



**Servizio di Psicologia
dello Sport
e di Preparazione
Mentale Kinè**

kine-fisio.it

Un nuovo esclusivo servizio Kinè dedicato allo Sport

Nasce per supportare gli **atleti e le società sportive del territorio** nel prepararsi al meglio alle sfide agonistiche che li vedono impegnati.

Si tratta di un **servizio psicologico specifico per lo sport** in supporto del raggiungimento dei traguardi personali e della squadra.

OBIETTIVI

- 1. Ottimizzare** l'approccio alla partita e la prestazione del singolo atleta.
- 2. Facilitare** la gestione del gruppo da parte dello staff tecnico
- 3. Bilanciare** il miglioramento della performance sportiva nel breve termine e lo sviluppo dell'atleta nel lungo termine.

A CHI È RIVOLTO

Il servizio è rivolto in primis:

- 1. Alle società sportive** che vogliono incrementare le prestazioni delle proprie squadre.
- 2. agli allenatori** interessati a sviluppare conoscenze e competenze che rendano più efficace il proprio lavoro nella pratica quotidiana.
- 3. agli atleti** per migliorare il loro approccio alle partite, migliorare il loro apporto al gruppo e ottimizzare quindi la loro performance atletica.



Dott.ssa Francesca Corocher
psicologa dello sport e preparatrice mentale
FIT, consulente Poliambulatorio Kinè.

INTERVENTI INCLUSI NEL SERVIZIO

- 1. Analisi dei Bisogni:** Colloqui preliminari con dirigenti e staff tecnico volti a individualizzare l'intervento sulla base delle specifiche esigenze della squadra.
- 2. Formazione dedicata all'allenatore:**
 - a. il ruolo chiave dell'Allenatore: Sviluppo delle abilità psicologiche e relazionali legate alla figura del Tecnico.
 - b. dinamiche di Gruppo: Gestione dei processi di gruppo e promozione della coesione di squadra.
 - c. allenare l'Atleta: Sviluppo del talento e strategie di regolazione delle emozioni, gestione dell'errore, controllo dell'attenzione.
- 3. Incontro con la Squadra:** Team Building o Preparazione Mentale di Squadra.
I colloqui preliminari e gli incontri si svolgeranno presso i locali in uso alla società sportiva
Gli incontri avranno una durata di 1.30 h circa.

COSTI DI ACCESSO AL SERVIZIO

Ciascuna delle 5 attività di consulenza ha un costo di 120€.

Per le società che faranno richiesta di accedere interamente a questo esclusivo servizio, il costo forfettario sarà di 300 € per tutte le 5 attività sopra descritte.

Ulteriori servizi attivabili in convenzione sono:

- 1. Consulenze Individuali** (presso il Poliambulatorio Kinè)
- 2. Consulenza annuale forfettaria** (presso il Poliambulatorio Kinè): colloqui di analisi dei bisogni, intervento e follow-up rivolti ad atleti e membri dello staff (3 colloqui per atleta)
- 3. Preparazione mentale di gruppo:** incontri di 1 h con tutta la squadra

Approfondimento

SETTORE GIOVANILE

Oggi più che mai lo sport è fondamentale per la crescita dei giovani, non solo perché fornisce occasioni di movimento ma anche perché le sfide che i ragazzi incontrano in campo contribuiscono a sviluppare abilità psicologiche centrali nella vita di tutti i giorni.

Diventare atleti esperti richiede passione e perseveranza, ecco perché lo sviluppo dei talenti sportivi è un processo a lungo termine fortemente legato alla capacità del contesto di **sostenere gli atleti** nell'affrontare con successo le diverse fasi della crescita sportiva.

La fatica nel conciliare impegni scolastici e sportivi, la specializzazione sportiva precoce e le difficoltà nella relazione con l'allenatore spingono sempre più ragazzi ad abbandonare la pratica sportiva in giovane età: ecco che alle società sportive è affidata l'importante sfida di **creare nuovi stimoli per riavvicinare i giovani allo sport**.

AGONISMO

Nonostante la componente mentale sia largamente riconosciuta come un fattore essenziale per raggiungere una prestazione sportiva ottimale, allo stesso tempo è uno degli elementi più trascurati.

Numerosi studi uniti all'esperienza sul campo hanno mostrato come **l'allenamento mentale permetta all'atleta di esprimere al meglio la propria preparazione** atletica, tecnica e tattica, e in situazioni di pressione agonistica sia essenziale per eseguire prestazioni costantemente performanti.

Negli sport di squadra si inserisce un ulteriore livello di complessità, poiché è possibile raggiungere una prestazione sportiva ottimale solo se gli atleti interagiscono in maniera coordinata verso un obiettivo condiviso. Quindi le relazioni tra i giocatori possono costituire un importante facilitatore o, al contrario, un limite delle probabilità di successo.

METODO

Il metodo di lavoro utilizzato integra le recenti evidenze empiriche nel campo della psicologia dello sport con le conoscenze derivate dal lavoro sul campo, adattando l'intervento alle specifiche caratteristiche dell'atleta e dell'allenatore.

SEDE DI TREVISO

KINÈ S.R.L.

Via della Quercia, 2/B - 31100

Treviso - TV - Italia

treviso@kine-fisio.it

0422 1840888



kine-fisio.it

**poliambulatorio di
fisioterapia
ortopedia
analisi del movimento**