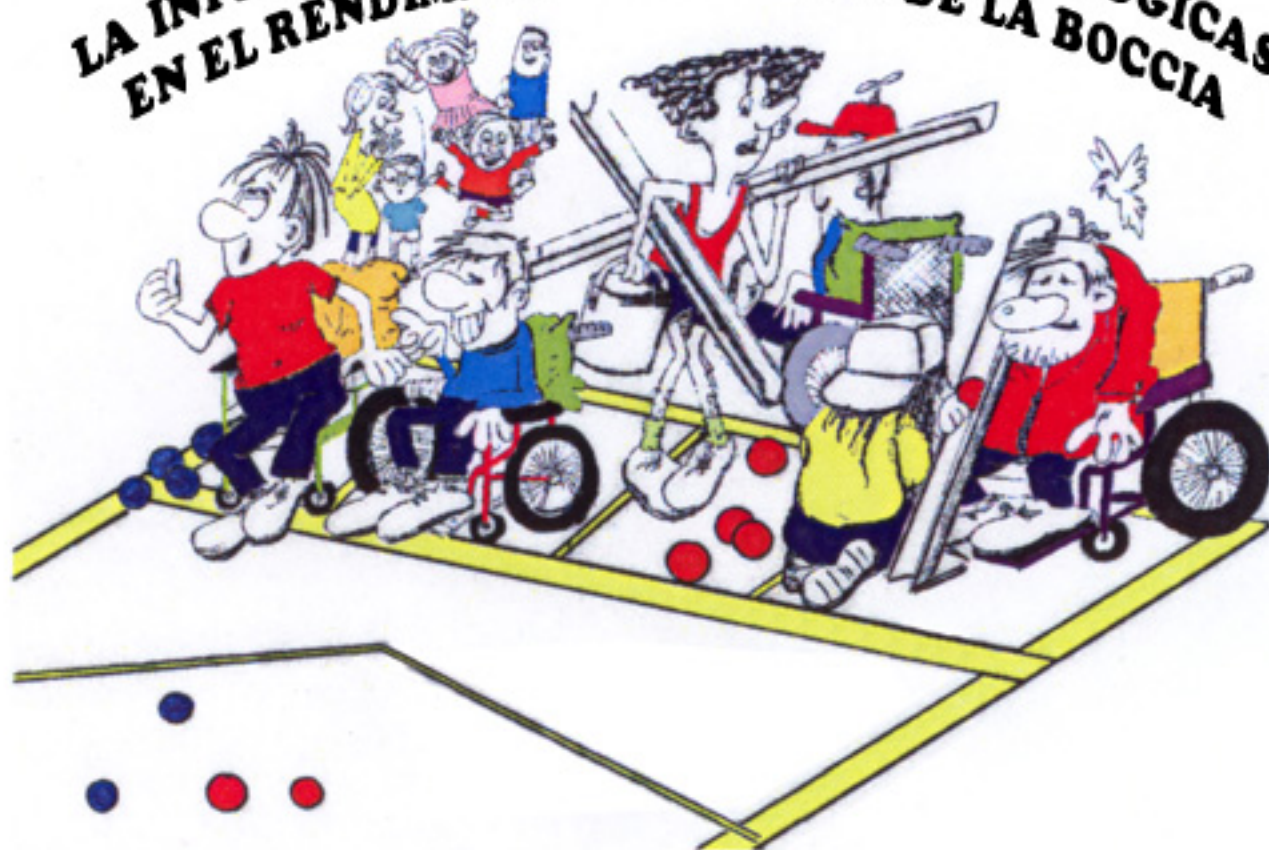


Amics de la BOCCIA



# IVº ENCUENTRO FORMATIVO — “AMICS DE LA BOCCIA”

## LA INFLUENCIA DE LAS VARIABLES PSICOLÓGICAS EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LA BOCCIA



- ORGANIZA: AMICS DE LA BOCCIA
- FECHA: Sábado, 26 Mayo de 2012
- LUGAR: IES RASCANYA – ANTONIO CAÑUELO (\*)

