

Corso Di Formazione CAPDI-ATIEF NUOVI ORIZZONTI PER LE SCIENZE MOTORIE 9^ EDIZIONE PIATTAFORMA Sofia ID 103060

Pillole di psicologia applicata all'attività motoria- sportiva

**come i processi mentali influenzano la performance
e come il movimento migliora il benessere psichico**

Nel contesto attuale emerge con sempre maggiore evidenza un depotenziamento delle abilità cognitive nei giovani: lo sport e l'attività motoria da sempre sono esperienze che hanno funzione di protezione, di prevenzione e di potenziamento di tutte quelle funzioni che necessitano di essere sviluppate e incrementate proprio nel periodo della preadolescenza e dell'adolescenza (attenzione, concentrazione, memoria ...).

Le funzioni cognitive che verranno sperimentate saranno principalmente:

- **La percezione**, che permette di attribuire significato agli stimoli sensoriali;
- **L'attenzione**, responsabile della selezione e del mantenimento delle informazioni rilevanti;
- **La memoria**, coinvolta nei processi di codifica, immagazzinamento e recupero delle esperienze;
- **Le funzioni esecutive**, che comprendono pianificazione, controllo inibitorio, flessibilità cognitiva e problem solving.

La nostra materia si pone come un baluardo didattico fondamentale ed il corso ha l'obiettivo di focalizzare proprio il ruolo centrale e privilegiato dell'attività motoria ai fini della crescita personale delle nuove generazioni.

DOCENTI:

- Prof.ssa Marcella Bounous, psicologa dello sport, docente universitaria, Responsabile Corso Alta Formazione in Psicologia dello Sport, formatrice CONI, Past President dell'Associazione Italiana Psicologi dello Sport, consulente di numerose Federazioni ed Enti Sportivi;
- Dr. Marco Montesano, psicologo dello Sport, docente Corso Alta Formazione in Psicologia dello Sport IUSVE, Allenatore FIP.

SEDE DEL CORSO: aule e palestra dell'Istituto Tecnico Superiore "Mazzotti" di Treviso, Via Tronconi 1 (fronte Isis Palladio);

CALENDARIO E CONTENUTI IN SINTESI:

- MODULO 1 (2,5 ore): **venerdì 6 marzo 2026 dalle 15:00 alle 17:30** – introduzione e presentazione dei principali contenuti teorici attraverso modalità frontale, con momenti di confronto guidato; *la partecipazione al modulo 1 è obbligatoria per poter accedere ai moduli 2 e 3;*
- MODULO 2* (2,5 ore): **martedì 17 marzo 2026 dalle 15:00 alle 17:30** – svolgimento di esercizi pratici mirati, accompagnati da brevi momenti di debriefing per favorire la riflessione sull'esperienza e la consapevolezza dei processi cognitivi attivati;
- MODULO 3* (2,5 ore): **venerdì 27 marzo dalle 15:00 alle 17:30** – attività pratiche applicate all'attività motoria e alle pratiche sportive, finalizzate al trasferimento delle competenze apprese in contesti di movimento e gioco strutturato.

(*): a supporto della formazione pratica verranno utilizzate le Sportlight, un sistema di luci led interattive e senza fili, che si collegano ad una App fornendo in tempo reale i valori e i dati dell'esercizio svolto.

Verranno altresì presentate delle attività utilizzando palline facilmente fruibili, funzionali all'allenamento dell'integrazione emisferica.

A tutti i partecipanti è chiesto di portare con sé 3 palline rimbalzanti (vedi foto) oppure 3 normali palline da tennis.



NUMERO MINIMO: il corso verrà attivato al raggiungimento del numero minimo di 15 partecipanti.

NUMERO MASSIMO: accedono di diritto al corso i primi 40 che avranno compilato in ogni sua parte il modulo google di adesione. Per le iscrizioni oltre la quarantesima verrà aperta una lista d'attesa. La nostra segreteria avrà cura di confermare l'accettazione al corso e di avvisare in caso di over booking.

COSTI E MODALITA' DI PAGAMENTO:

- 1) ISCRIZIONI TRAMITE PIATTAFORMA SOFIA (**ID 103060**) – PAGAMENTO SHOP SPAGGIARI: EURO 50,00 – Questa opzione è riservata a chi vuole utilizzare il buono generato con la carta del docente iscrivendosi sulla piattaforma Sofia e accendendo per l'acquisto sullo Shop Spaggiari <https://web.spaggiari.eu/shop/cerca/capcpill>
– *Chi sceglie questa opzione compila comunque il Modulo Google (link qui sotto) per confermare la partecipazione, selezionando la scelta di aver pagato tramite piattaforma SOFIA;*
- 2) ISCRIZIONE DIRETTAMENTE AD ATIEF – BONIFICO BANCARIO: EURO 40,00 – Pagamento a mezzo bonifico bancario (causale iscrizione NO9) alle coordinate IBAN IT **73 J 07084 12000 000000811967** (indicare come beneficiario per esteso “Associazione Trevigiana Insegnanti di Educazione Fisica” – qualora il vostro home banking non consentisse il numero di caratteri, non riconoscendo il beneficiario, confermate comunque il bonifico) – *Anche chi sceglie questa opzione compila comunque il Modulo Google (link qui sotto) per partecipare, selezionando la scelta di aver pagato tramite bonifico bancario.*

LINK DI ISCRIZIONE AL CORSO
per tutti

<https://forms.gle/usfL3WiwXcXLQqTc9>

ADESIONE ENTRO SABATO 28 FEBBRAIO

ESONERO DAL SERVIZIO.

L'ATIEF è un'associazione della Capdi&LSM che è Ente qualificato per la formazione del personale della scuola (Decreto MPI N.14350 del 27 luglio 2007) e successivamente adeguato alla Direttiva MIUR 170/2016. Le iniziative di formazione organizzate dalla Capdi&LSM danno diritto all'esonero dal servizio nei limiti previsti dall'art.64 del CCNL “5 giorni di esonero dal servizio e con sostituzione ai sensi della normativa sulle supplenze brevi”.

RILASCIO ATTESTAZIONE: come di consueto ATIEF rilascerà apposita certificazione delle ore di partecipazione al corso di formazione.

CONTATTI

Segreteria Atief
Segreteria.atief@gmail.com

Presidente Atief Prof.ssa Lucia Innocente
newspresidente@gmail.com
cell 339 2775192