Curso

Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Desporto

Reconhecido pela NBA

tech universidade tecnológica

tech universidade tecnológica

Curso

Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Desporto

- Modalidade: **online**
- Duração: **6 semanas**
- Certificação: **TECH Universidade Tecnológica**
- Créditos: **6 ECTS**
- Tempo Dedicado: **16 horas/semana**
- Horário: **ao seu próprio ritmo**
- Exames: **online**

Acesso ao site: **www.techtitute.com/ciencias-do-desporto/curso/tecnicas-psicologicas-aplicadas-desporto**

Índice

01 Apresentação — pág. 4

02 Objetivos — pág. 8

03 Direção do curso — pág. 12

04 Estrutura e conteúdo — pág. 16

05 Metodologia — pág. 20

06 Certificação — pág. 28

01

Apresentação

Determinar a eficácia das intervenções psicológicas no âmbito desportivo é uma tarefa que tem sido muito seguida nos últimos anos. A psicologia do desporto implica a procura do rendimento, um dos seus objetivos fundamentais. O papel desempenhado pelo psicólogo desportivo é muito importante dentro e fora do campo de jogo, na preparação das competições e durante o processo de recuperação. Por este motivo, esta qualificação 100% online pretende que os alunos adquiram as mais recentes técnicas psicológicas que serão de grande ajuda na definição de objetivos e metas para o desportista.

Os profissionais das ciências do desporto devem continuar a sua especialização para se adaptarem aos novos desenvolvimentos neste ramo"

Por detrás de todas as conquistas e méritos de um desportista e da sua equipa, existe uma força motriz muito mais importante do que a sua força física, velocidade ou tática, que é a sua mente. Esta é uma das principais razões pelas quais um desportista deve ter um psicólogo na sua equipa, encarregado de desenvolver a estabilidade mental do desportista para alcançar o sucesso.

O psicólogo desportivo desempenha um papel muito importante na carreira de um desportista, pois tem uma influência direta em muitas áreas, como a gestão de crises e do stress, a motivação, a coesão e a ligação ao grupo, entre outras. Esta qualificação permitirá ao aluno progredir na sua profissão à medida que atualiza os seus conhecimentos, tornando-o um profissional plenamente capacitado.

Por ser um Curso 100% online, o aluno não está condicionado a horários fixos ou à necessidade de se deslocar para outro local físico. Através de um dispositivo com acesso à internet, pode consultar os ricos conteúdos que o ajudarão a adquirir técnicas psicológicas para alcançar a elite do setor das ciências do desporto. Tudo isto, a qualquer hora do dia, conciliando, ao seu ritmo, a sua vida laboral e pessoal com a vida académica.

Este **Curso de Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Desporto** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em coaching e Psicologia Desportiva
- O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático do livro fornece informações práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação pode ser levado a cabo a fim de melhorar a aprendizagem
- A sua ênfase especial em metodologias inovadoras
- Lições teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- A disponibilidade de acesso ao conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à *internet*

Combine os seus estudos com o seu trabalho profissional e aumente os seus conhecimentos neste ramo”

Este Curso é o melhor investimento que pode fazer ao escolher um programa atualizado para ficar a par dos conhecimentos em psicologia desportiva"

Somos a única universidade online que oferece os materiais de Harvard como material de ensino nos seus cursos.

Esta qualificação abrirá portas a novas oportunidades profissionais. Não perca esta oportunidade.

O corpo docente do curso inclui profissionais do setor que trazem a sua experiência profissional para esta capacitação, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

Graças ao seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente de simulação que proporcionará um programa imersivo programado para se formar em situações reais.

A conceção deste programa baseia-se na Aprendizagem Baseada nos Problemas, através da qual o profissional deve tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do programa. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos.

