

Curso

Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Esporte

Reconhecido pela NBA



tech universidade
tecnológica



Curso

Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Esporte

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/ciencias-do-esporte/curso/tecnicas-psicologicas-aplicadas-esporte

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

Certificado

pág. 28

01

Apresentação

Determinar a eficácia das intervenções psicológicas no campo do esporte é uma tarefa que tem sido amplamente realizada nos últimos anos. A Psicologia do Esporte envolve a busca do desempenho, um de seus objetivos fundamentais. O papel do psicólogo esportivo é muito importante tanto dentro quanto fora do campo de jogo, na preparação para as competições e durante o processo de recuperação. Por esta razão, este Curso 100% online visa que o estudante adquira as técnicas psicológicas mais recentes que serão de grande ajuda ao estabelecer objetivos e metas para o atleta.





“

*Os profissionais devem dar continuidade
à sua capacitação para se adaptarem
aos novos avanços nesta área”*

Por trás de todas as conquistas e méritos de um atleta e sua equipe, há uma motivação muito mais importante do que sua força física, velocidade ou tática, e esta é sua mente. Esta é uma das principais razões pelas quais um atleta deve ter um psicólogo em sua equipe, responsável de desenvolver a estabilidade mental do atleta para alcançar o sucesso.

O psicólogo esportivo desempenha um papel muito importante na carreira de um atleta, pois tem uma influência direta em inúmeras áreas como gestão de crises e estresse, motivação, coesão e conexão de grupo, entre outras. Esta capacitação permitirá que o estudante avance em sua profissão à medida que atualiza seus conhecimentos, para torná-lo um profissional plenamente qualificado.

Por ser um Curso 100% online, o aluno não é condicionado por horários fixos ou pela necessidade de se deslocar para outro local físico. Através de um dispositivo com acesso à Internet, você poderá acessar um amplo conteúdo que lhe ajudará a adquirir as técnicas psicológicas para avançar no setor das ciências do esporte. Tudo isso, a qualquer hora do dia, conciliando, no seu próprio ritmo, seu trabalho e sua vida pessoal com sua vida acadêmica.

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

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Coaching e Psicologia do Esporte
- ♦ Os conteúdos gráficos, esquemáticos e extremamente úteis fornecem informações práticas sobre as disciplinas indispensáveis para o exercício da profissão
- ♦ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Lições teóricas, perguntas aos especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



Combine seus estudos com seu trabalho profissional e, ao mesmo tempo, aumente seus conhecimentos neste campo"

“

Este Curso é o melhor investimento que você poderá fazer na escolha de um programa de atualização dos seus conhecimentos em Psicologia Esportiva"

Somos a única universidade online que oferece recursos de Harvard como material didático em suas capacitações.

Esta capacitação abrirá portas para novas oportunidades de carreira. Não perca esta oportunidade.

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

O conteúdo programático está baseado na Aprendizagem Baseada em Problemas, no qual o profissional deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que abordarem durante o curso. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.



02

Objetivos

Entre uma série de objetivos, a elaboração deste programa de estudos permitirá ao aluno gerar confiança e influência positiva no esportista através do estudo do esporte inclusivo e dos esportes específicos. O aluno também será capaz de aprender sobre o processo de tomada de decisão no esporte, bem como analisar os planos de objetivos e competições integrais. Tudo isso, através da adoção de técnicas psicológicas para gerar confiança e autocontrole emocional no esportista.



