

Nome dell'organizzazione **Allenati per l'Eccellenza**

Titolo del programma **Mental Coaching Sportivo**

Tipologia del programma
 Livello 1
 Livello 2
 Livello 3
x CCE 20 { 5 CC + 15 RD }

Codice ICF Global identificativo del programma

Durata in ore del programma **40**

Descrizione del programma
 min 1500
 max 2500 spazi esclusi

Lo Sport Coaching è un percorso attraverso il quale un coach accompagna un coachee (un singolo atleta, l'allenatore, lo staff tecnico, l'intera squadra) a raggiungere con efficacia la migliore prestazione "la peak performance" specificando gli obiettivi individuali ed i risultati desiderati mantenendo focus sugli obiettivi del gruppo, della squadra, del team, della collettività. L'allenamento mentale nello sport è importante per sviluppare e/o allenare quelle abilità (concentrazione, motivazione, gestione delle emozioni) che consentono all'atleta di superare gli ostacoli, le difficoltà che intravede ed esplorare nuove possibilità al fine di raggiungere la migliore prestazione, utilizzando tutto il suo potenziale. Il coaching nello Sport può essere applicato non solo per allenare la mente dell'atleta, ma anche per tutte le figure che fanno parte dello staff di un singolo oppure di una squadra:

Sport Mental Coach Professionisti | Per tutti i coach che intendono operare nel mondo dello sport partecipando ai moduli specifici della Sport Wave Edition, ottenendo così la certificazione internazionale con i CCE (Continuing Coach Education) di ICF, la possibilità di arricchire il proprio curriculum per affermarsi nel mercato e l'ingresso in un network di professionisti con i quali confrontarsi sulle tematiche inerenti l'applicazione del coaching nelle performance degli sportivi.

Dirigenti | Migliorare la comunicazione efficace, la gestione delle relazioni, la gestione dello stress, la gestione del tempo e delle risorse sono tra le abilità che possono essere sviluppate ed allenate da parte della dirigenza utilizzando alcuni degli strumenti offerti dal coaching applicato allo sport.

Allenatori | Allenare competenze di coaching può rappresentare un utile strumento di supporto per l'allenatore, per il Mister che rappresenta la figura di riferimento del team, è consapevole dell'importanza che ha l'allenamento mentale dell'atleta, la visione comune (i valori-identità) della squadra per il raggiungimento degli obiettivi di prestazione e di risultato.

Preparatori atletici-staff tecnico | Il coaching applicato allo sport può allo stesso tempo supportare lo staff tecnico che si trova a lavorare a stretto contatto con l'atleta e con l'allenatore.

Atleti e sportivi | L'allenamento mentale accompagnato all'allenamento tecnico facilita la crescita emotiva dell'atleta, lo prepara a gestire la gara affinché possa realizzare la migliore performance, consapevole di tutto il suo potenziale. Il Coaching applicato allo sport facilita lo sviluppo del carattere, della personalità e del mindset vincente, l'atleta lavorerà sulla motivazione intrinseca della resilienza e della perseveranza. Imparerà a ristrutturare un evento ed interpretare il feedback come strumento di correzione per raddrizzare il tiro e migliorare. Il Coaching ha un impatto positivo sulla vita dell'atleta partendo dal presupposto che non si può prescindere da chi si è dentro e fuori dal terreno di gioco, qualunque esso sia.

Genitori dell'atleta | Essere genitori di un atleta è oggi giorno sempre più impegnativo dal punto di vista mentale, ci si chiede come supportarli, motivarli, al tempo stesso comprendere come gestire il proprio ruolo al fine di evitare quei condizionamenti che lasciano poco spazio al talento di realizzarsi da sé.

Lingua del programma	italiano
Località di svolgimento del programma	online sincrono al 100%
Date del programma	febbraio/aprile 2024 agosto/ottobre 2024
Data iniziale di approvazione del programma	1 febbraio 2024
Data di scadenza di approvazione del programma	28 febbraio 2025
Link al programma sul sito di ICF Global	https://apps.coachingfederation.org/eweb/dynamicpage.aspx?webcode=ess&pid=10805
Sede e contatti dell'organizzazione	Allenati per l'Eccellenza info@allenatiperleccellenza.com tel. 0039 347 565 86 87