

## XVI° CORSO DI PERFEZIONAMENTO in PSICOLOGIA DELLO SPORT – 2015

MODULO	DATA	ORARIO	TITOLO	CONTENUTI	DOCENTE
1	Venerdì 16 Gennaio	14-18	INTRODUZIONE AL CORSO	Benvenuto e introduzione al corso Formalizzazione iscrizione Presentazione docenti e allievi Presentazione Centro Presentazione corso (struttura lezioni, auto formazione, tesi, il modello formativo) Introduzione alla psicologia dello sport Il metodo di lavoro (PDCA) e la teoria di riferimento	Lo Staff dell'Unità Operativa di Psicologia dello Sport
2	Sabato 17 Gennaio	09-13	IL MODELLO OPERATIVO: S.F.E.R.A.	Il modello S.F.E.R.A. Descrizione dei fattori alla base della prestazione Procedure e strumenti di analisi Esercitazioni pratiche di ottimizzazione Approfondimenti e riferimenti a casi	A. Sacco M. Martini
3	Sabato 17 Gennaio	14-18	STRUMENTI DI ANALISI - 1a parte -	Il Profilo Emotivo Presentazione e descrizione dello strumento Scheda di intervista Panoramica sui test psicologici: BFQ, Bender, test di Banati-Fisher, valutazione dell'autoefficacia	A. Giurranna
4	Venerdì 6 Febbraio	14-18	TECNICHE COGNITIVE	Goal Setting: la definizione degli obiettivi Strumenti cognitivo-comportamentali per l'ottimizzazione della performance individuale	C. Gambarino

				Il Self Talk L'ABC Cognitivo	
5	Sabato 7 Febbraio	09-13	CASO PRATICO DI OTTIMIZZAZIONE INDIVIDUALE	Gestione del primo colloquio SFERA e Tiro a Volo: un esempio pratico di intervento. Descrizione del caso e sperimentazione pratica di strumenti di ottimizzazione	S. Gastaldi
6	Sabato 7 Febbraio	14-18	STRUMENTI DI ANALISI - 2a parte -	Ripresa del Profilo Emotivo Compilazione del proprio profilo emotivo personale ed esercitazione nella somministrazione dello strumento	A. Giurranna
7	Venerdì 20 Febbraio	14-18	OTTIMIZZAZIONE	Il lavoro sugli attrattori e tecniche di ottimizzazione sui fattori. Incontro con un allenatore professionista.	A. Sacco M. Martini
8	Sabato 21 Febbraio	09-13	CORSO BASE DI IPNOSI - 1a parte -	Storia e teoria della pratica ipnotica Neurofisiologia della trance Procedure pratiche di trance ipnotica Autoipnosi	G. Vercelli
9	Sabato 21 Febbraio	14-18	CORSO BASE DI IPNOSI - 2a parte -	Applicazione individuale, di coppia e di gruppo di prove di suggestionabilità Sperimentazione supervisionata di tecniche ipnotiche di base	G. Vercelli
10	Venerdì 06 Marzo	14-18	HUMAN PERFORMANCE	Approfondimento sul modello SFERA e casi pratici di ottimizzazione della prestazione umana	G. Vercelli
11	Sabato 07 Marzo	09-13	L'AUTOEFFICACIA	Il costrutto dell'autoefficacia: teoria e pratica Come lavorare sul potenziamento dei propri punti di forza. Le fonti dell'autoefficacia e tecniche di ottimizzazione	A. Sacco

12	Sabato 07 Marzo	14-18	TEAM BUILDING	Il modello di lavoro nella costruzione e gestione del team vincente. Teoria e strumenti pratici per analizzare e ottimizzare le dinamiche all'interno del gruppo squadra	A. Sacco M. Martini
13	Venerdì 27 Marzo	14-18	SPORT ED ETA' EVOLUTIVA	Insegnamento e utilizzo del modello SFERA in età evolutiva Esperienze pratiche di psicologia dello sport nelle scuole e nei centri estivi Esercitazioni e giochi di allenamento mentale in età evolutiva	A. Sacco
14	Sabato 28 Marzo	09-13	METODOLOGIA DELLA PRESTAZIONE	Teoria e pratica della metodologia della prestazione Allenamento fisico e allenamento mentale: i punti in comune fra le due discipline e la loro integrazione	M. Gollin
15	Sabato 28 Marzo	14-18	LA LEADERSHIP	Il costrutto della leadership nello sport Come implementare la propria leadership all'interno di un gruppo. Stili di leadership: teoria e pratica La leadership nello sport: approfondimenti	S. Indemini N. Ricci
16	Venerdì 17 Aprile	14-16	GENITORI DEL GIOVANE ATLETA	Lavorare con i genitori dei giovani atleti: ruoli, aspettative e modalità di intervento	A. Maglietto
		16-18	CASI PRATICI	Esperienze di ottimizzazione della prestazione in contesti olimpici.	G. Vercelli
17	Sabato 18 Aprile	09-13	TRAUMATOLOGIA SPORTIVA	Introduzione alla traumatologia sportiva Tecniche di lavoro sulla ri-atletizzazione	C. Tirone
18		14-18	MENTE - CORPO E	La connessione tra mente, corpo e ambiente:	

