

## **Corso professionalizzante in Psicologia dello Sport e del Movimento** (direzione scientifica prof. Diego Polani)

### **PROFILO DELLO SPECIALISTA**

Lo Psicologo dello Sport e del Movimento è la figura professionale formata ed abilitata per valutare e potenziare i processi cognitivi, emotivi e comportamentali che influenzano le prestazioni dell'uomo, degli atleti e delle squadre nel contesto motorio, sportivo e di management. Interviene affinché si possa giungere a coordinare in modo eccellente il rapporto pensiero-azione al fine di aumentare le proprie competenze mentali quali l'attenzione, la concentrazione, la motivazione, il goal-setting, la gestione dell'umore e delle emozioni, la performance, la resilienza, l'antifragilità e l'autostima. Inoltre può accompagnare i tecnici sportivi o i manager verso una crescita esponenziale dei propri team. Fine ultimo è aiutare lo sportivo, i tecnici, i dirigenti e i manager a migliorare la propria qualità di vita e a raggiungere obiettivi concreti e realistici verso l'eccellenza e il proprio meglio.

### **OBIETTIVI DEL CORSO**

- 1) Fornire ai partecipanti l'acquisizione delle competenze di Psicologo dello Sport attraverso l'attività didattica, il confronto con esperienze di eccellenza, stage presso società sportive, testimonianze di utenti ed esperti del settore.
- 2) Sviluppare la professione di Psicologo dello Sport, attraverso la realizzazione di un percorso formativo strettamente correlato alle diverse esigenze del contesto sportivo e motorio, con considerazione verso le realtà territoriali.
- 3) Analizzare e diffondere alcuni tra i risultati più attuali ottenuti dai principali centri internazionali d'eccellenza, adeguandone strumenti e metodi anche al contesto italiano.
- 4) Promuovere in ogni sport e nelle attività motorie l'intervento di Psicologi professionalmente competenti.
- 5) Abilitare lo Psicologo dello Sport a esercitare e applicare la propria professionalità presso Federazioni Sportive, Federazioni Sportive Paralimpiche, Società Sportive, Palestre, Centri benessere, Scuole, Centri Educativi e Socio-Riabilitativi, come anche a favore di quegli utenti privati interessati a migliorare la propria prestazione con attività di *coaching* personale, l'allenamento ad una migliore qualità della prestazione esistenziale.
- 6) Approfondire conoscenze e abilità gestionali relativamente a temi quali: principi base della Psicologia dello Sport; efficacia relazionale nel rapporto con gli atleti relativamente agli sport di squadra ed individuali; abilità mentali degli atleti, dello sportivo e dell'essere umano in generale; analisi psicomotoria applicata allo sport; psicofisiologia nello sport; stile di vita e sport; età e sport; mondo del lavoro e sport; disabilità e sport.

## **SBOCCHI PROFESSIONALI**

Numerosi professionisti, quali Tecnici, Istruttori, Allenatori, Psicologi, Atleti, sono già impegnati nel settore. Diviene quindi indispensabile la specializzazione di figure professionali in grado di inserirsi in questo ambito con il valore aggiunto di un *know how* pratico, teorico e strategico che sia, per l'esperto che lo ha acquisito, di facile gestione e al contempo altamente valido per il conseguimento di risultati d'eccellenza. I settori in cui inserirsi professionalmente sono Istituti d'Istruzione Pubblica e Privata di ogni grado, Palestre, Circoli, Scuole, Associazioni, Società e Federazioni Sportive a livello amatoriale, dilettantistico o professionale, eventi sportivi ordinari e straordinari, singoli Atleti o gruppi di Atleti e clienti privati. Qui il nuovo specialista potrà implementare con la propria professionalità quella di chi già opera nel settore e fornirà agli Atleti l'upgrade per andare oltre i limiti che si ottengono con il solo allenamento fisico.

### **DESTINATARI**

**Per la specializzazione in Psicologi dello Sport è richiesto il possesso di:**

- 1) Laurea in Psicologia conseguita secondo gli ordinamenti precedenti il D.M. 509/1999;
- 2) Laurea Specialistica in Psicologia ai sensi del D.M. 509/1999;
- 3) Laurea Magistrale in Psicologia ai sensi del D.M. 270/2004;
- 4) Laurea in medicina con specializzazione in Psichiatria o Neuropsichiatria o Psicoterapia;

**Per la qualifica di Esperti in Psicologia dello Sport:**

- a) Laurea in Psicologia di I livello;
- b) Laurea in Medicina e Chirurgia;
- c) Laurea in Scienze Motorie;
- d) Laurea in Scienze e Tecniche dello Sport;
- e) Laurea in Scienze e Tecniche delle Attività Fisiche Adattate;
- f) Laurea in Scienze Sociali;
- g) Lauree equipollenti.
- h) Possono inoltre presentare domanda di ammissione i candidati in possesso di un titolo accademico conseguito all'estero equiparabile per durata e contenuto al titolo accademico italiano richiesto per l'accesso al Corso.
- i) Verranno valutate anche le domande di Tecnici Sportivi in base al loro curriculum vitae.

Sarà attivato tra gli altri il patrocinio della SPOPSAM, che è attualmente l'unica struttura in ambito psicologico-sportivo nata nel 2008 coerentemente con l'art. 12 comma 1 della Carta dei Diritti Fondamentali dell'UE al fine di rappresentare le componenti professionali, inserita nel registro per la trasparenza dell'Unione Europea per la Psicologia dello Sport con il numero di identificazione 550479521447-20.