02

Objetivos

Entre uma série de objetivos, a conceção do programa deste Curso permitirá ao graduado criar confiança e influência positiva sobre o desportista através do estudo do desporto inclusivo e dos desportos específicos. Também desvendará o processo de tomada de decisões no desporto, bem como aprofundará os planos de objetivos e competições integrais. Tudo isto, através da adoção de técnicas psicológicas para gerar confiança e autocontrolo emocional no desportista.

Se procura dar um impulso à sua carreira profissional, a TECH Universidade Tecnológica é a universidade certa para si"

Objetivos gerais

- Abordar os diferentes estilos de liderança com maior sucesso no panorama desportivo
- Estudar a gestão de equipas de alto rendimento a nível psicológico e motivacional
- Examinar os pilares básicos sobre os quais assenta a Psicologia Desportiva
- Analisar as possíveis aplicações das técnicas e metodologias mais comuns no coaching desportivo
- Aprender as técnicas psicológicas mais frequentemente utilizadas no campo do desporto
- Conhecer a figura do líder no desporto individual e coletivo
- Compreender a importância da marca pessoal para um bom desenvolvimento profissional
- Atualizar a gestão das diferentes ferramentas digitais para divulgar a marca pessoal
- Aprofundar a transformação cultural das organizações desportivas
- Estudar as diferentes ferramentas interdisciplinares do psicólogo e do coach desportivo
- Aprofundar o trabalho do psicólogo como facilitador no contexto do desporto

Objetivos específicos

- Aprofundar no desporto inclusivo e nos desportos específicos
- Desvendar o processo de tomada de decisões no desporto
- Conhecer os planos de objetivos e de competição abrangentes
- Aprofundar as técnicas de reforço de confiança e de autocontrolo emocional

Graças ao conteúdo atualizado e ao método de Relearning apresentados neste Curso, especializar-se-á num ramo da Psicologia Desportiva em plena expansão"

03

Direção do curso

Este programa académico conta com o corpo docente mais especializado do mercado educativo atual. São especialistas seleccionados pela TECH para desenvolver todo o itinerário. Desta forma, com base na sua própria experiência e nas mais recentes evidências, conceberam os conteúdos mais actuais que oferecem uma garantia de qualidade numa matéria tão relevante.

A TECH oferece-lhe o corpo docente mais especializado na área de estudo. Inscreva-se já e desfrute da qualidade que merece".

Diretor Internacional Convidado

O Dr. Todd Florin é um médico de emergência pediátrica e epidemiologista clínico de renome, com experiência em infecções do trato respiratório inferior em crianças, particularmente no campo da bronquiolite e da pneumonia. É também um líder internacional na utilização de biomarcadores e análises preditivas para melhorar o diagnóstico e o tratamento destas doenças.

Foi Diretor de Investigação em Medicina de Emergência no Ann & Robert H. Lurie Children's Hospital em Chicago. Além disso, no mesmo hospital, dirigiu o Programa de Investigação Grainger em Medicina de Emergência Pediátrica, onde liderou projectos-chave como o estudo CARPE DIEM (Catalyzing Ambulatory Research in Pneumonia Etiology and Diagnostic Innovations in Emergency Medicine), uma investigação pioneira da pneumonia adquirida na comunidade, bem como outros estudos globais, como o PERN, centrado na compreensão da gravidade da pneumonia e do impacto da COVID-19 nas crianças.

O Dr. Todd Florin recebeu também numerosos prémios pelo seu notável trabalho médico e de investigação, incluindo o Prémio Jovem Investigador da Associação Pediátrica Académica, e foi reconhecido pela sua liderança na investigação e orientação em instituições de renome como o Cincinnati Children's Hospital Medical Center. A sua visão de combinar a ciência translacional com os cuidados clínicos conduziu a avanços significativos na gestão das infecções respiratórias pediátricas.

De facto, o seu trabalho foi aprovado por instituições de prestígio como o National Heart, Lung and Blood Institute e o National Institute of Allergy and Infectious Diseases. Além disso, o seu enfoque na Medicina de Precisão transformou a forma como as infecções respiratórias em crianças são geridas, contribuindo para a redução do uso desnecessário de antibióticos.

