



حفظ اعتماد به نفس در ورزش

مشخصات کارگاه

اهداف کارگاه:

- الف) زمینه های ایجاد اعتماد به نفس
- ب) راه های حفظ اعتماد به نفس و تمرینات مربوط
- ج) اثرات اعتماد به نفس بر عملکرد ورزشی

مدت زمان کارگاه: ۴ ساعت تاریخ و ساعت برگزاری: سه شنبه ۲۷ آذر ماه ۱۴۰۳ از ۰۸:۰۰ الی ۱۲:۰۰

نحوه ارائه: حضوری غیر حضوری نوع آموزش: کوتاه مدت میان مدت

جامعه هدف آموزش تخصصی: ورزشکاران رشته های مختلف ورزشی

پیش نیاز علمی شرکت کنندگان: بدون نیاز به پیش نیاز

منابع: کتاب های روان شناسی ورزش، از جمله کتاب مبانی روان شناسی ورزش و تمرین

مبلغ ثبت نام: ۳/۵۰۰/۰۰۰ ریال آخرین مهلت ثبت نام: سه شنبه ۱۴۰۳/۰۹/۲۰ ساعت ۱۳:۰۰

شماره شبا جهت واریز وجه: ۶۷۳۹۴۹۲۸۸۶ IR۹۱۰۱۲۰۰۰۰۰۰۰۰ نزد بانک ملت شعبه دولت بنام کمیته ملی المپیک

شماره حساب جهت واریز وجه: ۶۷۳۹۴۹۲۸۸۶ نزد بانک ملت شعبه دولت بنام کمیته ملی المپیک

محل برگزاری (ویژه شرکت کنندگان حضوری): تهران، خیابان ولیعصر، ابتدای بزرگراه هاشمی رفسنجانی(نیایش)،

خیابان سئول شمالی، ورودی غربی مجموعه ورزشی انقلاب، انتهای خیابان هشتم

ارزشیابی: دارد ندارد گواهی نامه: دارد ندارد

**** توجه ****

- ۱- تنها کانال اطلاع رسانی به شرکت کنندگان، وب سایت آکادمی ملی المپیک می باشد. لذا لازم است جهت اطلاع از هر گونه تغییر در برنامه، مرتباً به وب سایت آکادمی ملی المپیک مراجعه نمایید.
- ۲- جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۲۶۲۱۶۱۹۵ مرکز آموزش و شماره ۲۶۲۱۶۱۹۱ مرکز روانشناسی تماس حاصل نمایید.

سرفصل‌ها، زمان بندی و مدرسان:

مشخصات مدرس		سرفصل مطالب و زمان بندی	
تخصص	نام و نام خانوادگی	مدت	عنوان سرفصل
روانشناس ورزشی	کیمیا مصطفوی	۴ ساعت	اعتماد به نفس