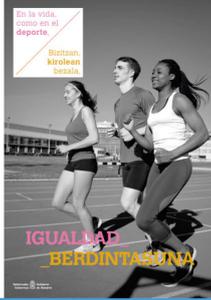




Gobierno de Navarra
Nafarroako Gobernua



Instituto Navarro del Deporte
Nafarroako Kirolaren Institutua

FORMACIÓN EN VALORES

INSCRIPCIONES: Del 12 al 26 de octubre de 2020

Todas las ponencias serán transmitidas en directo (*streaming*) con una duración de 90 minutos, donde tendrás la oportunidad de escuchar la ponencia y realizar preguntas de interés. Las charlas-coloquio se grabarán y se subirán al canal de YouTube del IND.

AVISO: en el formulario de inscripción puedes plantear tus preguntas con antelación, que el/la ponente recibirá y podrá contestar en la videoconferencia.

IMPORTANTE: en estas formaciones, antes de comenzar la videoconferencia, se avisará de la grabación de la misma, si el/la ponente está de acuerdo. Se recomienda apagar el micrófono hasta que se haga el turno de preguntas y la cámara si no quieres salir en imagen.



Miércoles, 4 de noviembre a las 17h.

JAVIER MORENTIN

**HABILIDADES SOCIALES Y
TÉCNICAS DE RESOLUCIÓN DE
CONFLICTOS EN EL DEPORTE.**

Inscripción



Miércoles, 11 de noviembre a las 17h.

PAULA REMÍREZ

**USO DE LAS REDES SOCIALES EN
EL DEPORTE Y EL TRATAMIENTO
DESDE EL RESPETO Y LA
IGUALDAD.**

Inscripción



Miércoles, 18 de noviembre a las 17h.

BORJA ABAD

Inscripción



**EL DEPORTE COMO HERRAMIENTA
PARA EL DESARROLLO DE LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL.**



Miércoles, 25 de noviembre a las 17h.

LIDÓN SORIANO

Inscripción



**SUELO PÉLVICO: HERRAMIENTA
DE EQUIDAD, MEJORA DEL
RENDIMIENTO Y SALUD.**





En la vida,
como en el
deporte.

Bizitzan,
kirolean
bezala.

HABILIDADES SOCIALES Y TECNICAS DE RESOLUCION DE CONFLICTOS EN EL DEPORTE.

JAVIER MORENTIN

Objetivos	1. Conocer qué son y cómo mejorar las habilidades sociales. 2. Conocer cómo objetivar la comunicación. 3. Conocer técnicas de resolución de conflictos.
Contenidos	En esta charla se trabajan dos líneas que son complementarias: habilidades sociales y técnicas de resolución de conflictos. Se presentarán habilidades como la empatía, la escucha activa, el reconocimiento de las emociones, la asertividad. Todo ello, de forma práctica, para (re)conocernos y adentrarnos más adelante con técnicas de gestión de conflictos.

USO DE LAS REDES SOCIALES EN EL DEPORTE Y EL TRATAMIENTO DESDE EL RESPETO Y LA IGUALDAD

PAULA REMÍREZ

Objetivos	1. Conocer las redes sociales y sus posibilidades. 2. Manejar las imágenes desde un tratamiento respetuoso. Mejorar las relaciones de grupo.
Contenidos	Reciclado en protección de datos. Redes sociales para un mayor alcance informativo. Uso de las redes sociales para una participación activa y positiva.

SUPERACIÓN
HOBETZEKO GRINA

146

Navarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

**CIERRE DE
INSCRIPCIÓN**

26/OCTUBRE/2020



Formulario de evaluación

EL DEPORTE COMO HERRAMIENTA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

BORJA ABAD

Objetivos	1. Identificar qué es la competencia socio-emocional y los beneficios en el desarrollo integral de las personas. 2. Reconocer en la práctica deportiva una herramienta para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en todas sus competencias. 3. Incorporar propuestas para desarrollar la competencia socio-emocional en los diferentes ámbitos deportivos
Contenidos	¿Qué es la I.E.? ¿Qué es la Educación Emocional? Beneficios en el desarrollo integral de la persona/deportista. Relación entre salud y competencia socio-emocional. La I.E. como herramienta de prevención de riesgos asociados a la salud. El deporte como herramienta para el desarrollo de la I.E.

En la vida,
como en el
deporte.

Bizitzan,
kirolean
bezala.



COMPAÑERISMO
LAGUNTASUNA

Navarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

SUELO PÉLVICO: HERRAMIENTA DE EQUIDAD, MEJORA DEL RENDIMIENTO Y SALUD

LIDÓN SORIANO

Objetivos	1. Conocer la importancia de la musculatura del suelo pélvico como herramienta de mejora del rendimiento deportivo, desde la evidencia científica. 2. Comprender la necesidad de integrar la musculatura del suelo pélvico en el entrenamiento físico, fundamentalmente para las mujeres. 3. Aprender la correcta secuencia de activación muscular en los gestos deportivos, para prevenir lesiones y disfunción
Contenidos	Conocimiento de la musculatura del suelo pélvico y sus sinergias con la musculatura de la faja abdominal y multifidus, como herramienta de mejora del rendimiento deportivo. Integración de la musculatura del suelo pélvico y correcta activación de la musculatura abdominal. Aprendizaje de la importancia de la corrección postural y cómo conseguir su mejora para trasladarla al entrenamiento deportivo. Adecuado Timing de activación muscular para la prevención de lesiones