Dra. Roberts, Barbara

- Diretora do bem-estar e dos serviços clínicos do Washington Commanders, Washington D. C., EUA
- Psicóloga clínica no Centro Médico da Universidade de Georgetown, Centro Médico da Universidade de Georgetown, Georgetown, EUA
- Analista e Coordenadora de Políticas de Saúde no Gabinete de Política Nacional de Controlo de Drogas da Casa Branca
- Psicóloga clínica na Adminstração de Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental (Substance Abuse and Mental Health Services Administration)
- Doutoramento em Psicologia Clínica pela Universidade de Oklahoma
- Licenciada em Psicologia pela Fisk University

Graças à TECH, poderá aprender com os melhores profissionais do mundo"

04

Estrutura e conteúdo

Especialistas do setor elaboraram um programa que aborda a importância do controlo psicológico e do equilíbrio pessoal para a melhoria do desempenho desportivo dentro e fora do campo de jogo. Este Curso abrange desde técnicas para promover a confiança e o autocontrolo emocional até ao treino de autoinstrução, passando pela aplicação do *Mindfulness* e da PNL ao desporto, entre outros.

Um plano de estudos completo, estruturado em unidades didáticas perfeitamente desenvolvidas e compatíveis com a sua vida pessoal e profissional”

Módulo 1. Técnicas psicológicas aplicadas ao desporto

1.1. Desporto inclusivo e desportos específicos
1.2. Tomada de decisões no desporto
1.3. Treinar o treinador. Acompanhamento dos técnicos
1.4. Estabelecimento de objetivos e planos de competição integrais
1.5. Técnicas para promover a confiança e o autocontrolo emocional
1.6. Efeitos da consciencialização do que foi aprendido sobre a confiança, a autoeficácia e o rendimento
1.7. Capacitação em autoinstrução
1.8. *Mindfulness* aplicado ao desporto
1.9. PNL aplicada ao desporto
1.10. Motivação e emoção

Uma experiência de aprendizagem única, fundamental e decisiva para impulsionar o seu desenvolvimento profissional"

05

Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem. A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: ***o Relearning.*** Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a ***New England Journal of Medicine.***

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"

Estudo de Caso para contextualizar todo o conteúdo

O nosso programa oferece um método revolucionário de desenvolvimento de competências e conhecimentos. O nosso objetivo é reforçar as competências num contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.

Com a TECH pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo"

Terá acesso a um sistema de aprendizagem baseado na repetição, com ensino natural e progressivo ao longo de todo o programa de estudos.

O estudante aprenderá, através de atividades de colaboração e casos reais, a resolução de situações complexas em ambientes empresariais reais.

Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este programa da TECH é um programa de ensino intensivo, criado de raiz, que propõe os desafios e decisões mais exigentes neste campo, tanto a nível nacional como internacional. Graças a esta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado, dando um passo decisivo para o sucesso. O método do caso, a técnica que constitui a base deste conteúdo, assegura que a realidade económica, social e profissional mais atual é seguida.

> *O nosso programa prepara-o para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso na sua carreira"*

O método do caso tem sido o sistema de aprendizagem mais amplamente utilizado pelas melhores faculdades do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de direito não só aprendessem o direito com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar-lhes situações verdadeiramente complexas, a fim de tomarem decisões informadas e valorizarem juízos sobre a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard.

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Esta é a questão que enfrentamos no método do caso, um método de aprendizagem orientado para a ação. Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos da vida real. Terão de integrar todo o seu conhecimento, investigar, argumentar e defender as suas ideias e decisões.