“

Se você está procurando um impulso para sua carreira profissional, a TECH é o lugar certo para você"



Objetivos gerais

- ♦ Abordar os diferentes estilos de liderança que são mais bem-sucedidos no panorama esportivo
- ♦ Estudar a gestão de equipes de alto desempenho a nível psicológico e motivacional
- ♦ Examinar os pilares básicos sobre os quais se baseia a Psicologia Esportiva
- ♦ Analisar as possíveis aplicações das técnicas e metodologias mais populares no coaching esportivo
- ♦ Aprender as técnicas psicológicas mais frequentemente utilizadas na área do esporte
- ♦ Conhecer a figura do líder no esporte individual e coletivo
- ♦ Entender a importância da marca pessoal para o bom desenvolvimento profissional
- ♦ Atualizar a gestão das diferentes ferramentas digitais para a divulgação da marca pessoal
- ♦ Aprofundar conhecimentos sobre a transformação cultural das organizações esportivas
- ♦ Estudar as diferentes ferramentas interdisciplinares do psicólogo e do coach esportivo
- ♦ Aprofundar no trabalho do psicólogo como facilitador no contexto do esporte





Objetivos específicos

- ♦ Aprofundar no esporte inclusivo e os esportes específicos
- ♦ Esmiuçar o processo de tomada de decisão no esporte
- ♦ Conhecer os planos de objetivos e competição integrais
- ♦ Aprofundar nas técnicas para gerar confiança e autocontrole emocional



Graças ao conteúdo atualizado e ao método Relearning que este Curso apresenta, você será orientado para um ramo da Psicologia Esportiva em pleno desenvolvimento"

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

A Doutora Barbara Roberts é uma destacada psicóloga clínica com uma trajetória reconhecida internacionalmente no campo da saúde mental esportiva. Ela desempenha um papel importante como Diretora de Bem-Estar e Estudos Clínicos para o time de futebol Washington Commanders, sendo uma das poucas profissionais com doutorado em Psicologia Clínica a trabalhar em tempo integral em uma franquia da NFL. Nessa posição, seu trabalho tem se concentrado em implementar uma abordagem proativa para o manejo da saúde mental, buscando construir uma base sólida para o bem-estar dos jogadores e seu impacto no desempenho e na saúde geral.

Além disso, sua carreira profissional incluiu papéis significativos no Departamento Federal de Prisões (*Federal Bureau of Prisons*) e no *U.S. Army Aberdeen Proving Ground*, onde desenvolveu programas para apoiar prisioneiros e militares com problemas de abuso de substâncias. Também trabalhou na Administração de Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental (*Substance Abuse and Mental Health Services Administration*) e no Escritório de Política Nacional de Controle de Drogas da Casa Branca, o que lhe permitiu avaliar e melhorar programas de tratamento a nível nacional.

A Doutora Barbara Roberts também aplicou sua experiência em métodos baseados em evidências, como a entrevista motivacional, para criar um ambiente de confiança com os jogadores, ajudando-os a enfrentar os desafios de suas carreiras e vidas pessoais. Nesse sentido, sua abordagem é única em sua capacidade de normalizar a saúde mental dentro do ambiente esportivo e oferecer suporte contínuo e personalizado. Ela também se destacou pelo compromisso em ajudar os jogadores a enfrentar diferentes fases de suas carreiras, desde os primeiros anos na NFL até a vida após a aposentadoria.



Dr. 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 Controle de Drogas da Casa Branca
- Psicóloga clínica na Administração de Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental (Substance Abuse and Mental Health Services Administration)
- Doutorado em Psicologia Clínica pela Universidade de Oklahoma
- Licenciada em Psicologia pela Fisk University

“

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

04

Estrutura e conteúdo

Os especialistas do setor se reuniram para criar um programa que inclui a importância do controle psicológico e do equilíbrio pessoal para a melhoria do desempenho esportivo dentro e fora do campo. Este Curso aborda desde técnicas para promover a confiança e o autocontrole emocional até o treinamento em autoinstruções, incluindo a aplicação do *Mindfulness* e do PNL ao esporte, entre outros.



