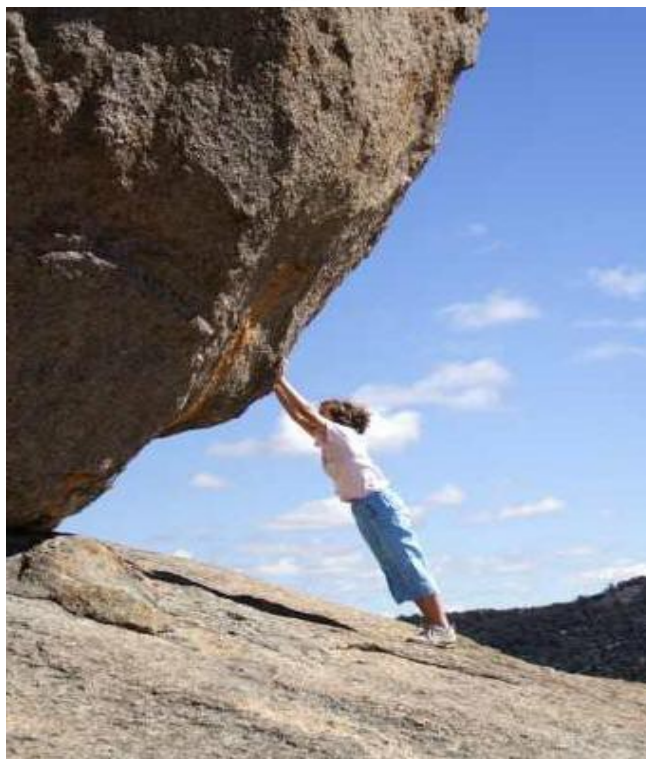




Associazione Italiana
Psicologia dello Sport



L'Energia della Mente



Polisportiva casalpalocco
"Comitato Tecnico scientifico AICS"
Via di Casal Palocco 127 - Roma
Tel. 06/5053755

Docenti:

Dr. Salvatore Rustici Mental coach della SPOPSAM

membro AIPS

M° Mauro Marino Tecnico Nazionale AICS

Responsabile Nazionale Formazione Settore Tennis AICS

Responsabile Nazionale programmi Psicomotori



COMITATO TECNICO SCIENTIFICO

"SETTORE MENTAL COACHING"
RICERCA E SVILUPPO

CONSULENZE DI PSICOLOGIA DELLO SPORT

**METODOLOGIE DI PROGRAMMAZIONE
PSICOMOTORIA**

Psicomotricità: L'Energia della Mente

Info: Tel.: 3388734828
WWW.PSICOSPORT2.COM - PSICOSPORT2@LIVE.IT

WWW.AICSTENNIS.IT -
SETTORE.FORMAZIONE@AICSTENNIS.IT

Psicomotricità:

L'ENERGIA DELLA MENTE

Stage di Mental Training per atleti di ogni disciplina sportiva

presso la Polisportiva Palocco, via di Casalpalocco 127, tel.06-5053755

Per informazioni e iscrizioni visitare il sito www.aicstennis.it o scrivere a:

settore.formazione@aicstennis.it

Il primo Stage attraverso il quale potrete apprendere:

- Le metodologie attraverso le quali guidare i vostri atleti a raggiungere la propria eccellenza personale;
- Le tecniche per gestire una corretta Comunicazione;
- La pianificazione degli obiettivi;
- La consapevolezza dei propri mezzi per accedere alle proprie risorse nei momenti di necessità;
- Il percorso da seguire per consentire ad un atleta la costruzione di una solida Autostima per un futuro vincente;
- Altre metodologie attraverso le quali imparare a gestire il proprio corpo per ottenere una risposta adeguata ad ogni situazione.

Psicomotricità:

Programma:

Il Modello di Test Psicomotori: una metodologia educativa – rieducativa – terapeutica.

- Il metodo progressivo Psicomotorio: Come sviluppare tutte le funzioni Psicologiche

- Gli emisferi cerebrali: perché e come lavorare sui due emisferi al fine di incrementare la diverse funzioni, (creatività, intuizione, logica, razionalità...) rendendo l'individuo in grado di farli lavorare all'unisono.

- Le frequenze cerebrali : Onde Beta –Alfa – Teta – Delta. Le differenze di attenzione e di capacità di assimilazione, nelle varie fasce d'età, collegate alle onde cerebrali. Comprenderne il funzionamento per ottenere le massime prestazioni.

Dimostrazione attraverso l'utilizzo dell'apparecchiatura elettronica EEG delle differenti onde cerebrali.

- Mente Consucia e Mente Sub-consucia: Quante e quali informazioni ci inviano questi 2 "processori" e come queste informazioni condizionano il nostro modo di esprimerci nelle competizioni.

- L'importanza dei sensi: (visivo – auditivo – cenestesico). Come esercitarli in allenamento.

- L'analisi Transazionale: Imparare i diversi livelli di comunicazione per ottenere i massimi risultati con i nostri allievi.

- Autostima: Costruire le basi per un futuro vincente.

Psicomotricità:

- Rilassamento progressivo corporeo: L'importanza di gestire il proprio corpo per una risposta adeguata ad ogni tipo di situazione

- La consapevolezza: Requisito indispensabile per uno sviluppo armonico e completo e per l'utilizzo nei momenti di necessità delle proprie risorse personali.

- Test d'ingresso: conoscere il vissuto motorio di un allievo nella scuola Addestramento dello Sport.

- Obiettivi: Come formulare e pianificare gli obiettivi da raggiungere durante l'anno scolastico e le varie strategie di applicazione.

- Test finale: Question Test per verificare il grado di apprendimento alla fine della giornata.

- Diplomi: Rilascio certificazione di Qualità Settore ScuolaAddestramento dello Sport Nazionale AICS .

-Costo di iscrizione allo Stage: 90 €

Docenti: Dr. Salvatore Rustici Mental coach della SPOPSAM , membro AIPS

Coordinatore Nazionale M^oMauro Marino Responsabile Nazionale della Formazione AICS

Resp.Nazionale programmi Psicomotori.

Responsabile Nazionale programmi Psicomotricità.