Relearning Methodology

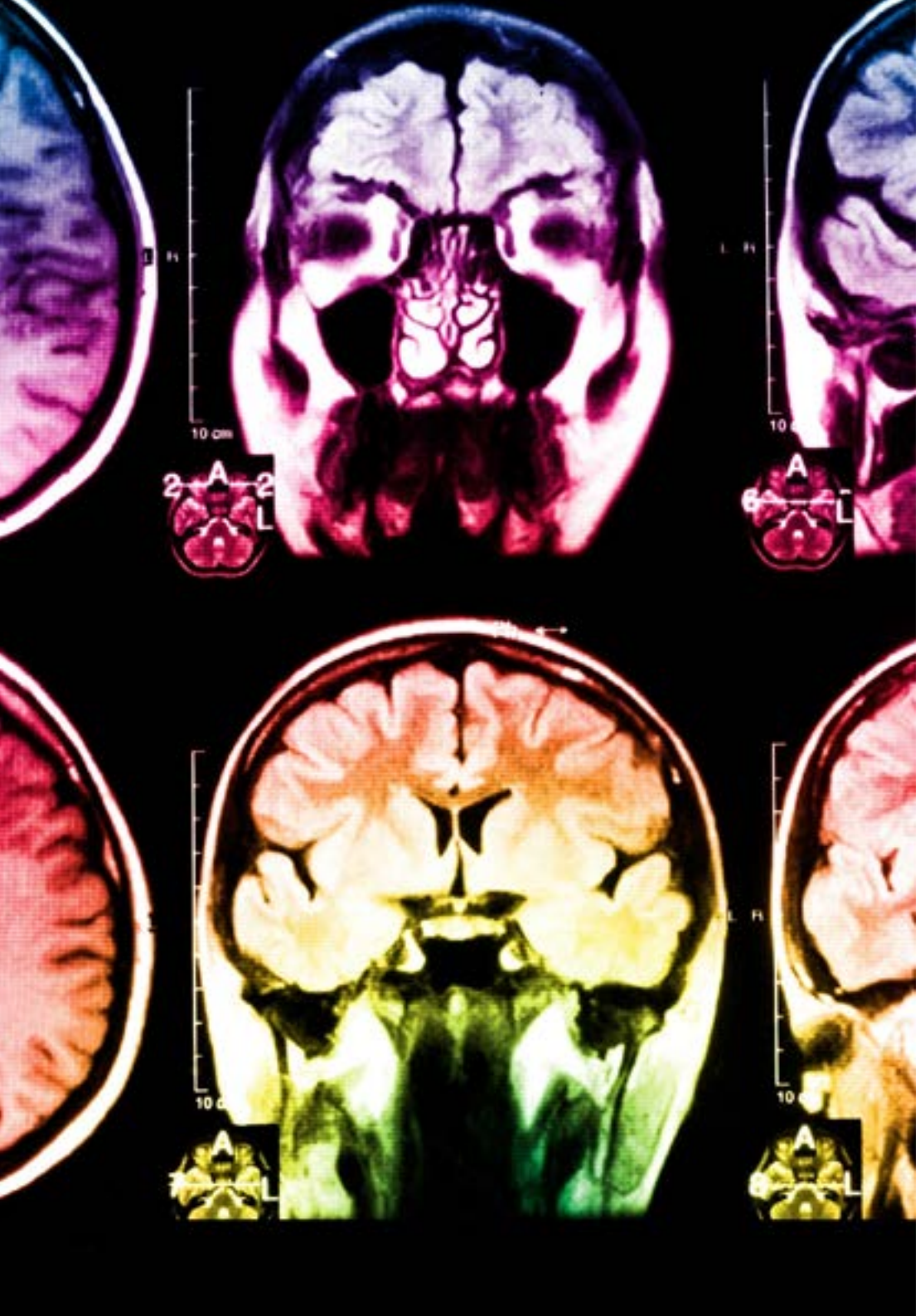
A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

Em 2019, alcançámos os melhores resultados de aprendizagem de todas as universidades online do mundo.

Na TECH aprende-se com uma metodologia de vanguarda concebida para formar os gestores do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, chama-se Relearning.

