

 <p>Real Federación Española de Tiro con Arco</p>	<h1>CIRCULAR INFORMATIVA</h1>	 <p>Consejo Superior de Deportes</p>
	<p><b>CURSO DE ESPECIALISTA PSICOLOGÍA APLICADA AL TIRO CON ARCO ZARAGOZA, 17 y 18 de JUNIO de 2023</b></p>	

**“Mejora tu rendimiento como entrenador y/o arquero, tanto en entrenamiento como en competición, optimizando tus recursos y habilidades psicológicas aplicadas al tiro con arco”**

La RFETA, en colaboración con la Federación Aragonesa de Tiro con Arco, dentro de su plan de formación continua, y con la intención de ampliar la oferta formativa para nuestros técnicos y deportistas, convoca este Curso de Especialista en Psicología Aplicada al Tiro con Arco (en todas las modalidades). Además, la realización de este curso es válida como parte del plan formativo a cursar para la obtención de la titulación de Entrenador RFETA, siempre y cuando se cumplan con los requisitos previos establecidos. Toda la información a este respecto está disponible en la Normativa RFETA 1704 (Formación de Técnicos RFETA).

El curso se desarrollará intercalando aspectos teóricos con dinámicas y ejercicios prácticos que se pueden aplicar en la práctica diaria del entrenamiento y la competición en el tiro con arco. Por ello, recomendamos que los asistentes traigan su propio equipo de tiro (aquellos técnicos que no estén en activo como deportistas, si lo desean, pueden traer un equipo de tiro con arco de iniciación para hacer las prácticas).

El nivel del curso se encuadra dentro de la tecnificación deportiva de la RFETA.

Aquellos que participen en este curso podrán:

- conocer qué variables psicológicas intervienen y cómo influyen en el rendimiento deportivo
- mejorar sus resultados deportivos a través del aprendizaje de diferentes técnicas psicológicas aplicables a este deporte (control del nivel de activación, mejora de la concentración, establecimiento de rutinas, relajación, etc.)
- aumentar la eficiencia de los entrenamientos, mejorando su motivación y el control de la atención
- establecer una rutina de tiro personalizada y conocer los beneficios que ésta les puede aportar
- resolver las dudas y/o problemas que les hayan surgido a este respecto durante su experiencia como entrenadores y/o deportistas

## 1. LUGAR Y FECHAS DE CELEBRACIÓN

Este curso se celebrará los días **17 y 18 de junio de 2023**, en las instalaciones del club de Tiro Zaragoza.

Dirección: C/ de Fray Julián Garcés, 108 - 50007 Zaragoza

Ref.	RF2223032	Fecha	28-04-2023	Nº Circular	032/22-23	Página	1 de 3
------	-----------	-------	------------	-------------	-----------	--------	--------

 <p>Real Federación Española de Tiro con Arco</p>	<h1>CIRCULAR INFORMATIVA</h1>	 <p>Consejo Superior de Deportes</p>
	<p><b>CURSO DE ESPECIALISTA PSICOLOGÍA APLICADA AL TIRO CON ARCO ZARAGOZA, 17 y 18 de JUNIO de 2023</b></p>	

## 2. CALENDARIO PREVISTO

- **Sábado 17 de junio:** de 10:00 a 14:00 y de 15:30 a 20:30 horas (9 horas)
- **Domingo 18 de junio:** de 9:00 a 14:00 (5 horas)

Total: **14 horas** de duración.

## 3. INSCRIPCIONES

Podrán inscribirse todas aquellas personas que tengan licencia de técnico (monitor, entrenador o entrenador superior) y/o deportista RFETA en vigor, así como otras personas relacionadas con el tiro con arco (psicólogos, fisioterapeutas, etc.).

La edad mínima recomendada para la asistencia a este curso es de 15 años.

- Las inscripciones se realizarán en el siguiente enlace:

<https://www.federarco.es/competiciones/eventos/inscripciones-online>

- **Plazo de inscripción:** el plazo de inscripción se abrirá el **miércoles 3 de mayo a las 12:00** y se cerrará **el domingo 28 de mayo a las 23:59 horas** (horario peninsular). Las plazas serán asignadas por riguroso orden de inscripción.
- El importe de la inscripción es de **70,00 €** por asistente.
- El número máximo de alumnos será de **diez (10)**.

En el caso de que el número de alumnos inscritos sea inferior a 5, la RFETA se reserva el derecho realizar o no este curso, devolviendo los importes de la inscripción en ese caso.

## 4. PROFESORADO DEL CURSO

**Carlos Morillo Prats:** licenciado en Psicología, Máster en Psicología Deportiva, Máster en Coaching y Liderazgo deportivo, Entrenador Superior RFETA y Director Técnico del Centro de Tecnificación Especializado de tiro con arco de Baleares).

Ref.	RF2223032	Fecha	28-04-2023	Nº Circular	032/22-23	Página	2 de 3
------	-----------	-------	------------	-------------	-----------	--------	--------

 <p>Real Federación Española de Tiro con Arco</p>	<h2 style="margin: 0;">CIRCULAR INFORMATIVA</h2> <h3 style="margin: 0;">CURSO DE ESPECIALISTA PSICOLOGÍA APLICADA AL TIRO CON ARCO ZARAGOZA, 17 y 18 de JUNIO de 2023</h3>	 <p>Consejo Superior de Deportes</p>
--	--	---

## 5. CONTENIDOS DEL CURSO

- El tiro de una flecha desde el punto de vista psicológico.  
Las fases y los distintos pasos en el tiro de una flecha.
- Establecimiento de rutinas en el tiro de una flecha.  
Estrategias psicológicas para el control de la atención y mejora del rendimiento.
- Variables psicológicas implicadas en el rendimiento deportivo.  
Funcionamiento psicológico del arquero en competición.
- Técnicas psicológicas para la mejora de la motivación, la confianza, y el control del estrés, tanto en el entrenamiento como en la competición.
- Técnicas para el control de la ansiedad durante la ejecución del tiro, evitando los sustos y espasmos.
- La fiebre del amarillo: ¿qué es?, ¿cómo se produce?, ¿cómo prevenirla y erradicarla?
- Ejercicios técnicos para la mejora atencional y mejora de las habilidades de los deportistas.
- Etc.

## 6. INFORMACIÓN ADICIONAL

Para obtener cualquier información adicional en relación con el curso, podéis contactar con nosotros a través de la siguiente dirección de correo electrónico:

[formacion@federarco.es](mailto:formacion@federarco.es)

Madrid, 28 de abril de 2023  
Rifaat Chabouk Jokhadar  
Secretario General RFETA

Ref.	RF2223032	Fecha	28-04-2023	Nº Circular	032/22-23	Página	3 de 3
------	-----------	-------	------------	-------------	-----------	--------	--------