

Formação Livre • Lisboa

MÉTODOS PSICOLÓGICOS NO PROCESSO DE TREINO INTEGRADO



Direção

Professor Doutor Sidónio Serpa /
Professor Doutor António Lopes
sidonio.serpa@ulusofona.pt

Secretariado

Susana Cordeiro
susana.cordeiro@ulusofona.pt

Duração

0 Anos

Créditos

2 ects

Apresentação

A consciência social dos problemas de saúde mental tem vindo a aumentar nos últimos tempos por via da chamada de atenção de atletas de referência mundial, a qual ganhou grande destaque na imprensa internacional. Por tal motivo, vive-se atualmente um período favorável à promoção, junto dos atores desportivos, de abordagens e metodologias psicológicas que, mantendo presente o universal propósito de superação na prática desportiva, encare o papel da psicologia na dupla e integrada vertente de fornecer instrumentos optimizadores do desempenho e de defesa da saúde mental do praticante. O curso visa integrar as questões do treino mental e da saúde mental dos atletas com o contributo das múltiplas perspetivas de um corpo docente internacional. Ação de formação contínua acreditada pelo IPDJ com 3.2 UC para Revalidação do Título Profissional de Treinador de Desporto

UNIVERSIDADE
LUSÓFONA



CENTRO
UNIVERSITÁRIO
LISBOA



faculdade
de educação
física
e desporto

PLANO DE ESTUDOS

1º Ano / Tronco comum

Anual

ects

Métodos Psicológicos no Processo de Treino Integrado

2

Linha direta
para o teu futuro



963 640 100



217 515 500



info@ulusofona.pt



@u.lusofona.pt

WWW.ULUSOFONA.PT