A nossa universidade é a única universidade de língua espanhola licenciada para utilizar este método de sucesso. Em 2019, conseguimos melhorar os níveis globais de satisfação dos nossos estudantes (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos cursos, objetivos...) no que diz respeito aos indicadores da melhor universidade online do mundo.



No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica. Esta metodologia formou mais de 650.000 licenciados com sucesso sem precedentes em áreas tão diversas como a bioquímica, genética, cirurgia, direito internacional, capacidades de gestão, ciência do desporto, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história, mercados e instrumentos financeiros. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.

A partir das últimas provas científicas no campo da neurociência, não só sabemos como organizar informação, ideias, imagens e memórias, mas sabemos que o lugar e o contexto em que aprendemos algo é fundamental para a nossa capacidade de o recordar e armazenar no hipocampo, para o reter na nossa memória a longo prazo.

Desta forma, e no que se chama Neurocognitive context-dependent e-learning, os diferentes elementos do nosso programa estão ligados ao contexto em que o participante desenvolve a sua prática profissional.

Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:

Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.

Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializada.

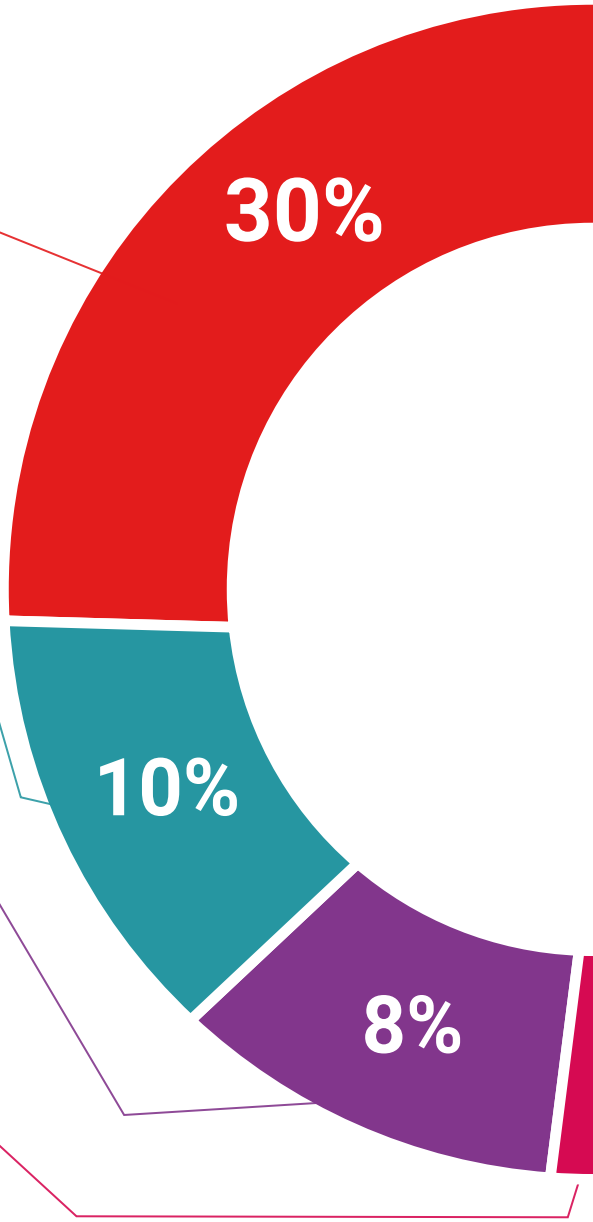
O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.

