

Plano de estudos

Módulo 1 - O treinador como indivíduo

- 1.1 Funções e competências do treinador
- 1.2 Bem-estar e mal-estar psicológico dos treinadores

Módulo 2 – Crenças

- 2.1 As crenças
- 2.2 Profecia autorrealizável

Módulo 3 - Gestão emocional

- 3.1 Gestão emocional
- 3.2 Treinamento das competências psicológicas emocionais

Módulo 4 – Aprendizagem

- 4.1 Fundamentos da aprendizagem
- 4.2 Processo de aprendizagem

Objetivos

A proposta de objetivos permite que tenha uma ideia final do que pretende alcançar no fim do processo de ensino e aprendizagem deste curso. No entanto, o propósito é ainda mais específico: indicamos o que deve ser alcançado, para que esses conhecimentos contribuam para os objetivos da sua formação.

Para atingir esses objetivos, deve concluir todo o processo proposto nas diferentes etapas do curso.

Então, se trabalhar conforme indicado, será capaz de alcançar os seguintes objetivos:

Objetivo geral

- Oferecer recursos ao pessoal técnico para otimizar as competências básicas que o treinador deve ter para comandar as equipas e os jogadores tanto nos treinos como em competições.

Objetivo específico

- Aprofundar os conhecimentos pessoais do treinador como indivíduo.

Competências

As competências que esperamos que desenvolva no decorrer deste curso são as seguintes:

Competências gerais

- Trabalho em equipa e colaboração: capacidade de trabalhar com colegas, para alcançar objetivos partilhados e a sinergia de um grupo de elevado desempenho.
- Capacidade de análise / reflexão: capacidade de examinar metodicamente os diferentes aspetos de uma realidade ou determinada situação e avaliar tal situação.
- Criatividade e soluções inovadoras baseadas no conhecimento: capacidade de encontrar soluções alternativas para os problemas existentes, com base no conhecimento formal.

Competência específica

- Capacidade de autoconhecimento, tanto na área pessoal quanto na profissional, para um melhor desenvolvimento nas funções do treinador.