

# POSGRADO DE COACHING DEPORTIVO



## PRESENTACIÓN

¿Qué herramientas necesitas para ser más efectivo en tu trabajo con deportistas y equipos? El coaching deportivo y la psicología del deporte se están revelando como clave para aquellos entrenadores y profesionales del deporte conscientes de que es necesario comprender y entrenar aspectos mentales de los deportistas además de su técnica, táctica y condición física.

Este curso de posgrado está dirigido a graduados y licenciados en educación física (CAFE), psicología, ciencias de la educación y otros grados que buscan ampliar su bagaje de conocimientos y sus competencias formándose en los principios y las técnicas del coaching y de la psicología del deporte aplicada, para trabajar con deportistas y equipos, para trabajar con deportistas y equipos. Durante este posgrado el alumno adquiere nuevos conocimientos y desarrolla nuevas competencias necesarias para liderar como líder-coach y poder acompañar de forma efectiva a deportistas y equipos a desarrollar su potencial e incrementar su rendimiento.

Se trata de una formación pluridisciplinar en Coaching, Psicología del deporte, PNL y Coaching Wingwave, a cargo de un equipo de profesionales altamente cualificados, todos ellos con experiencia en el mundo deportivo y formación en coaching y/o Psicología del deporte o el alto rendimiento que acompañan al alumno a vivir una experiencia formadora, transformadora, gratificante y de gran valor para su trabajo con deportistas.

El objetivo fundamental de esta formación es que el alumno adquiera conocimientos y desarrolle habilidades para liderar y desarrollar el talento de deportistas y equipos deportivos. Se anima al alumno a buscar la excelencia, aprender de la experiencia y mantenerse en mejora continua.

El alumno desarrolla las competencias comunicativas y relacionales necesarias para desarrollar el talento y optimizar el rendimiento de deportistas y equipo. Formarse como líderes-coach competentes para liderar de forma efectiva en entornos deportivos en el siglo XXI. Dominar las herramientas comunicativas propias del coaching deportivo, incluyendo la escucha activa, las preguntas potentes, la creación de confianza, dar feedback efectivo y la visualización para poder acompañar al cambio.

Al acabar esta formación, el alumno será capaz de:

Entender que es el coaching deportivo y la psicología del deporte aplicada.

Auto-conocerse mejor, especialmente su propio estilo relacional para poder comunicarse de forma más efectiva con los deportistas y los equipos.

Dominar conceptos básicos del coaching y empezar a utilizar la conversación de coaching

Comprender y poder aplicar conocimientos de psicología del deporte aplicada para desarrollar la autoconfianza y motivación de los deportistas. Cohesionar equipos.

Entrenar a deportistas y equipos comunicándose como un líder coach, posibilitando el desarrollo de su talento y la mejora del rendimiento, utilizando la conversación de coaching cuando sea pertinente.

Liderar equipos como líder-coach, aplicando técnicas de motivación de deportistas y equipos.

Aplicar conocimientos básicos de PNL en el trabajo con deportistas y también con equipos.

Entender que aporta y adquirir técnicas básicas del coaching Wingwave útiles para deportistas.

Comprender y aplicar conocimientos básicos de visualización aplicada a entornos deportivos.

Poder utilizar técnicas efectivas para acordar objetivos y conseguir el compromiso

Conocer aplicaciones reales del coaching deportivo y la psicología del deporte.

El alumno obtendrá el DIPLOMA: "POSGRADO en COACHING DEPORTIVO" por el Institut Gestalt.

Este postgrado comparte la mayoría de las clases presenciales con el curso "El Entrenador Emergente", si bien incluye contenidos adicionales específicos sobre concentración (FLUIR) y sobre cohesión de equipos, que se trabajan en clases específicas (en marzo y abril), trabajos del alumno, y también una evaluación final de los aprendizajes adquiridos. El alumno obtiene al final el título de POSGRADO en COACHING DEPORTIVO del Institut Gestalt.

## OBJETIVOS

Los objetivos generales de esta formación son:

Capacitar al alumno para liderar de forma efectiva y acompañar a deportistas y equipos a conseguir sus objetivos deportivos y personales. Animarlos a buscar la excelencia, a aprender de la experiencia y a mantenerse en mejora continua.

