



BARÇA  
INNOVATION HUB  
Universitas

CURSO

# VARIÁVEIS PSICOLÓGICAS E DESEMPENHO DESPORTIVO

100% ONLINE • 1 MÊS

Aprenda com os melhores  
Viva uma experiência de aprendizagem única  
Faça parte de uma rede global

[barcainnovationhub.com](http://barcainnovationhub.com)

## DIRIGIDO A

- Psicólogos, terapeutas e coach de equipes
- Médicos de equipes de alto desempenho
- Treinadores
- Readaptadores
- Fisioterapeutas de qualquer modalidade
- Preparadores físicos
- Delegados esportivos
- Dirigentes
- Pais de atletas
- Especialistas no treinamento de esportes coletivos com formação não universitária
- Profissionais, atletas e pessoas que trabalhem com atletas e equipes esportivas

## APRENDA A

- Gerar ambientes de treinamento onde os sujeitos-atletas dominem suas variáveis psicológicas e não o contrário, gerando ferramentas de enfrentamento específicas que permitam identificar situações complexas e poder superá-las.

## Ana Merayo García

PROFESSOR ESPECIALISTA



Psicóloga esportiva. Professora Coordenadora do SAIE (Serviço de Atenção Integral ao Atleta) de Masia 360, FC Barcelona.



- MODALIDADE ONLINE
- DURAÇÃO 1 MÊS
- TIPO DE TREINAMENTO EXECUTIVE EDUCATION
- MINISTRADO EM PORTUGUÊS, ESPANHOL, INGLÊS

# PROGRAMA

## **MÓDULO 1: Atenção e concentração**

Unidade 1: Modelos e teorias da atenção

Unidade 2: Treinamento da atenção e da concentração

## **MÓDULO 2: Motivação**

Unidade 1: Modelos e teorias da motivação

Unidade 2: Treinamento da atenção e da concentração

## **MÓDULO 3: Ansiedade e estresse**

Unidade 1: Conceitos e definições da ansiedade e estresse

Unidade 2: Técnicas para o trabalho da ansiedade e do estresse

## **MÓDULO 4: Autoconfiança - Resiliência**

Unidade 1: Conceitos e definições

Unidade 2: Técnicas/Ferramentas para trabalhar a autoconfiança

# EXPERIÊNCIA

Toda sua experiência de aprendizagem terá lugar em uma plataforma virtual onde você encontrará todos os recursos que necessita para estudar

## LEITURAS

que abordam os principais assuntos

## VÍDEOS

que aprofundam alguns assuntos das leituras.

## ATIVIDADES

para aplicar os conteúdos abordados em cada módulo.

## RUBRICAS

para avaliá-lo no recorrer do módulo.

## ESPECIALISTA ONLINE

Em todos os cursos você contará com o acompanhamento, suporte e seguimento online de um especialista na temática. Este especialista online realizará intervenções ao longo dos diferentes módulos para garantir sua aprendizagem, bem como a interação com o resto de seus colegas.

Além disso, ele estará disponível através do foro e por serviço de mensagem interno para que você possa recorrer a ele as vezes que você necessitar.

## FOROS

onde você poderá interagir com seus colegas.

## AUTO-AVALIAÇÕES

que vão ajudá-lo a medir o progresso de seu aprendizado.



# BENEFÍCIOS

- Conteúdo world-class, desenhado por especialistas e de aplicação imediata no âmbito profissional.
- Acesso ao material de estudo durante as 24 horas, onde você quiser e a partir de qualquer dispositivo.
- Feedback personalizado em todas as atividades e enunciados, individuais e grupais.
- Espaços de debate e interação com profissionais da indústria de todas as partes do mundo.
- Certificado de participação emitido pela Barça Innovation Hub - Universitat.



# BARÇA INNOVATION HUB

**CRIANDO UMA NOVA GERAÇÃO DE  
PROFISSIONAIS DE ESPORTIVOS**