



Pérez Guillorme, Ana Cruz

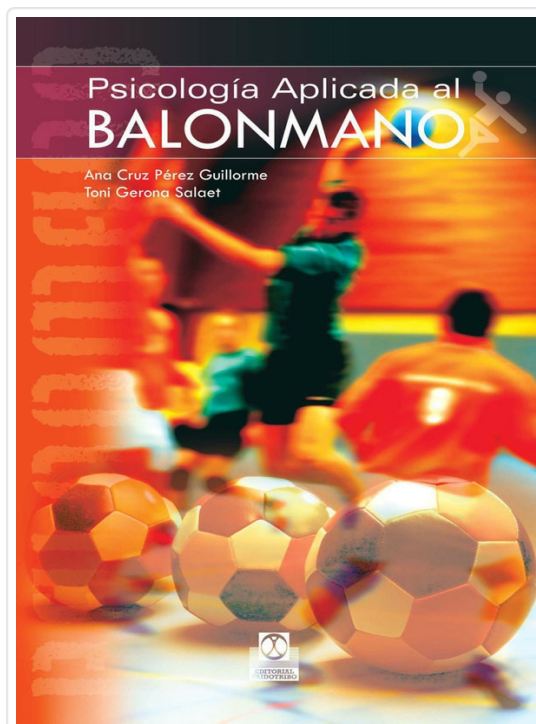
Psicología aplicada al balonmano

Cuando todos los equipos tienen jugadores a los que se prepara metódicamente para el éxito, donde el nivel físico y el técnico actúan de una forma complementaria, el aspecto psicológico será básico y determinante para decidir qué equipo conseguirá la victoria. El entrenador, si no dispone de un psicólogo profesional deberá conocer algunas técnicas que poco tienen que ver con las defensas abiertas, los lanzamientos en rectificado o la resistencia anaeróbica.

Este libro presenta las habilidades psicológicas implicadas en la práctica del balonmano, además de resaltar la influencia que estos aspectos psicológicos tienen sobre el rendimiento deportivo del jugador. Con un lenguaje claro y conciso se tratan conceptos como la activación, la concentración y atención, la confianza, la toma de decisiones, la cohesión de grupo, la motivación, entre otros. Asimismo, numerosos casos prácticos aplicados a jugadores o entrenadores ejemplifican los conceptos desarrollados.

Ana Cruz Pérez Guillome es licenciada en Psicología por la Universidad de Barcelona y Máster en Psicología de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Autónoma de Barcelona.

Toni Gerona Salaet es licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte...



Editorial	Paidotribo
Col·lecció	Psicología Deportiva
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	170
Mida	150x215x mm.
Pes	300
Idioma	Español
Tema	<Pendiente de asignación>
EAN	9788480199780
PVP	20,90 €
PVP sense IVA	20,10 €