Desarrollar nuevas competencias, habilidades y el propio proyecto personal, creciendo como líder-coach, con el grupo y con los formadores.

Aprender a utilizar de forma competente las herramientas comunicativas propias del coaching deportivo y la psicología del deporte, la escucha activa, las preguntas potentes, el feedback efectivo, el trabajo con objetivos y la visualización, para desarrollar el potencial de deportistas y equipos.

## PROGRAMA

En el curso se imparte un programa teórico-práctico muy completo que consta de los siguientes módulos:

Módulo 1 Introducción al coaching deportivo.

Módulo 2 Autoconocimiento y conciencia de uno mismo.

Módulo 3 Coaching y psicología para desarrollar el talento

Módulo 4 Liderazgo y dirección de equipos

Clase específica: Cohesión de equipos.

Clase específica: Fluir, rendimiento óptimo

Módulo 5 PNL y Coaching Wingwave aplicados al deporte.

Módulo 6 Técnicas de visualización, gestión del entorno y trabajo con objetivos.

Módulo 7 Experiencias como Líder-coach

Prueba final de evaluación.

### METODOLOGÍA DE TRABAJO

Formación presencial, experiencial y vivencial, en clases con un grupo reducido de alumnos, que se consolida como grupo durante el curso y que facilita al alumno el proceso de adquirir y desarrollar competencias de coach para llegar a ser un líder coach y desarrollar el talento de deportistas y equipos. Un equipo de profesores altamente cualificados, guía a los alumnos en la adquisición de nuevos conocimientos y el desarrollo competencial, a través de clases prácticas, presentación de contenidos y prácticas que el alumno debe realizar durante el curso.

Metodología práctica y experiencial, aprendiendo principios muy útiles que van desde el Autoconocimiento Personal (Test Insight s Discovery) y proceso de coaching personal de dos sesiones, hasta el desarrollo del liderazgo, pasando por el aprendizaje de habilidades de coaching, PNL, coaching WingWave® y otras técnicas de la psicología del deporte aplicada.

### CALENDARIO Y DURACIÓN

El curso se inicia el 14 de enero y finaliza el 22 de junio de junio de 2020.

Las clases presenciales tendrán lugar los martes de 18:00 a 22:00 horas, a excepción de dos clases en jueves, el 25 de marzo y el 16 de abril de 2020, también de 18:00 a 22:00h.

La última clase, 22 de junio se realizará en lunes, de forma excepcional, para liberar a los alumnos de hacer clase el martes 23 de junio, verbena de San Juan

Las fechas de las clases presenciales son las siguientes:

14, 21 y 28 de enero de 2020

4, 11, 18 y 25 de febrero de 2020

3, 10, 17, 24, 26 y 31 de marzo de 2020

7, 14,, 16, 21 y 28 de abril de 2020

5, 12, 19 y 26 de mayo de 2020

2, 9, 16 y 22 de junio de 2020

Evaluación final : lunes 22 de junio de 2020 a las 17:00.

La **conferencia de presentación del curso** se realizará en las instalaciones del Institut Gestalt el martes **26 de noviembre** de 2019 a las 19:00 horas, en c/ Verdi 94 de Barcelona.

PROFESORADO



**Montse Cascalló**

- Directora y formadora del programa de Coaching Deportivo.
- Directora de los programas de Coaching de Equipos y Coaching Profesional en el Institut Gestalt de Barcelona.
- Ingeniero Químico IQS y Licenciada en Ciencias Químicas (URL), Postgrado en Psicología Alto rendimiento y Máster en Psicología del Deporte y la AF (UAB).
- Coach profesional, certificado PCC por ICF , formada en coaching co-ctivo CTI, coaching relacional de sistemas, Liderazgo, TLC, PNL, Psicología positiva y Coaching WingWave. Consultora DISC.
- Ex-jugadora y entrenadora baloncesto, colabora con diferentes clubs, entidades y federaciones.
- Promotora de MCOACH, servicios al deporte y las personas.
- Co-autora del libro “PNL & Coaching, una visión integradora”



**Cristina Massons**

- Licenciada en Psicología (UB).
- Master en Psicología Aplicada al Rendimiento Deportivo (UOC).
- Coach Transformacional formada en el Institut Gestalt.
- Practitioner en PNL.
- Master en Hipnosis Ericksoniana con PNL.
- Coach WingWave certificada.
- Facilitadora de EFT-Salud y facilitadora de PSYCH-K.
- Ex.Patinadora sobre hielo internacional, entrenadora y juez.
- Socia fundadora de la asociación catalana de Coaching Deportivo (ACECAT), miembro de AECODE.



