CURSO PSICOLOGÍA DEPORTIVA

MODALIDAD VIRTUAL

Comprende cómo influyen los factores mentales en el rendimiento deportivo, trabajando como psicólogo, deportista o entrenador

***Palabras Clave**: ansiedad, concentración, confianza, rendimiento.*

Objetivo general:

- Brindar una introducción sólida a la psicología deportiva, integrando fundamentos teóricos y herramientas prácticas que permitan comprender y optimizar los procesos psicológicos implicados en el rendimiento deportivo y la actividad física.

Objetivos específicos:

- Comprender el rol de la psicología en el rendimiento deportivo.
- Identificar variables psicológicas (ansiedad, atención, motivación, confianza).
- Incorporar herramientas para la regulación emocional en contextos deportivos.

Dirigido a:

- Estudiantes de psicología y psicólogos/as
- Entrenadores y preparadores físicos
- Deportistas (profesionales o amateurs)
- Aficionados al deporte o a la actividad física.

Al finalizar el curso sabrás:

- Comprender cómo influyen los factores mentales en el rendimiento deportivo.
- Aprender herramientas prácticas para manejar ansiedad, concentración y confianza.
- Mejorar el desempeño bajo presión y la gestión emocional
- Incorporar recursos aplicables tanto en el deporte como en la vida cotidiana

- Para psicólogos y estudiantes: Será un primer paso en el área de la Psicología Deportiva y luego podrán profundizar en un módulo exclusivo para profesionales.

Fechas:

- Modulo 1: 10-04-27, 17-04-27, 24-04-27 (días sábados).
- Modulo 2: 08-05-27, 15-05-27 (días sábados).

Horario: 10 hs a 12hs

Modalidad: Virtual Sincrónica