## PROGRAMMA DIDATTICO

L'erogazione del Corso si svolgerà in modalità blended con 6 percorsi webinar (registrabili e scaricabili con apposito codice entro 15 giorni dalla lezione diretta), con materiale didattico e attraverso 6 week-end in presenza di 12 ore ciascuno. In linea con le norme deontologiche dell'Ordine, si prevede l'insegnamento dell'uso di strumenti e tecniche conoscitive e di intervento specifiche solo per gli Psicologi abilitati, e l'insegnamento di conoscenze psicologiche per coloro che acquisiranno la qualifica di Esperti. Sono previsti tirocini o stages formativi presso Società Sportive, laddove possibile in prossimità delle aree di residenza dei partecipanti, integrativi di un project work per la tesina e la valutazione finale.

### **Materie da sviluppare in webinar in orario settimanale alle ore 21 (date da confermare):**

1. Intelligenza emotiva, performance e gestione emozionale (1h e ½).
2. Psicologia evolutiva in ambito motorio e dell'Anziano per un'attività sportiva mirata alla qualità della vita (1h e ½).
3. Psicologia dell'Emergenza: attività fisica e sportiva per il sostegno delle persone vittime di uno stato di calamità (1h e ½).
4. Psicologia del Lavoro e delle Organizzazioni: attività fisica e sportiva per lo smaltimento dello stress e l'ottimizzazione del rendimento lavorativo (1h e ½).
5. Mindfulness e sport (1h e ½).
6. Teoria del movimento e metodologia dell'allenamento (1h e ½).

### **Argomenti integrativi con materiale didattico cartaceo o informatico:**

- Fisiologia e medicina dell'attività motoria.
- Deontologia professionale.
- Aspetti fiscali.

### **Materie da sviluppare nei 7 week-end (sab. 9/13 - 15/19, dom. 9/13):**

- 1) Autoefficacia: Teorie e pratica per il Rinforzo dell'Io - Motivazione - Le Relazioni, la Comunicazione e l'Implementazione della Performance. Traumatologia e sport (4-5/4/2020)
- 2) Mental training, Antifragilità, Coaching, imagery e neuroni specchio, verso l'eccellenza (16-17/5/2020).
- 3) Psicomotricità (13-14/6/2020).
- 4) Analisi gestionali di Emozioni, Psicologia positiva e *self talk* (dialogo interno) (27-28/6/2020).
- 5) I gruppi: Analisi - Sport *closed skill* e Sport *open skill* - Stili di leadership ed efficacia nella conduzione di gruppi - Relazioni interrazziali nello Sport (18-19/7/2020).
- 6) Tecniche Olistiche - *Qi Gong*, verso una psicologia dell'eccellenza (19-20/9/2020).

*Le date potrebbero subire alcuni cambiamenti per motivi organizzativi*

## CORPO DOCENTI

**Prof. Diego Polani**, Psicologo Psicoterapeuta, Psicologo dello Sport, Psicologo del Lavoro, Psicologo dell'Emergenza, docente di Psicologia dello Sport presso l'Università di Firenze, Presidente Nazionale SPOPSAM, consulente Federazione Italiana Nuoto, consulente Giunti Psychometrics.

**Prof. Aldo Carlo Cappellini**, Psicomotricista, Psicologo, docente Università di Firenze.

**Prof. Renato Manno**, Metodologo sportivo, Scuola dello Sport, docente Università San Raffaele di Roma

**Prof.ssa Eleonora Saladino**, docente Università Cattolica di Milano

**Dr.ssa Paola Contardi**, Psicologa Psicoterapeuta, Psicologa dello Sport, consulente Federazione Italiana Nuoto

**Dr.ssa Lara Pardo della Luna**, docente certificata Qi Gong

### QUOTA DI ISCRIZIONE E INFO VARIE

Il costo annuo del Corso è di € 1150,00 (millecentocinquanta/00), IVA inclusa; termine iscrizioni il 1/03/2020.

Il pagamento dovrà essere corrisposto in tre rate a mezzo bonifici bancari sull'IBAN che verrà comunicato e con la causale del versamento.

La prima rata pari a € 550,00 (cinquecentocinquanta/00) dovrà essere allegata alla domanda d'iscrizione. La seconda rata di € 350,00 (trecentocinquanta/00) dovrà essere versata la settimana prima dell'inizio del corso e la terza rata di € 250,00 (duecentocinquanta/00) dovrà essere versata in occasione del secondo weekend del corso. Le ricevute di pagamento delle rate dovranno essere inviate alla mail della struttura entro le date previste dalla rateizzazione.

Il corso si attiverà con un minimo di 15 iscrizioni.

Frequenza obbligatoria per 75% delle ore complessive.

Crediti formativi europei EQF-CFP Corso Psicologia dello Sport: 14

Crediti formativi europei EQF-CFP Corso Esperti in Psicologia dello Sport: 13

Il calendario verrà comunicato nel mese di marzo 2020 a mezzo e-mail diretta a tutti gli iscritti.

Sede del Corso:

PALAZZETTO DEL NUOTO DI AREZZO via GRAMSCI - AREZZO.

### Per informazioni:

prof. Diego Polani: cell. 329 972 3752

mail: [professionisti-associati@diegopolani.eu](mailto:professionisti-associati@diegopolani.eu)