	Sabato 18 Aprile		AMBIENTE	nuove frontiere nella psicologia dello sport. L'analisi e gestione delle condizioni metereologiche e ambientali	A. Pezzoli
19	Venerdì 8 Maggio	14-16	IMAGERY	Teoria, pratica e sperimentazione di tecniche di Imagery	R. Capone
		09-11	IL SONNO	Teoria del sonno: funzioni e struttura I disturbi del sonno Igiene del sonno: modalità pratiche di intervento	M. Sorrentino
20	Sabato 9 Maggio	09-13	BIOFEEDBACK - 1a parte -	Introduzione al biofeedback Fisiologia, teoria e metodologia del biofeedback Prove di ottimizzazione	M. Martini
21	Sabato 9 Maggio	14-18	VERIFICA SU CASI PRATICI	Lavoro di verifica nella risoluzione supervisionata di un caso sportivo individuale e di un caso sportivo di squadra	C. Gambarino
22	Venerdì 5 Giugno	14-18	PSICOLOGIA DELLO SPORT E FITNESS	La nuova frontiera della psicologia dello sport: il mondo del fitness. Modalità di intervento Sperimentazione su caso pratico	P. Evangelista R. Capone
23	Sabato 6 Giugno	09-13	ANALISI TRANSAZIONALE - 1a parte -	L'analisi transazionale Definizione degli stati dell'io Tecniche base di ottimizzazione della prestazione individuale secondo l'analisi transazionale	D. Moscatelli
24	Sabato 6 Giugno	14-16	ANALISI TRANSAZIONALE - 2a parte -	Approfondimento su tecniche di ottimizzazione della prestazione attraverso l'analisi transazionale Tecniche di base per l'ottimizzazione della prestazione di squadra	D. Moscatelli
		16-18	BIOFEEDBACK - 2a parte -	Biofeedback e sport, uso dello strumento in integrazione con il modello SFERA Laboratorio pratico di sperimentazione a coppie con supervisione	M. Martini

25	Venerdì 11 Settembre	14-18	CASO PRATICO DI OTTIMIZZAZIONE DI GRUPPO	Lo psicologo dello sport negli sport di squadra Descrizione di un caso applicato al contesto calcistico: metodologia, teoria e intervento pratico Esercitazioni in gruppo	S. Russo
26	Sabato 12 Settembre	09-13	SPORT E DISABILITA'	Teoria e pratica della psicologia dello sport nel contesto della disabilità Sperimentazione di tecniche di consapevolizzazione e modalità di intervento	Cauda C.Gambarino
27	Sabato 12 Settembre	14-16	NEUROFISIOLOGIA DELLA TRANCE	Approfondimento neurofisiologico dell'Ipnosi e dello stato di Trance	M. Garosci
		16-18	FLOW CHART	Flow Chart e definizione dello stato desiderato. Uso dell'Ipnosi in contesti sportivi	M.Martini
28	Venerdì 25 Settembre	14-18	MARKETING DI SE' STESSI	Vendere la psicologia dello sport: il piano marketing dello psicologo sportivo Realizzazione pratica del proprio piano di vendita della propria professionalità	R. Penna
29	Sabato 26 Settembre	09-13	INTELLIGENZA AGONISTICA	Lo sviluppo del modello SFERA: il costrutto dell'Intelligenza Agonistica Le fasi del percorso di allenamento mentale La NooSFERA: gestione dell'imprevisto	G. Vercelli
30	Sabato 26 Settembre	14-15	REPORT	Strategie di report: modalità pratiche di gestione della fase di feedback nel processo di ottimizzazione della prestazione	N. Ricci
		15-18	CONCLUSIONI	Empowerment dei partecipanti e marketing di sé stessi Lo scenario futuro Conclusioni e commenti	Lo Staff dell' Unità Operativa Psicologia dello Sport

La discussione della tesi finale e la consegna dell'attestato finale avverrà in data **21 Novembre 2015**.  
Sono possibili variazioni su questo programma al fine di ottimizzare l'apprendimento delle tecniche insegnate.

Sono previste testimonianze di atleti o ex-atleti durante il corso.

