

TECNICHE DI SVILUPPO DELLA CONCENTRAZIONE NELLA PRATICA SPORTIVA

Martedì 3 ottobre 2023
Online su Microsoft Teams

FORMAZIONE TECNICO-SPORTIVA

PROGRAMMA

14:30	Indirizzi di saluto della Scuola dello Sport	<i>Rossana Ciuffetti Donatella Minelli</i>
14:40-16:00	Dall' attenzione alla concentrazione: definizioni e approcci di studio I quattro tipi di focus attentivo (Nideffer) Fattori di disturbo interni ed esterni dell'attenzione e della concentrazione. Il ruolo di stress, ansia ed altre emozioni	<i>Guido Ghirelli</i>
16:00-17:30	Tecniche psico-corporee per ridurre le distrazioni e sviluppare la concentrazione nel "qui ed ora". I diversi ruoli dello staff tecnico per sviluppare la concentrazione Sperimentazione diretta di alcune tecniche e confronto in aula	

Relatori, Tecnici ed Esperti partecipanti ai lavori

Rossana Ciuffetti

Direttore Sport Impact, Sport e salute SpA

Donatella Minelli

Responsabile Scuola dello Sport, Direzione Sport Impact, Sport e salute SpA

Guido Ghirelli

Psicologo Sociale e dello Sport. Formatore e consulente su Comunicazione, metodologie di Formazione e Management. Mental Coach per il Tennis e altri Sport individuali e di gruppo. Docente della Scuola dello Sport e Professore a contratto di Psicologia della Comunicazione presso l'Università di Pisa
