Taller Formativo : Emociona entrenando a la base

Objetivos:

- ☐ Ofrecer una mochila de herramientas *sociocoeducativas* reales y prácticas al personal técnico de la comunidad del deporte base.
- ☐ Reflexionar acerca de la competitividad y cómo gestionar la frustración.
- ☐ Fortalecer el vínculo con los y las deportistas, además de fomentar su autoestima y autoconfianza.
- ☐ Fomentar el trabajo en equipo y la comunicación efectiva.

Contenidos:

- ☐ El deporte como escenario de emociones. Importancia de la escucha activa y del lenguaje como vehículo de motivación. Familia y personal técnico como agentes relevantes en el desarrollo emocional.
- ☐ Fomento del disfrute del deporte y la diversión de la competición.
- ☐ Creación de una rutina de entrenamiento atendiendo a las emociones.
- ☐ Importancia del triángulo deportivo: familias, deportistas y equipos técnicos.

Metodología:

- ☐ Activa y participativa con perspectiva de género, integradora e inclusiva, que genere aprendizajes significativos (basado en la experiencia y a partir de los conocimientos previos del alumnado).

Destinatarias preferentes: Todos los agentes del deporte base, (directivas, equipos técnicos, deportistas y familiares de clubes y federaciones deportivas).

Plazas: 30.

Duración: Taller formativo de 4 horas de duración.

Modalidad formativa: Presencial.

Fecha: 5 de junio de 2025

Horario: 16:30-20:30 h

Lugar:

- **Metropolitana:** Pabellón Juan Ríos Tejera, La Laguna
- **Sur:** (formación ya realizada)
- **Norte:** (formación ya realizada)

Docente: Alejandro Hernández González.

- ☐ **Formación:** Graduado en Psicología. Experto en Psicología del Deporte (UNED). Prevención de adicciones y desarrollo emocional en adolescentes. Educación emocional a través del deporte.
- ☐ **Experiencia:** Impartición de talleres formativos para personal técnico, adolescentes, profesorado y familiares aplicados al desarrollo emocional en deporte base. Asesoramiento psicológico a deportistas a nivel individual y grupal.

Certificación: Asistencia a la sesión completa.

Pre-inscríbete aquí: PreInscripciones