

# Master Allenatori

COACH

## PROGRAMMA

### Contesto

- Lo sport come contesto di crescita personale
- Conoscere le caratteristiche delle nuove generazioni di ragazzi e genitori
- L'importanza dell'esempio

### Consapevolezza di sè

- Che allenatore sono?
- Quale leadership utilizzo: conoscere i differenti stili di leadership e le loro caratteristiche
- Imparare a praticare l'ascolto attivo
- Stili comunicativi

### Coach in Campo

- Motivazione dell'atleta e della squadra
- Creare un clima positivo per favorire la performance
- Come costruire una mentalità di crescita nell'atleta/squadra per gestire errori, frustrazioni e sconfitte
- Obiettivi di risultato VS Obiettivi di Prestazione
- L'autostima

### Strumenti di mental coaching per allenatori

- Creazione di un piano di sviluppo per la propria squadra

## METODOLOGIA

Il master prevede una metodologia pratica ed esperienziale dove i partecipanti saranno coinvolti in prima persona attraverso questionari, lavori di gruppo e analisi di casi reali.

## DURATA

4 incontri da 2h cad.



**MindTO**  
PEOPLE | GROW | PERFORMANCE