IAD26

PROGRAMA DE
FORMACIÓN CONTINUA

El deporte en movimiento



202622

2

ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

Entrenar en la adolescencia: comprendiendo y acompañando el cambio

Junta de Andalucía
Consejería de Cultura y Deporte

Instituto Andaluz del Deporte

PRESENTACIÓN

En este curso se aborda el proceso evolutivo que experimentan los chicos y las chicas durante la adolescencia, considerando los cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales propios de esta etapa. Se parte de una revisión crítica de los mitos y realidades sobre la adolescencia, incorporando una perspectiva basada en el modelo de desarrollo positivo adolescente dentro de un enfoque ecológico-sistémico.

Asimismo, se profundiza en la construcción de la identidad en función de la edad y el género, así como en los principales retos socio-afectivos que influyen en el comportamiento y la motivación en el ámbito deportivo.

Desde un enfoque aplicado, el curso propone herramientas para el rol del/de la entrenador/a como agente educativo clave para promover el bienestar adolescente, la cohesión grupal y aplicar modelos efectivos de resolución de conflictos.

OBJETIVOS

- Identificar y comprender los principales cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales que tienen lugar durante la adolescencia, analizando cómo influyen en el comportamiento, la motivación y el rendimiento deportivo de chicos y chicas.
- Desarrollar estrategias prácticas para promover un entorno deportivo positivo que favorezca el bienestar y el desarrollo integral de los/las adolescentes.
- Aprender estrategias eficaces para la gestión y resolución de conflictos interpersonales en el equipo.

ÁREA 2 ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

202622

Acción formativa	**Entrenar en la adolescencia: comprendiendo y acompañando el cambio**
Área temática	Actividad Física y Salud
Tipología	Curso
Modalidad	*Online* en directo
Código	202622
Número de plazas	500 plazas
Fecha	19 y 26 de octubre de 2026
Lugar	*Online*
Duración	10 horas

Precio público Gratuito

Inscripciones Plazo de inscripción: hasta el 8 de octubre de 2026 inclusive

Destinatarios/as Profesionales que trabajen en entornos deportivos con personas en edad preadolescente y adolescente: médicos/as, fisioterapeutas, entrenadores/as, directivos/as, gestión administrativa, agentes y/o asesores/as.

.

Dirección Bárbara Lorence Lara.
Doctora en Psicología por la Universidad de Huelva. Profesora titular del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

Profesorado

> Bárbara Lorence Lara.
Doctora en Psicología por la Universidad de Huelva. Profesora titular del Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla.

> Jesús Maya Segura.
Doctor en Psicología por la Universidad de Sevilla. Profesor ayudante doctor del Departamento Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Sevilla. Máster en Terapia Familiar Sistémica.

> Sofía Baena Medina.
Doctora en Psicología por la Universidad de Sevilla. Profesora ayudante doctora del Departamento de Psicología de la Universidad Loyola Andalucía. Máster en Psicología General Sanitaria.

ESTRUCTURA Y CONTENIDOS

HORARIO	CONTENIDOS	PONENTES
19 DE OCTUBRE		
9:30-10:00	PRESENTACIÓN	Bárbara Lorence Lara
10:00-10:45	Percepción social de la adolescencia	Bárbara Lorence Lara
10:45-11:30	Cambios físicos y biológicos	Bárbara Lorence Lara
11:30-11:45	DESCANSO	
11:45-12:30	Cambios cognitivos	Bárbara Lorence Lara

12:30-13:30	Cambios socio-afectivos	Jesús Maya Segura
13:30-13:45	DESCANSO	
13:45-14:45	Construcción de la identidad adolescente	Jesús Maya Segura
26 DE OCTUBRE		
9:30-9:45	Revisión de aprendizajes previos	Sofía Baena Medina
9:45-10:45	Reflexión del rol de entrenador/a	Sofía Baena Medina
10:45-11:30	Estrategias para favorecer un clima de equipo positivo	Sofía Baena Medina
11:30-11:45	DESCANSO	
11:45-13:30	Estrategias de resolución de conflictos	Jesús Maya Segura
13:30-13:45	DESCANSO	
13:45-14:30	Conclusiones y evaluación final	Bárbara Lorence Lara

Junta de Andalucía
Consejería de Cultura y Deporte

Instituto Andaluz del Deporte

INSTITUTO ANDALUZ DEL DEPORTE

Avenida Santa Rosa de Lima nº 5 - 29007 Málaga
Tel.: (+34) 951 041 900 / 951 04 19 24 / 951 04 19 59 / 951 04 19 35

https://www.juntadeandalucia.es/organismos/culturaydeporte/areas/deporte/formacion-investigacion-innovacion/formacion-continua.html