



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), 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 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 Fax 0862.412714