mercato educativo. Si tratta di specialisti selezionati da TECH per sviluppare l'intero percorso educativo. In questo modo, basandosi sulla propria esperienza e sulle ultime evidenze, hanno progettato i contenuti più aggiornati che offrono garanzia di qualità in una materia così rilevante.



“

TECH mette a tua disposizione il personale docente più specializzato nell'area di studio. Iscriviti subito e approfitta della qualità che ti meriti”

Direttore ospite internazionale

La Dottoressa Barbara Roberts è una rinomata psicologa clinica con un curriculum riconosciuto a livello internazionale nel campo della salute mentale sportiva. Ha svolto un ruolo importante come Direttrice del Benessere e degli Studi Clinici per la squadra di calcio dei Washington Commanders, una posizione che l'ha resa una delle poche professioniste con un Dottorato in psicologia clinica che lavora a tempo pieno in un franchising della NFL. Qui, il suo lavoro si è concentrato sull'implementazione di un approccio proattivo alla gestione della salute mentale, cercando di costruire una solida base per il benessere dei giocatori e il suo impatto sulle prestazioni e sulla salute generale.

La sua carriera ha anche ricoperto ruoli significativi presso il Federal Bureau of Prisons (BFE) e lo U.S. Army Aberdeen Proving Ground, dove ha sviluppato programmi per sostenere i detenuti e i militari con problemi di abuso di sostanze. Inoltre, ha lavorato per l'Amministrazione dei servizi di abuso di sostanze e salute mentale (Substance Abuse and Mental Health Services Administration) e l'Ufficio della politica nazionale di controllo delle droghe della Casa Bianca, che gli ha permesso di valutare e migliorare i programmi di trattamento a livello nazionale.

La dottoressa Barbara Roberts ha anche applicato la sua esperienza in metodi basati sull'evidenza, come l'intervista motivazionale, per creare un ambiente di fiducia con i giocatori, aiutandoli ad affrontare le sfide della loro carriera e vita personale. In questo senso, il suo approccio è unico nella sua capacità di normalizzare la salute mentale all'interno dell'ambiente sportivo e fornire un supporto continuo e personalizzato. Si è anche distinto per il suo impegno nell'aiutare i giocatori a superare le varie fasi della loro carriera, dai primi anni di carriera nella NFL fino alla vita dopo la pensione.



Dott.ssa Roberts, Barbara

- ♦ Direttrice dei Servizi clinici e di Benessere dei Washington Commanders, Washington D. C., USA
- ♦ Psicologa clinica presso il e delle politiche sanitarie presso l'Ufficio per la politica nazionale di controllo della droga della Casa Bianca
- ♦ Psicologa clinica presso la Substance Abuse e Mental Health Services Administration (Amministrazione dei servizi per l'abuso di sostanze e la salute mentale)
- ♦ Dottorato in psicologia clinica presso l'Università dell'Oklahoma
- ♦ Laurea in psicologia presso la Fisk University

“

*Grazie a TECH potrai
apprendere con i migliori
professionisti del mondo”*

04

Struttura e contenuti

Professionisti del settore hanno riunito in quattro moduli l'influenza del controllo mentale e dell'equilibrio personale per migliorare le prestazioni sportive. Questo Esperto Universitario affronta molteplici aspetti, dai fondamenti della psicologia dello sport agli strumenti di facilitazione per lo psicologo dello sport e l'allenatore, riunendo le tecniche psicologiche applicate allo sport.



“

Saprai comunicare efficacemente con gli atleti, aiutarli a sviluppare nuove competenze, utilizzare test di valutazione per monitorare il progresso dell'allenamento e prevedere le prestazioni”

Modulo 1. Fondamenti di Psicologia dello Sport

- 1.1. Introduzione alla psicologia dello sport
- 1.2. Sociologia dello sport e classificazione
- 1.3. Basi neurologiche fondamentali
- 1.4. Basi neurologiche del movimento
- 1.5. Abilità motorie e apprendimento
- 1.6. Modelli di intervento psicologico
- 1.7. Dalla domanda all'intervento: Interventi in allenamento e in gara
- 1.8. Livelli agonistici: sport ad alte prestazioni, sport tecnici e sport di base
- 1.9. Effetti e utilità dello psicologo dello sport
- 1.10. La psicologia dello sport oggi

