

Psicologia do Desporto e Exercício

Métodos e Técnicas de Intervenção em Psicologia do Desporto – Nível II Dinâmicas de Grupo e Equipas

28 de Outubro de 2023 | 10h00-13h00 e 14h30-17h30 | 6 horas

FORMAÇÃO PRESENCIAL - LISBOA

Catarina Lopes

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

www.kairosport.pt

APRESENTAÇÃO

A Psicologia do Desporto e Exercício é o estudo científico de pessoas e os seus comportamentos em contextos desportivos e de exercício. Tem como objetivo identificar princípios e diretrizes que possam ajudar adultos e crianças a participar e a beneficiar das atividades desportivas e exercício.

Esta formação pretende, dotar os treinadores desportivos e todos os intervenientes na componente desportiva que se interessarem pela temática, de conhecimentos sobre o porquê e para quê da intervenção psicológica específica no desporto, através dos seus métodos e técnicas mais relevantes.

Pretende dotar os formandos de competências no domínio dos conceitos de dinâmicas de grupo e coesão de equipas sendo que as dinâmicas de grupo desempenham um papel importante no sucesso das equipas e dos grupos.

Deverão dominar a utilização de diferentes tipos de técnicas e exercícios de modo a facilitar o trabalho em equipa e a obtenção de resultados.

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime presencial.

Horário	Formadora	Temática
10h00 – 13h00	Catarina Lopes	Dinâmicas de grupo e equipas Como o grupo se torna em equipa; Estrutura do grupo; Como criar um ambiente efetivo de equipa; Como maximizar o desempenho individual em desportos coletivos; Coesão de grupo Definição de coesão de tarefa e coesão social; Modelo conceptual de coesão; Medição da coesão; Relação coesão-desempenho Fatores associados à coesão Diretrizes para desenvolver coesão de equipa
14h30 – 16h00	Catarina Lopes	Procedimentos e Aplicabilidades – Técnicas Práticas de Intervenção com grupos e Equipas
16h00 – 17h30	Catarina Lopes	Procedimentos e Aplicabilidades – Técnicas Práticas de Intervenção com grupos e Equipas

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em Lisboa

Dia 28 de Outubro de 2023 – 10h00-13h00 e 14h30-17h30 (6 horas)

DESTINATÁRIOS

- Treinadores e Atletas das várias modalidades;
- Técnicos de exercício físico;
- Diretores técnicos;
- Todos os interessados na temática.

FORMADORA**Catarina Lopes**

Nasceu a 21 de novembro de 1982, no concelho de Torres Novas.

Licenciou-se em Psicologia do Desporto e Exercício na Escola Superior de Desporto de Rio Maior em setembro de 2008. Foi membro fundador da revista desportiva da Escola Superior de Desporto de Rio Maior “DESPMENTE”.

Foi autora de análise estatística de dados no estudo “Conhecimentos e atitudes face ao uso/abuso de substâncias psicoativas, entre jovens, em meio escolar”, em conjunto com o Centro de Respostas Integradas (CRI) do Ribatejo, em colaboração com a Rede Social de Rio Maior.

Em março de 2009 concluiu a Formação Pedagógica Inicial de Formadores, iniciando assim o seu percurso como formadora no IEFP, atividade que mantém ativa até à data de hoje.

Em junho de 2009 concluiu a Pós-Graduação em Desporto – Especialização em Educação Física Escolar, e iniciou o seu percurso como professora de atividades extracurriculares com crianças do 1.º Ciclo do Ensino Básico.

Em janeiro de 2018 iniciou um projeto de formação como formadora de Psicologia de Desporto e Psicologia Aplicada ao Futebol no Curso de Treinador de Futebol (Grau I) tendo já concluído quatro grupos de formação.

Tem desenvolvido competências na área de formação de 2009 até à presente data, tendo concluído, em junho de 2018, o curso de Gestora de Formação e, em março de 2021, o curso de E-Formador.

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	60€
-------------	-----

CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

geral@kairosport.pt

Esta formação é organizada pela BizPoint, Lda – Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

