



BARÇA  
INNOVATION HUB  
Universitas

CURSO

# VARIABLES PSICOLÓGICAS Y RENDIMIENTO DEPORTIVO

100% ONLINE • 1 MES

Aprende de los mejores  
Vive una experiencia de aprendizaje única  
Sé parte de una red global

## DIRIGIDO A

- Psicólogos, terapeutas y coach de equipos
- Médicos de equipos de alto rendimiento
- Entrenadores / Readaptadores
- Fisioterapeutas de cualquier modalidad
- Preparadores físicos
- Delegados deportivos
- Directivos / Padres de deportistas
- Especialistas en el entrenamiento de deportes de equipo con formación no universitaria
- Profesionales, atletas y personas que trabajan con atletas y equipos deportivos

## APRENDE A

- Generar ambientes de entrenamiento donde los sujetos-deportistas dominen sus variables psicológicas y no lo contrario, generando herramientas de afrontamiento específicas donde se puedan identificar situaciones complejas y lograr superarlas

## Ana Merayo García

DOCENTE EXPERTO



Psicóloga deportiva. Docente. Coordinadora del SAIE (Servicio de Atención Integral al Deportista) de Masia 360, FC Barcelona.



- MODALIDAD VIRTUAL
- DURACIÓN 1 MES
- TIPO DE FORMACIÓN EXECUTIVE EDUCATION
- IMPARTIDO EN ESPAÑOL, INGLÉS, PORTUGUÉS

# PROGRAMA

## **MÓDULO 1: Atención y concentración**

Unidad 1: Modelos y teorías atencionales

Unidad 2: Entrenamiento de la atención y la concentración

## **MÓDULO 2: Motivación**

Unidad 1: Modelos y teorías de la motivación

Unidad 2: Rol del entrenador y técnicas motivacionales

## **MÓDULO 3: Ansiedad y estrés**

Unidad 1: Conceptos y definiciones de ansiedad y estrés

Unidad 2: Técnicas para el trabajo de la ansiedad y el estrés

## **MÓDULO 4: Autoconfianza - Resiliencia**

Unidad 1: Conceptos y definiciones

Unidad 2: Técnicas/Herramientas para trabajar la autoconfianza

# EXPERIENCIA

Toda tu experiencia de aprendizaje tendrá lugar en una plataforma virtual donde encontrarás todos los recursos que necesitas para estudiar

## LECTURAS

que abordan los principales temas.

## VIDEOS

que profundizan algunos temas de las lecturas.

## ACTIVIDADES

para aplicar los contenidos abordados en cada módulo.

## RÚBRICAS

para evaluarte en el transcurso del módulo.

## EXPERTO VIRTUAL

En todos los cursos contarás con el acompañamiento, soporte y seguimiento virtual de parte de un experto en la temática. Este experto virtual realizará intervenciones a lo largo de los diferentes módulos para garantizar tu aprendizaje, así como la interacción con el resto de tus compañeros.

Además, estará disponible a través del foro y por mensajería interna para que puedas acudir a él las veces que necesites.

## FOROS

donde podrás interactuar con tus compañeros.

## AUTOEVALUACIONES

que te ayudarán a medir el progreso de tu aprendizaje.



# BENEFICIOS

- **Contenido world-class, diseñado por expertos y de aplicación inmediata en el ámbito profesional.**
- **Acceso al material de estudio las 24 horas, donde quieras y desde cualquier dispositivo.**
- **Feedback personalizado en todas las actividades y consignas, individuales y grupales.**
- **Espacios de debate e interacción con profesionales de la industria de todas partes del mundo.**
- **Certificado de participación, emitido y avalado por Barça Innovation Hub - Universitat de Barcelona.**



# BARÇA INNOVATION HUB

**CREANDO UNA NUEVA GENERACIÓN DE  
PROFESIONALES DEL DEPORTE**