Modulo 2. Tecniche Psicologiche Applicate allo Sport

- 2.1. Lo sport inclusivo e lo sport specifico
- 2.2. Il processo decisionale nello sport
- 2.3. Allenare l'allenatore. Accompagnare gli allenatori
- 2.4. Obiettivi e piani di gara completi
- 2.5. Tecniche per promuovere la fiducia e l'autocontrollo emotivo
- 2.6. Effetti della consapevolezza di ciò che si è appreso sulla fiducia, sull'autoefficacia e sulle prestazioni
- 2.7. Preparazione all'autoistruzione
- 2.8. *Mindfulness* applicato allo sport
- 2.9. PNL applicata allo sport
- 2.10. Motivazione ed emozione



Modulo 3. Personal branding e gestione degli strumenti digitali

- 3.1. Lavoro interdisciplinare (fisioterapista, nutrizionista, medico, ecc.)
- 3.2. Strumenti di valutazione dell'atleta
- 3.3. Coaching psicologico per sport specifici
- 3.4. Ottimizzazione dell'apprendimento dell'atleta e ricerca della regolarità della prestazione sportiva
- 3.5. Piramide psicologica della prestazione sportiva
- 3.6. Approccio psicologico agli infortuni e alla riabilitazione
- 3.7. Il ritiro dallo sport professionistico
- 3.8. Abuso di sostanze e altri rischi
- 3.9. Le neuroscienze applicate alla percezione e alla performance
- 3.10. Strumenti esperienziali: *Live Training*

Modulo 4. Lo psicologo e il coach come facilitatori

- 4.1. Psicologo e coach: protagonisti del processo
- 4.2. Dinamiche di gruppo e di squadra
- 4.3. Il potenziamento e la punizione
- 4.4. Concentrazione e visualizzazione
- 4.5. Valori e atteggiamenti sportivi
- 4.6. Personalità dell'atleta
- 4.7. Valutazione e diagnosi di problemi comuni
- 4.8. Progettazione di workshop e sessioni di intervento
- 4.9. Fasi e sessioni di intervento
- 4.10. Sviluppo del progetto e ricerca applicata



Un programma che ti aiuterà a distinguerti dagli altri professionisti candidati al lavoro”

05 Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: ***il Relearning.***

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il ***New England Journal of Medicine.***





“

Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”

Caso di Studio per contestualizzare tutti i contenuti

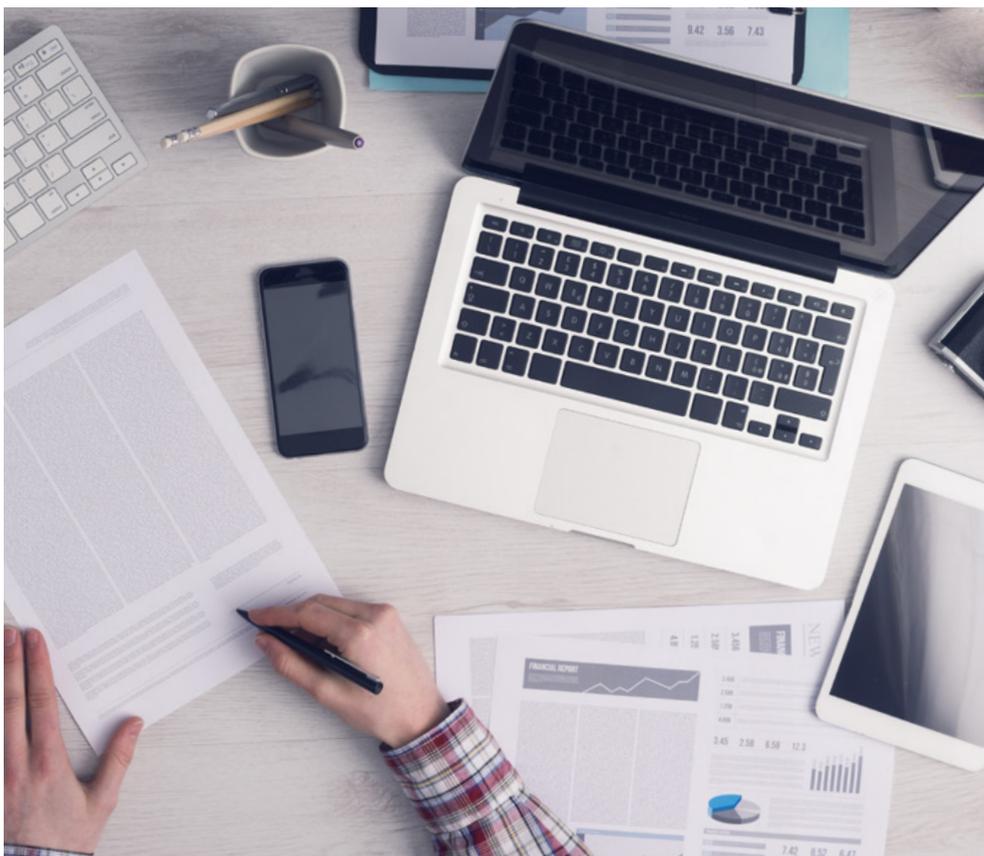
Il nostro programma offre un metodo rivoluzionario per sviluppare le abilità e le conoscenze. Il nostro obiettivo è quello di rafforzare le competenze in un contesto mutevole, competitivo e altamente esigente.

