



COMITATO
REGIONALE
FIB LAZIO

La gestione delle criticità nella competizione sportiva

Roma, 9 marzo 2013

Centro Tecnico Federazione Italiana Bocce

Via del Pianeta Mercurio 70 Roma

Obiettivi

Ogni sportivo trascorre gran parte della propria carriera impegnato ad allenarsi per accumulare un certo livello di competenza. Giunto al momento della gara il risultato finale dipenderà ovviamente dal livello assoluto di competenza sviluppate, ma anche da quello relativo. Quanta di quella competenza acquisita in allenamento verrà effettivamente sfruttata durante la gara? Quale sarà il livello di espressione del proprio potenziale? Solo la capacità di gestire bene se stessi e la propria emotività, sia prima che durante lo svolgimento di prove importanti, consente di raggiungere ottimi risultati. Nei momenti topici vince chi ha i nervi più saldi, chi rimane più concentrato, chi non cede alla paura, chi non si fa sopraffare dalla pressione e dall'ansia ... insomma chi non "perde la testa" e la usa invece per vincere. Il corso oltre a fare alcune riflessioni su come affrontare i momenti importanti durante la competizione agonistica, vuole fornire gli "strumenti pratici" per affrontarli al meglio e gestirli con tranquillità.

Quota di partecipazione

Euro 30,00 comprensivi dei materiali didattici e del pranzo. Le spese di viaggio e alloggio sono a carico dei partecipanti.

Attestato di partecipazione

A tutti coloro che hanno frequentato regolarmente il corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione al corso di formazione: *"La gestione delle criticità nella competizione sportiva"*.

Informazioni

Le domande di partecipazione dovranno essere compilate in base al fac simile riportato in ultima pagina e pubblicato sul sito www.federbocce.it/comitati/lazio e dovranno pervenire entro il 5 marzo 2013. Per richiedere maggiori informazioni rivolgersi al Comitato Regionale Fib Lazio via Flaminia Nuova 830, 00191 Roma Tel. 0636856393, fax 0636856323 email lazio@federbocce.it oppure a D'Onofri Maria Ostilia Tel. 3381993324.

PROGRAMMA

Ore 9,00: Accoglienza dei partecipanti

Ore 9,15: Apertura del corso e saluto da parte del Presidente del Comitato Regionale Fib Lazio Vincenzo Santucci

Ore 9,30: La gestione degli stati d'animo: la fisiologia

Ore 10,30: Pausa

Ore 11,00: La gestione delle criticità nella competizione sportiva

Ore 13,00: Pranzo

Ore 15,00: La gestione degli stati d'animo: il focus mentale

Ore 17,00: Relazioni di chiusura e conclusioni

TRAINER:

Roberto Tasciotti: dirigente scolastico; psicologo dello sport; docente della Scuola dello Sport Coni Lazio.

Roberto Gabriele: laureato in giurisprudenza; ha frequentato la scuola per coach; Master Practitioner in Programmazione Neuro Linguistica; collabora con l'Accademia dei Coach nell'organizzazione di corsi di crescita e di allenamento mentale; allievo diretto di Marco Valerio Ricci, già preparatore mentale della Nazionale Italiana di Rugby; vice presidente Comitato Regionale Fib Lazio.

AL COMITATO REGIONALE LAZIO
FEDERAZIONE ITALIANA BOCCE
Via Flaminia Nuova 830
00191 Roma

Il sottoscritto _____ presidente dell'Associazione Sportiva Dilettantistica _____ comunica che i sottoelencati dirigenti parteciperanno al Corso di Formazione "*La gestione delle criticità nella competizione sportiva*" che si svolgerà a Roma sabato 9 marzo 2013:

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____

Distinti saluti.

IL PRESIDENTE