**ORARI:** VENERDÌ 14-18 / SABATO 09-18

### **DURATA DEL CORSO**

Il corso ha durata di 200 ore così suddivise:

120 ore di formazione teorico-pratica;  
40 ore di autoformazione supervisionata;  
40 ore di lavoro di tesi finale.

### **NUMERO DI PARTECIPANTI**

Il corso sarà attivato con un minimo di 12 partecipanti.

### **REQUISITI PER L'AMMISSIONE**

Possono presentare domanda di ammissione al Corso:

- 1) laureati in Scienze motorie e sportive, laureati in Scienze motorie, diplomati in Educazione fisica, laureati in Scienze e tecniche dello sport e dell'allenamento, Scienze e tecniche delle attività fisiche adattate, Manager delle attività fisiche e sportive o lauree affini;
- 2) Laureati in possesso di laurea in psicologia o medicina;
- 3) laureati in possesso di lauree differenti, previa valutazione del curriculum vitae e studiorum;

- 4) laureandi dei corsi di laurea sopraccitati;
- 5) professionisti del settore che non sono in possesso del titolo di laurea ma operano da almeno cinque anni nel settore sportivo (allenatori, tecnici, preparatori, ecc.).

### **AFFERENZA AMMINISTRATIVA**

Il corso di professionale in Psicologia dello Sport, afferisce dal punto di vista amministrativo all'ISEF di Torino, con sede a Torino, in piazza Bernini 12.

### **ATTESTATO DI FREQUENZA**

Alla conclusione del Corso Professionale in Psicologia dello Sport, agli iscritti che avranno frequentato almeno i  $\frac{2}{3}$  delle lezioni, sostenuto l'esame di tesi finale ed adempiuto agli obblighi amministrativi, è rilasciato dal Direttore del Corso un attestato di frequenza, con conseguente registrazione all'interno del Registro degli Esperti in Psicologia dello Sport, dell'ISEF di Torino e riconoscimento in qualità di **"Esperto in Psicologia dello Sport."**

### **REGISTRI S.P.O.P.S.A.M.**

La partecipazione al Corso permette di iscriversi ai registri nazionali professionali della S.P.O.P.S.A.M. (Società Professionale Operatori in Psicologia dello Sport e delle Attività Motorie).

## **COSTO**

**Euro 2750,00** (IVA inclusa) da versare nel seguente modo:

- euro 750,00 come iscrizione al corso previa accettazione del curriculum (vedi modalità di iscrizione)
- euro 1000,00 (prima rata) entro il secondo modulo del corso
- euro 1000,00 (seconda rata) entro il 15 maggio 2015

Per gli **allievi del SUISM** è prevista una agevolazione che prevede **la riduzione del costo totale del 10%**. Il costo del corso sarà pertanto di **Euro 2475,00** (IVA inclusa) da suddividersi in:

- euro 475,00 come iscrizione al corso previa accettazione del curriculum (vedi modalità di iscrizione)
- euro 1000,00 (prima rata) entro il secondo modulo del corso
- euro 1000,00 (seconda rata) entro il 15 maggio 2015

La quota comprende tutto il materiale didattico, il manuale, gli articoli di formazione continua inviati mensilmente e l'accesso alle aree riservate sul sito internet.

Per tardato pagamento la sanzione è di **100,00 €**.

Coloro che non avranno provveduto ad iscriversi entro il termine previsto, saranno considerati rinunciatari ed i loro posti verranno attribuiti ad altri aspiranti che seguono in graduatoria.

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- Le candidature dei corsisti e le richieste di partecipazione al corso devono essere valutate dai docenti tramite l'invio del curriculum professionale via posta o via mail ([info@psycosport.com](mailto:info@psycosport.com)).
- Nel momento verrà comunicata, via mail o per telefono, al candidato la sua idoneità per la partecipazione del corso, dovrà compilare **la scheda di iscrizione** online.
- Al raggiungimento del numero minimo di partecipanti per l'attivazione del corso, un referente del Centro di Psicologia dello Sport provvederà a comunicare gli estremi per effettuare il pagamento della rata di pre-iscrizione tramite bonifico bancario.
- Solo dopo aver effettuato il pagamento il candidato sarà formalmente iscritto al corso.

IL CORSO E' ATTIVATO CON LA COLLABORAZIONE DI:



**PER INFORMAZIONI:** [info@psycosport.com](mailto:info@psycosport.com)  
**CENTRO DI PSICOLOGIA DELLO SPORT**  
ISEF TORINO - Piazza Bernini, 12 - 10143 TORINO  
N. Tel. Segreteria Centro di Medicina Preventiva e dello Sport : 011 77.64.708  
**WWW.PSYCOSPORT.COM**