“

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

Módulo 1. Técnicas psicológicas aplicadas ao esporte

- 1.1. O esporte inclusivo e esportes específicos
- 1.2. A tomada de decisão no esporte
- 1.3. Treinando o treinador. O acompanhamento dos técnicos
- 1.4. Estabelecimento de objetivos e planos de competição integrais
- 1.5. Técnicas para promover a confiança e o autocontrole emocional
- 1.6. Efeitos da conscientização sobre o aprendizado na confiança, autoeficácia e desempenho
- 1.7. Treinamento de autoinstrução
- 1.8. *Mindfulness* aplicado ao esporte
- 1.9. PNL aplicada ao esporte
- 1.10. Motivação e emoção



“

*Uma experiência de aprendizagem única,
essencial e decisiva para impulsionar
seu crescimento profissional”*

05

Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: o **Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o **New England Journal of Medicine**.



“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"

Estudo de caso para contextualizar todo o conteúdo

Nosso programa oferece um método revolucionário para desenvolver as habilidades e o conhecimento. Nosso objetivo é fortalecer as competências em um contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.

“

Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo”



Você terá acesso a um sistema de aprendizagem baseado na repetição, por meio de um ensino natural e progressivo ao longo de todo o programa.



Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este curso da TECH é um programa de ensino intensivo, criado do zero, que propõe os desafios e decisões mais exigentes nesta área, em âmbito nacional ou internacional. Através desta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado em direção ao sucesso. O método do caso, técnica que constitui a base deste conteúdo, garante que a realidade econômica, social e profissional mais atual seja adotada.

“*Nosso programa prepara você para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso na sua carreira*”

O método do caso é o sistema de aprendizagem mais utilizado pelas melhores faculdades do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de Direito não aprendessem a lei apenas com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar-lhes situações realmente complexas para que tomassem decisões conscientes e julgassem a melhor forma de resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard.

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Esta é a pergunta que abordamos no método do caso, um método de aprendizagem orientado para a ação. Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos reais. Terão que integrar todo o conhecimento, pesquisar, argumentar e defender suas ideias e decisões.

Através de atividades de colaboração e casos reais, o aluno aprenderá a resolver situações complexas em ambientes reais de negócios.

Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

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

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

Na TECH o aluno aprende através de uma metodologia de vanguarda, desenvolvida para capacitar os diretores do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, se chama Relearning.

Nossa universidade é uma das únicas que possui a licença para usar este método de sucesso. Em 2019 conseguimos melhorar os níveis de satisfação geral dos nossos alunos (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos curso, objetivos, entre outros) com relação aos indicadores da melhor universidade online.



No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica. Esta metodologia já capacitou mais de 650 mil universitários com um sucesso sem precedentes em campos tão diversos como a bioquímica, a genética, a cirurgia, o direito internacional, habilidades administrativas, ciência do esporte, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história, mercados e instrumentos financeiros. Tudo isso em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.

A partir das últimas evidências científicas no campo da neurociência, sabemos como organizar informações, ideias, imagens, memórias, mas sabemos também que o lugar e o contexto onde aprendemos algo é fundamental para nossa capacidade de lembrá-lo e armazená-lo no hipocampo, para mantê-lo em nossa memória a longo prazo.

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



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso, com as técnicas mais inovadoras que proporcionam alta qualidade em todo o material que é colocado à disposição do aluno.



Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas.

