

Psyykinen valmentaja

MODUULI 1

Urheilupsykologia
Motivaatiomallit
Urheilu ja sosiaalinen terveys
Sukupuoli ja urheilu
Aktiviteettien sukupuolijakauma
Urheilu-ura
Urheilu-uran lopettaminen

MODUULI 2

Ryhmäsuoritukset
Ryhmähenki
Johtajuus
Johtajuuden näkökulmat
Viestintä

MODUULI 3

Urheilukohtaiset testit
Testien tarkoitus
Suorituspainet ja ahdistus
Itsetunto ja sen vahvistustekniikat
Keskittymistekniikat
Psyykeen harjoittelu
Psyykeen valmentaminen
Etiikka



Koulutuksen tavoite

Koulutuksen tavoitteena on, että opiskelija on koulutuksen suoritettuaan omaksunut tarvittavat tiedot pätevään ja itsenäiseen työskentelyyn alalla.

Pääsyvaatimukset

Ei erityisiä pääsyvaatimuksia.

Arviointikriteerit

Hyväksytysti suoritettuaan kaikki tehtävät ja kokeet, opiskelija saa todistuksen. Koulutuksen pääopettaja on se, joka arvioi opiskelijan.

Tutkintonimike

Psyykinen valmentaja

Koulutuksen laajuus

Opinnot suoritetaan valitussa tahdissa ja ne kattavat noin 3 viikkoa täysipäiväisinä opintoina.