“

Con TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali in tutto il mondo”



Avrai accesso a un sistema di apprendimento basato sulla ripetizione, con un insegnamento naturale e progressivo durante tutto il programma.



Imparerai, attraverso attività collaborative e casi reali, la risoluzione di situazioni complesse in ambienti aziendali reali.

Un metodo di apprendimento innovativo e differente

Questo programma di TECH consiste in un insegnamento intensivo, creato ex novo, che propone le sfide e le decisioni più impegnative in questo campo, sia a livello nazionale che internazionale. Grazie a questa metodologia, la crescita personale e professionale viene potenziata, effettuando un passo decisivo verso il successo. Il metodo casistico, la tecnica che sta alla base di questi contenuti, garantisce il rispetto della realtà economica, sociale e professionale più attuali.

“

Il nostro programma ti prepara ad affrontare nuove sfide in ambienti incerti e a raggiungere il successo nella tua carriera”

Il metodo casistico è stato il sistema di apprendimento più usato nelle migliori facoltà del mondo. Sviluppato nel 1912 affinché gli studenti di Diritto non imparassero la legge solo sulla base del contenuto teorico, il metodo casistico consisteva nel presentare loro situazioni reali e complesse per prendere decisioni informate e giudizi di valore su come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard.

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Questa è la domanda con cui ci confrontiamo nel metodo casistico, un metodo di apprendimento orientato all'azione. Durante il programma, gli studenti si confronteranno con diversi casi di vita reale. Dovranno integrare tutte le loro conoscenze, effettuare ricerche, argomentare e difendere le proprie idee e decisioni.

Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

Nel 2019 abbiamo ottenuto i migliori risultati di apprendimento di tutte le università online del mondo.

In TECH si impara attraverso una metodologia all'avanguardia progettata per formare i manager del futuro. Questo metodo, all'avanguardia della pedagogia mondiale, si chiama Relearning.

La nostra università è l'unica autorizzata a utilizzare questo metodo di successo. Nel 2019, siamo riusciti a migliorare il livello di soddisfazione generale dei nostri studenti (qualità dell'insegnamento, qualità dei materiali, struttura del corso, obiettivi...) rispetto agli indicatori della migliore università online.





Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico. Con questa metodologia abbiamo formato oltre 650.000 laureati con un successo senza precedenti, in ambiti molto diversi come la biochimica, la genetica, la chirurgia, il diritto internazionale, le competenze manageriali, le scienze sportive, la filosofia, il diritto, l'ingegneria, il giornalismo, la storia, i mercati e gli strumenti finanziari. Tutto questo in un ambiente molto esigente, con un corpo di studenti universitari con un alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione diretta al successo.