O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro



Práticas de habilidades e competências

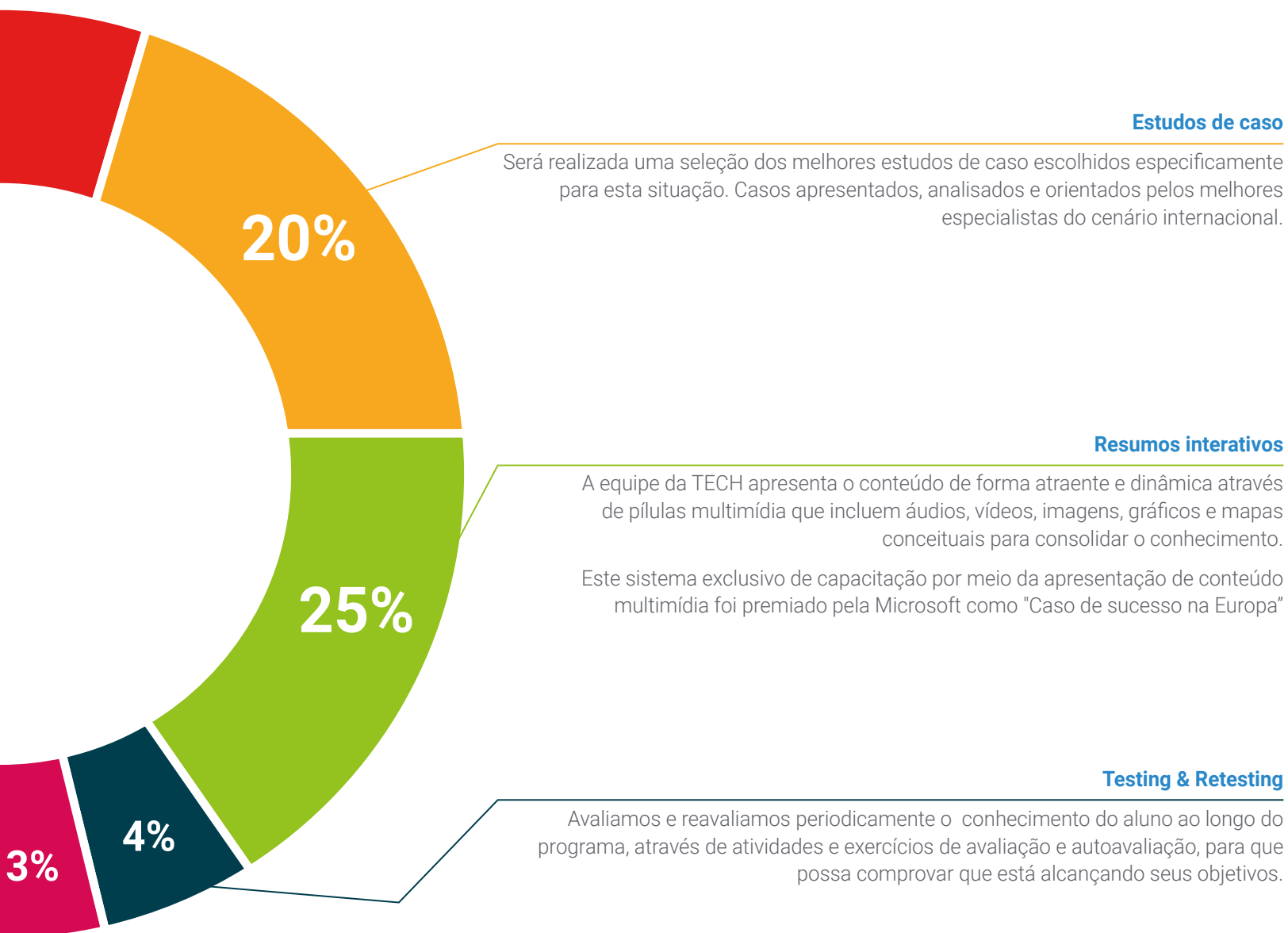
Serão realizadas atividades para desenvolver competências e habilidades específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e ampliar as competências e habilidades que um especialista precisa desenvolver no contexto globalizado em que vivemos.



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 for necessário para complementar a sua capacitação.



**Estudos de caso**

Será realizada uma seleção dos melhores estudos de caso escolhidos especificamente para esta situação. Casos apresentados, analisados e orientados pelos melhores especialistas do cenário internacional.

**Resumos interativos**

A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".

**Testing & Retesting**

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



06 Certificado

O Curso de Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Esporte garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

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

Este **Curso de Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Esporte** 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**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Esporte**

Horas letivas: **150h**

Reconhecido pela NBA



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

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade comunidade
atenção personalizada
conhecimento
presente
desenvolvimento

tech universidade
tecnológica

Curso

Técnicas Psicológicas
Aplicadas ao Esporte

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Técnicas Psicológicas Aplicadas ao Esporte

Reconhecido pela NBA



tech universidade
tecnológica