Avdº Hermanos Machado, nº 9  
46019 – Valencia

(\*) – Frente a Centro comercial ARENA – Estadio Levante

- IMPARTIDO POR:
- ÁLVARO GALAN FLORIA



IVº ENCUENTRO FORMATIVO \_\_\_\_ "AMICS DE LA BOCCIA"

LA INFLUENCIA DE LAS VARIABLES PSICOLÓGICAS EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LA BOCCIA



- ORGANIZA: **AMICS DE LA BOCCIA**
- FECHA: Sábado, 26 de Mayo de 2012
- LUGAR: IES RASCANYA – ANTONIO CAÑUELO (\*)

Avdª Hermanos Machado, nº 9  
46019 – Valencia

(\*) – Frente a Centro comercial ARENA – Estadio Levante

- IMPARTIDO POR:

ÁLVARO GALAN FLORIA

- PSICOLOGO DEPORTIVO
- SELECCIONADOR NACIONAL DE BOCCIA (2004/2008)

- HORARIOS:

- MAÑANA \_\_\_\_\_ de 9´30 a 13´00 h.
- TARDE \_\_\_\_\_ de 14´30 a 17´00 h.

- INSCRIPCIÓN GRATUITA(\*)



(\*) – PARA PARTICIPAR EN ESTE ENCUENTRO HAS DE MANDAR LOS SIGUIENTES DATOS AL CORREO:

[migueboccia@hotmail.com](mailto:migueboccia@hotmail.com) hasta el jueves 25/05/12 a las 14´00 h.

- Nombre y apellidos
- Entidad, club, asociación a la que perteneces
- Nº de tlf. de contacto
- Aspectos que te gustaría tratar o abordar en este encuentro

- ESTE IVº ENCUENTRO ESTÁ DIRIGIDO A ENTRENADORES, TÉCNICOS, AUXILIARES, VOLUNTARIOS ... CONTEMPLANDO :

- UNA PARTE TEÓRICA, EN LA QUE SE ABORDARÁ LA FIGURA DEL PSICÓLOGO DEPORTIVO EN EL ENTRENAMIENTO DE LA BOCCIA, PLANTEAMIENTO DE OBJETIVOS, PRINCIPALES HABILIDADES PSICOLÓGICAS A TRABAJAR, TÉCNICAS DE ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO, LA TAREA DEL ENTRENADOR COMO MOTIVADOR AL ENTRENAMIENTO...
- UNA PARTE PRÁCTICA EN LA QUE SE TRABAJARÁ CON DEPORTISTAS DESARROLLANDO LAS HABILIDADES Y TÉCNICAS ABORDADAS EN LA PARTE TEÓRICA





## - CONTENIDOS DEL ENCUENTRO

### 1º - Introducción

### I.2º - Procesos psicológicos básicos en la Boccia

- a) Nivel de Activación, Estrés y Ansiedad en el deporte
- b) Atención y Concentración

### 3º - Características de la Boccia y habilidades psicológicas para conseguir un buen rendimiento

- a) Establecimiento de objetivos
- b) Establecimientos de rutinas
- c) Relajación
- d) Visualización
- e) Técnicas de Biofeedback

## • PROGRAMA

1. Presentación del grupo: Identificación de las expectativas (10 minutos) → De 9:00 a 9:10 h.
2. Desarrollo contenido teórico (4 bloques de 45 minutos y 10 minutos de descanso) → De 9:10 a 12:00 h.
3. Exposición de cuestiones relativas a la temática del curso por parte de los asistentes → De 12:00 a 13:00 h.
4. Comida → de 13:00 a 14:30 h.
5. Trabajo en pista → De 14:30 a 17:00 h.
6. Despedida y cierre. Conclusiones → De 17:00 a 17:30 h.

