

Certifierad Mental Idrottscoach

MODUL 1

Idrottspsykologi
Motivationsmodeller
Socialisering och idrott
Kön och idrott
Kvinnliga och manliga aktiviteter
Karriär inom idrotten och efter

MODUL 2

Grupprestationer
Gruppsammanhållning
Ledarskap
Ledarskapsperspektiv
Kommunikation

MODUL 3

Idrottspecifika tester
Syftet med tester
Prestations ångslan och oro
Självförtroende och affirmationstekniker
Koncentrations tekniker
Mental träning
Mental coaching
Etik



Målet med utbildningen

Målet med utbildningen är att studenten efter fullgjord utbildning tillägnat sig de kunskaper som krävs för ett kvalificerat och självständigt arbete inom området.

Behörighetskrav

Inga särskilda behörighetskrav

Bedömningskriterier

Efter genomförd utbildning, med godkänt resultat på samtliga inlämningsuppgifter och prov erhåller studenten ett certifikat. Huvudläraren för utbildningen är den som examinerar studenten.

Examensbenämning

Certifierad Mental Idrottscoach

Utbildningens omfattning

Studierna bedrivs i valfri studietakt och omfattar ca 3 veckors heltidsstudier.