



institut gestalt



el ENTRENADOR EMERGENTE

CURSO SUPERIOR EN COACHING
Y LIDERAZGO APLICADO AL DEPORTE

DIRIGE: MONTSE CASCALLÓ

ENERO / JUNIO 2012

"Existe siempre un juego interior que se juega en tu mente, sea cual sea el juego al que estés jugando. El nivel de control que tengas sobre el mismo puede hacer la diferencia entre el éxito y el fracaso"

Tim Gallwey

El **coaching** es el arte que facilita el desarrollo del talento de las personas y los equipos para que puedan alcanzar los objetivos que se propongan y obtengan una vida plena y satisfactoria. El **coaching deportivo** permite, a su vez, el desarrollo integral de personas y equipos identificando, por un lado, los factores que limitan el rendimiento y proporcionando, por el otro, herramientas para afrontar con éxito la competición.

Esta formación se dirige a entrenadores, técnicos, psicólogos, coaches y personas que quieran **aprender coaching** así como desarrollar su liderazgo para acompañar a **deportistas** y **equipos** a conseguir sus objetivos, optimizando su rendimiento deportivo y mejorando su calidad de vida.

A través de la propia experiencia y el descubrimiento personal, los formadores del curso (expertos conocedores del mundo del deporte y de las técnicas más punteras en comunicación, coaching y liderazgo) guiarán a los alumnos en una vivencia personal transformadora, que los capacitará para convertirse en excelentes coaches deportivos.

La formación proporciona un potente conjunto de herramientas de gran utilidad para el entrenador actual. Así, se incluye una licencia de **Insights Discovery** por alumno, herramienta de gran valor para el autoconocimiento; se instruye sobre **PNL** y **Coaching Wingwave** aplicados al deporte y se presentan técnicas de **visualización** y de **establecimiento de objetivos** de mejora.

OBJETIVOS DEL CURSO:

- > Desarrollar líderes deportivos capaces de acompañar a deportistas y equipos en el diseño de sus objetivos, acciones y planes de mejora, gestionando su progreso y responsabilidad individual y creando entornos de confianza que muevan a la reflexión, la toma de conciencia y la acción.
- > Capacitar al alumno a utilizar de forma competente las herramientas comunicativas propias del coaching deportivo, incluyendo la escucha activa, las preguntas potentes, la forma de dar feedback y la visualización para fijar la visión de futuro.
- > Orientar al alumno hacia el descubrimiento de sus fuentes de motivación y energía, desarrollando su confianza en su propio potencial y adquiriendo nuevas competencias y habilidades.

CONTENIDOS POR MÓDULO:

1. INTRODUCCIÓN AL COACHING DEPORTIVO (4h.)

PARTE I – DESARROLLO DEL LÍDER COACH

2. AUTOCONOCIMIENTO Y CONCIENCIA DE UNO MISMO (16h.)
3. COACHING PARA DESARROLLAR EL TALENTO. NUEVAS FORMAS DE RELACIONARSE (12h.)
4. MOTIVACIÓN, LIDERAZGO y DIRECCIÓN DE EQUIPOS (20h.)

PARTE II – HERRAMIENTAS PARA UN LIDERAZGO EFICAZ

5. PNL Y COMUNICACIÓN (16h.)
6. WINGWAVE COACHING PARA EL ALTO RENDIMIENTO (16h.)
7. HERRAMIENTAS DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE (8h.)
8. CAMBIAR PARA CONSEGUIR CAMBIOS. CIERRE DEL CURSO (4h.)

Formato: Formación de **150 horas**, que incluye 96 horas presenciales en aula, prácticas entre clases, desarrollo de un proyecto personal -que se realizará durante el curso- y sesiones de coaching individual de apoyo. El alumno recibirá **un diploma acreditativo de la formación realizada** al terminar las clases y presentar el trabajo del proyecto personal.

Horario: Martes, de 18 a 22 h.

Fechas: Las clases se iniciarán el 10 de enero y finalizarán el 26 de junio de 2012.

Módulo 1 (10/1)

Módulo 2 (17/1, 24/1, 31/1, 7/2)

Módulo 3 (14/2, 21/2 y 28/2)

Módulo 4 (6/3, 13/3, 20/3, 27/3 y 10/4)

Módulo 5 (17/4, 24/4 y 8/5) (*)

Módulo 6 (15/5, 22/5, 29/5 y 5/6)

Módulo 7 (12/6 y 19/6)

Módulo 8 (26/6)

Facilitan: Xesco Espar, Montse Cascalló, Maribel Martínez de Murguía, M. Jesús Solavera, Cristina Massons, Antonia Farreras y Alex Monclús.

Requisitos de acceso:

Nivel mínimo: Conocimientos del mundo deportivo, no se requiere formación previa.

Nivel recomendado: Experiencia como entrenador deportivo.

Material didáctico: Dossier específico del curso.

Certificación: Diploma avalado por el IG de Barcelona.

Precio: 1.500 € (descuento del 15% en casos de pago avanzado y/o abono a entidades con condiciones concertadas: 1.275 €).

(*) Las clases del módulo 5 tendrán una duración de 5 horas al ser festivo el martes 1 de mayo.



Solicita Guía / Programa 2011 – 2012



Verdi 94, baixos

08012 Barcelona

Tel. 93 237 28 15

Fax 93 217 87 80

www.institutgestalt.com

coaching@institutgestalt.com

ÁREA DE COACHING

Director del Área: Vicens Olivé.

Directora de Coaching Deportivo:

Montse Cascalló.

Coordinadora: Alfonsa Guerrero.