



**La Scuola Regionale dello Sport d'Abruzzo, in collaborazione con l'Università degli Studi "G. d'Annunzio", Chieti – Pescara, organizza un seminario sul tema:**

**“Preparazione mentale e incremento della prestazione nello sport”**

**Venerdì e sabato 6-7 maggio 2016  
Aula Magna, Scienze dell'Educazione Motoria  
Fondazione Ciapi, Viale Abruzzo, 322 – 66100 Chieti Scalo**

**Finalità**

Venerdì e sabato 6-7 maggio 2016 avremo l'onore ed il piacere di avere a Chieti due studiosi di fama internazionale, **Terry Orlick** (Canada) e **Montse Ruiz** (Finlandia), ed una studiosa italiana, **Cristiana Conti**.

**Terry Orlick**, professore della Facoltà di Scienze della Salute dell'Università di Alberta (Ottawa, Canada), fondatore della “Zona di Eccellenza” ([www.zoneofexcellence.ca](http://www.zoneofexcellence.ca)), leader indiscusso della psicologia dell'eccellenza e della qualità della vita, è uno dei più famosi psicologi dello sport esistenti, sulla scena internazionale da più di 35 anni, riconosciuto per le sue straordinarie capacità di aiutare gli atleti (e non solo) a rendere al meglio, esprimere se stessi e vivere una vita soddisfacente. Terry ha lavorato, e tuttora lavora, con moltissimi atleti olimpici ed i loro allenatori, ma anche con leader di aziende, astronauti, chirurghi, musicisti, danzatori, cantanti d'opera e molti altri artisti e professionisti che devono svolgere prestazioni difficili, complesse e di alto livello anche sotto stress. Il suo interesse applicativo non si ferma ai soli atleti o professionisti, ma si estende anche alle persone di tutte le età, dai bambini agli anziani, per insegnare loro ad utilizzare al meglio le potenzialità personali e a vivere una vita equilibrata, armoniosa e felice. È autore di più di 200 articoli scientifici e 24 libri, alcuni dei quali tradotti anche in lingua italiana.

**Montse Ruiz** è professore di psicologia dello sport e dell'esercizio presso l'Università di Jyväskylä, Finlandia. Le sue aree di interesse, studio e approfondimento riguardano la relazione fra stati emozionali e prestazione sportiva, e su queste tematiche ha pubblicato numerosi lavori scientifici su prestigiose riviste internazionali. È membro dell'executive board dell'associazione di psicologia dello sport e del comitato di certificazione in psicologia dello sport finlandesi, ed è editor della newsletter della Divisione 12 dell'International Association of Applied Psychology (IAAP). È stata atleta di karate di alto livello e come psicologa dello sport ha lavorato con atleti di varie discipline sportive. Attualmente offre consulenza psicologica alla nazionale di karate finlandese.

**Cristiana Conti** è psicologa e psicoterapeuta specializzata in psicologia dello sport. Svolge attività di consulenza con atleti, squadre, staff tecnici e dirigenziali prevalentemente in club sportivi di top level ed è specializzata nell'area dell'infortunio sportivo. Membro dell'Organico Didattico della Scuola dello Sport del CONI Toscana, lavora come formatrice per Federazioni sportive e all'interno di Master universitari. È responsabile del Dipartimento Educativo dell'European Network of Young Specialist in Sport Psychology.

Modererà il seminario **Donatella Di Corrado**, Ricercatore - Scienze dell'esercizio fisico e dello sport, Dipartimento di Scienze Motorie e Sportive, Università di Enna “Kore”.

Per consentire appieno la comprensione, è prevista la traduzione dall'inglese all'italiano durante il seminario.



### **Destinatari**

Gli incontri sono rivolti a tecnici sportivi, psicologi, psicologi dello sport, preparatori fisici, insegnanti di Educazione fisica, laureati in scienze motorie e studenti in scienze motorie.

### **Programma**

#### **Venerdì, 6 maggio**

- Ore 14:00-14:30 Accredito partecipanti
- Ore 14:30-16:00 **Montse Ruiz**  
Stati emozionali e prestazione sportiva
- Ore 16:00-16:30 Pausa
- Ore 16:30-17:30 Consapevolezza, valutazione e controllo delle emozioni
- Ore 17:30-18:00 Dibattito

#### **Sabato, 7 maggio mattina**

- Ore 9:00 Accredito partecipanti
- Ore 9:30-11:00 **Terry Orlick**  
*Mental training* nello sport e nella vita: la ricerca dell'eccellenza
- Ore 11:00-11:30 Pausa
- Ore 11:30-12:30 Esperienze con atleti olimpici, allenatori, artisti e professionisti
- Ore 12:30-13:00 Dibattito

#### **Sabato, 7 maggio pomeriggio**

- Ore 14:00-14:30 Accredito partecipanti
- Ore 14:30-16:00 **Cristiana Conti**  
Prevenire gli infortuni nello sport: aspetti psicologici
- Ore 16:00-16:30 Pausa
- Ore 16:30-17:30 Gestione e recupero degli infortuni
- Ore 17:30-18:00 Dibattito

**Le iscrizioni dovranno essere effettuate inviando l'allegato modulo di adesione per e-mail all'indirizzo [abruzzo@coni.it](mailto:abruzzo@coni.it) o via fax al numero 0862.412714 entro il 3 maggio 2016.**



**MODULO ISCRIZIONE SEMINARIO CONI, 6 e 7 maggio 2016**

**Il Sottoscritto** \_\_\_\_\_

**nato a** \_\_\_\_\_ **il** \_\_\_\_\_

**Studente del Corso di Laurea in Scienze delle attività motorie e sportive**

**Studente del Corso di Laurea in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate**

**tel.** \_\_\_\_\_ **e-mail** \_\_\_\_\_

**chiede di essere iscritto al seminario CONI del 6 e 7 maggio 2016**

\_\_\_\_\_  
(firma)

**Da inviare a:**

**C.O.N.I. Comitato regionale Abruzzo e\_mail [abruzzo@coni.it](mailto:abruzzo@coni.it) Fax 0862.412714**