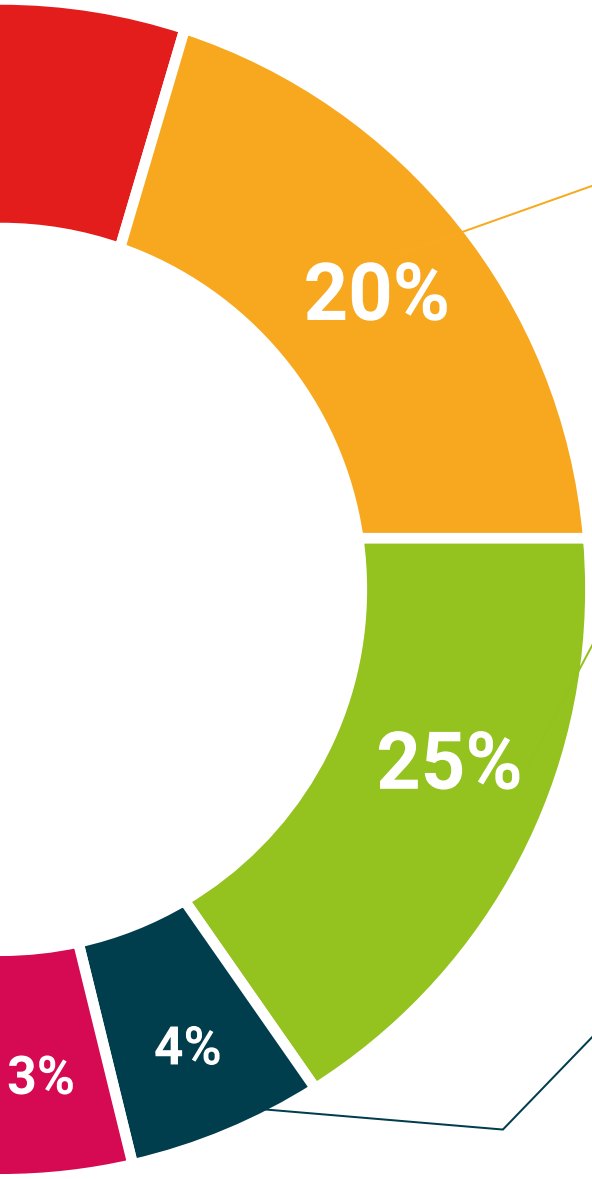
Práticas de aptidões e competências

Realizarão atividades para desenvolver competências e aptidões específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e desenvolver as competências e capacidades que um especialista necessita de desenvolver no quadro da globalização em que vivemos.

Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação





Case studies

Completarão uma seleção dos melhores estudos de casos escolhidos especificamente para esta situação. Casos apresentados, analisados e instruídos pelos melhores especialistas na cena internacional.

Resumos interativos

A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas concetuais a fim de reforçar o conhecimento.

Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"

Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.

06

Certificação

O Curso de Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Desporto garante, para além de um conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.

Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”

Este **Curso de Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Desporto** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica.**

Este certificado contribui significativamente para o desenvolvimento da capacitação continuada dos profissionais e proporciona um importante valor para a sua capacitação universitária, sendo 100% válido e atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Curso de Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Desporto**

ECTS: **6**

Nº. Carga horária: **150 horas**

Reconhecido pela NBA

tech universidade tecnológica

Concede o presente

CERTIFICADO

a

Sr./Sra. _____ com o documento de identificação nº_____

Por ter completado e acreditado com sucesso o

CURSO

de

Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Desporto

Este é um certificado concedido por esta Universidade, reconhecido por 6 ECTS e equivalente a 150 horas, com data de início a dd/mm/aaaaa e data de conclusão a dd/mm/aaaaa.

A TECH é uma Instituição Privada de Ensino Superior reconhecida pelo Ministério da Educação Pública a partir de 28 de junho de 2018.

A 17 de junho de 2020

Prof. Dra. Tere Guevara Navarro
Reitora

código único TECH: AFWOR23S techtitute.com/titulos

*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

tech universidade tecnológica

Curso

Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Desporto

- Modalidade: **online**
- Duração: **6 semanas**
- Certificação: **TECH Universidade Tecnológica**
- Créditos: **6 ECTS**
- Tempo Dedicado: **16 horas/semana**
- Horário: **ao seu próprio ritmo**
- Exames: **online**

Curso

Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Desporto

Reconhecido pela NBA

tech universidade tecnológica