Dalle ultime evidenze scientifiche nel campo delle neuroscienze, non solo sappiamo come organizzare le informazioni, le idee, le immagini e i ricordi, ma sappiamo che il luogo e il contesto in cui abbiamo imparato qualcosa è fondamentale per la nostra capacità di ricordarlo e immagazzinarlo nell'ippocampo, per conservarlo nella nostra memoria a lungo termine.

In questo modo, e in quello che si chiama Neurocognitive Context-dependent E-learning, i diversi elementi del nostro programma sono collegati al contesto in cui il partecipante sviluppa la sua pratica professionale.

Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi.

Imparare da un esperto rafforza la conoscenza e la memoria, costruisce la fiducia nelle nostre future decisioni difficili.



Pratiche di competenze e competenze

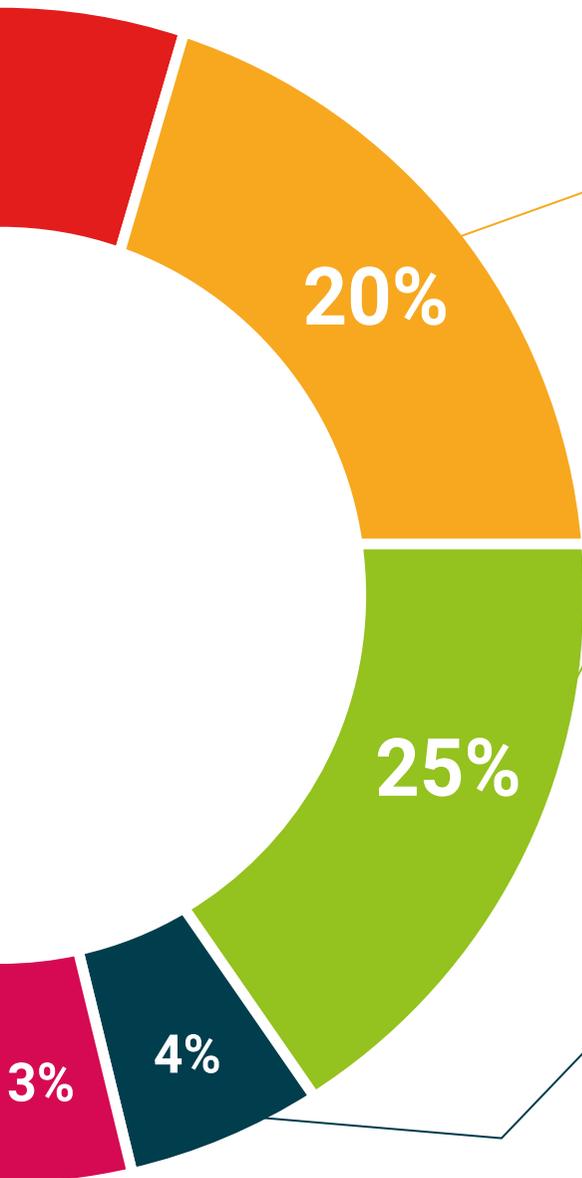
Svolgerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.



Letture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





Casi di Studio

Completerai una selezione dei migliori casi di studio scelti appositamente per questa situazione. Casi presentati, analizzati e monitorati dai migliori specialisti del panorama internazionale.



Riepiloghi interattivi

Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e di autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



06 Titolo

L'Esperto Universitario in Psicologia dello Sport garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Esperto Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.





“

Porta a termine questo programma e ricevi la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”

Questo **Esperto Universitario in Psicologia dello Sport** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Esperto Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nell'Esperto Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Esperto Universitario in Psicologia dello Sport**

Modalità: **online**

Durata: **6 mesi**

Approvato dall'**NBA**



*Apostille dell'Aia. Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro
salute fiducia persone
educazione informazione tutor
garanzia accreditamento insegnamento
istituzioni tecnologia apprendimento
comunità impegno
attenzione personalizzata innovazione
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale lingue

tech università
tecnologica

Esperto Universitario
Psicologia dello Sport

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Esperto Universitario

Psicologia dello Sport

Approvato dall'NBA

