



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 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

Plazas: 30.

Duración: Taller formativo de 4 horas de duración.

Modalidad formativa: Presencial.

Fecha y horario:

- 3 de diciembre de 2024. 17:00-21:00 h

Lugar:

- Pabellón Municipal Valle San Lorenzo. C. Jose Garcia Allo, 34, 38626 Arona, Santa Cruz de Tenerife

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: Pre[Inscripciones](#)