

# DOSSIER

## JORNADA DE ACTUALIZACIÓN EN PSICOLOGÍA DEPORTIVA



DIPUTACIÓN DE ALMERÍA



# MENÚ



Guillermo Pérez Giménez  
Psicólogo del deporte

Autor de la Guía de Iniciación a la  
psicología para técnicos de  
escuelas deportivas municipales

Video: 1ª parte



Video: 2ª parte



Video: 3ª parte



## Video: 1ª parte



- Psicología deportiva y formación integral
- Valores, deporte y estudios. Establecimiento de objetivos



## Video: 2ª parte



- Liderazgo y estilos del entrenador
- Motivación y autoconfianza
- Creatividad y técnicas psicológicas para formación de deportistas
- Gestionar periodos de la competición deportiva



## Video: 3ª parte



- ▶ Estrés emocional. Estrés y lesiones deportivas
- ▶ Atención. Concentración y nivel de activación óptimo



*Síguenos para +INFO de las actuaciones del Servicio de Deporte de la Diputación de Almería*

