

JORNADA, CONTROL DE LA ANSIEDAD EN EL DEPORTE

*El estilo de vida del deportista-entrenador junto al estrés de la vida cotidiana
es un factor importante en la aparición de este tipo de alteración*

9.30-11.00 D^a **Obdulia Tejón López**: “La incidencia de la ansiedad en el deportista/entrenador”.

Psicóloga Deportiva de deportistas de Alto Rendimiento y Alto Nivel.

Psicóloga de la Unidad de Psicología del Centro de Medicina del Deporte del CAR de Madrid de 2015 a 2024.

11.00-11.30 Pausa – Café

11.30-13.00 **Dr. Ricardo de la Vega Marcos**: “El papel del entrenador y del staff en la gestión de la ansiedad deportiva”.

Profesor Titular de la UAM- Dpto. Educación Física, Deporte y Motricidad Humana.

Profesor del Máster de Formación Permanente en Alto Rendimiento Deportivo (COE-UCAM.)

Responsable de psicología de la Federación Española de Baloncesto.

Dirigido a: Entrenadores y técnicos relacionados con el alto rendimiento y el entrenamiento deportivo.

Objetivos del Curso: Identificar las herramientas necesarias para reducir y atenuar la aparición de este tipo de alteración mejorando la relación entre el entrenador y el deportista

Metodología: Exposición teórica con espacios para la discusión con asistentes

Moderador **Dr. Ricardo Leiva**. Director de deportes del Comité Olímpico Español

JORNADA GRATUITA 3 DE OCTUBRE de 2026

UNIVERSITAT JAUME I – Salón de actos Ciencias Jurídicas y Económicas- Avda. Vicent Sos Baynat, s/n - CASTELLÓN

PLAZAS LIMITADAS. INSCRIPCIÓN PREVIA HASTA COMPLETAR EL AFORO

[HTTPS://COES.OLIMPIADA.ES](https://coes.olimpiada.es)