



PROGETTO PER CONSULTA SPORT CERVIA

CALENDARIO

Allena-Mente:

percorso per sviluppare una sensibilità psicologica nel mondo dello sport

Progetto redatto da Valentina Marchesi e Claudia Righetti

CALENDARIO

DATA	AREA	Incontro	Formatore	Modalità	Target
<p>1 incontro di 1 ora e mezza</p> <p>Lunedì 23/05</p> <p>Orario 20-21.30</p>	AREA 3) Genitorial-Mente	Il patto educativo con i genitori e la condivisione dell'obiettivo - Parte 1	Valentina	ONLINE	<ul style="list-style-type: none"> - Genitori - Allenatori - Dirigenti
<p>1 incontro di 1 ora e mezza</p> <p>Lunedì 30/05</p> <p>Orario 20-21.30</p>	AREA 3) Genitorial-Mente	Il patto educativo con i genitori e la condivisione dell'obiettivo - Parte 2	Valentina	ONLINE	<ul style="list-style-type: none"> - Genitori - Allenatori - Dirigenti
<p>DATA DA CONFERMARE</p>	AREA 1) Organizzativa-Mente: strumenti di leadership e di comunicazione autorevole	<p>1.1 Principi di Comunicazione autorevole: dall'informare al convincere</p> <p>1.2 Principi di leadership e gestione dei team</p>	<p>Claudia</p> <p>Valentina</p>	PRESENZA	<ul style="list-style-type: none"> - Allenatori - Dirigenti

1 incontro di 3 ore Lunedì 26/09 Orario 19-22	AREA 2) Atletica-Mente: strumenti per incrementare l'orientamento al risultato e la resilienza degli atleti	2.1 Il mind set per le alte prestazioni – Parte 1	Valentina	ONLINE	- Allenatori - Dirigenti
1 incontro di 3 ore Lunedì 10/10 Orario 19-22	AREA 2) Atletica-Mente: strumenti per incrementare l'orientamento al risultato e la resilienza degli atleti	2.1 Il mind set per le alte prestazioni – Parte 2	Valentina	ONLINE	- Allenatori - Dirigenti
1 incontro di 3 ore settembre da confermare 19-22 o 20-23	AREA 2) Atletica-Mente: strumenti per incrementare l'orientamento al risultato e la resilienza degli atleti	2.2 La gestione del materiale emotivo: autocontrollo e gestione dello stress	Claudia	ONLINE	- Allenatori - Dirigenti
1 incontro di 3 ore Lunedì 14/11 Orario 19-22	AREA 2) Atletica-Mente: strumenti per incrementare l'orientamento al risultato e la resilienza degli atleti	2.3 Prevenzione del drop out sportivo	Valentina	ONLINE	- Allenatori - Dirigenti

FORMATORI

Dott.ssa Valentina Marchesi

Psicologa specializzata in Psicologia dello Sport

Collaboratrice presso *Luoghi di Prevenzione* (Reggio Emilia): Centro Regionale di Didattica Multimediale, Formazione e Ricerca in ambito della promozione della salute

Iscritta all'Ordine degli psicologi dell'Emilia-Romagna n.8676

Dott.ssa Claudia Righetti

Psicologa del Lavoro e delle Organizzazioni

Psicoterapeuta ad Indirizzo Cognitivo Comportamentale

Docente a Contratto presso Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia – Facoltà di Medicina

Iscritta all'Ordine degli psicologi dell'Emilia-Romagna n.1909