**Oriol Bellés**

- Coach wingwave® y formador acreditado por el Besser-Siegmund Institut de Hamburgo (Alemania).
- Coach Ontológico Profesional.
- Formación completa en PNL.
- Miembro titular de la AEPNL.
- Miembro del equipo de wingwave® del Institut Gestalt.



### Maribel Martínez de Murguía

- Licenciada en Pedagogía (UCM).
- Máster en Psicología del deporte (UNED).
- Coach Transformacional y Coach certificada por ICF.
- Insights Discovery® Licensed Practitioner.
- Coach organizacional, personal y deportiva. Socia gerente de “Entrenadores de talento”.
- Ex-jugadora internacional Hockey Hierba. Campeona olímpica en Barcelona 92.
- Entrenadora nacional de Hockey Hierba.



### Xavier Garcia Pujades

- Entrenador Profesional de Baloncesto con experiencia en todas las categorías.
- Director Técnico en diversos clubs y escuelas de baloncesto
- Coach certificado PCC por la ICF, formado en coaching co-activo, coaching relacional ORSC y coaching ontológico.
- Profesor de la Federación Catalana de Básquet y de la Escola Catalana de l’Esport.
- Co-fundador de Transformación deportiva y de la Escola de Lideratge Social de Catalunya.
- Autor del libro “EntrenaMENT i EMOCIONS del esportista.”



### Robert Cuesta

- Licenciado en Ciencias de la Educación Física y Deporte.
- Primer entrenador del KH-/ Balonman Granollers
- Formado en PNL y su aplicación al mundo deportivo.
- Ex-jugador de balonmano.
- Coordinador de equipos de base y entrenador de balonmano femenino.
- Preparador físico de la Selección Española Femenina de Balonmano.



### Xavi Lucas

- Licenciado en Psicología (UB).
- Experto en Coaching Deportivo (RFEF)
- Analista PsicoCorporal (APCI) y mediador (FCF)
- Ex-jugador de fútbol profesional de fútbol.
- Ex Directivo deportivo en Escuela de Fútbol Base (CEE)
- Psicólogo, formador y coach de deportistas y equipos.

### REQUISITOS DE ADMISIÓN

Esta formación requiere que el alumno esté en posesión de una titulación universitaria, de grado, licenciatura o máster. Se recomienda también que tenga experiencia como entrenador o profesional en el mundo deportivo, para poder realizar un correcto seguimiento y aprovechamiento.

### SISTEMA DE EVALUACIÓN

La asistencia a clases y la participación activa en las dinámicas y ejercicios, así como la presentación de los ejercicios propuestos fuera del aula son prerequisites.

Para obtener el título de Posgrado en Coaching Deportivo, el alumno presentará dos trabajos sobre la aplicación práctica de los aprendizajes y deberá superar una prueba final de evaluación a final de curso (22 de junio de 2020).

### TITULACIÓN

Los alumnos que siguen el curso con buen y aprovechamiento, presentan los trabajos a tiempo y superan la prueba de evaluación final, reciben:

**DIPLOMA de POSGRADO en COACHING DEPORTIVO** por el Institut Gestalt de Barcelona.

### IMPORTE

Esta formación ofrece dos opciones de pago:

- Pago único: 1.790 € (Matrícula incluida)
- Pago fraccionado: 1.915 €.

Consultar descuentos para entidades concertadas: ACEB, COPLEFC-INEFC, FC BARCELONA, RCD ESPAÑOL, Fed. Cat HANDBOL, Fed. Cat. VOLEI, FCT.

La reserva de plaza queda garantizada mediante el pago de la Matrícula, que es la misma en ambas modalidades de pago.

*Criterios de devolución en caso de cancelación por parte del participante:*

*- Cancelación antes de iniciar el curso:*

- *Cancelaciones con 30 días o más sobre la fecha de inicio. Se reintegrará el 100% de las cantidades pagadas.*
- *Cancelaciones entre 29 y 15 días antes de la fecha de inicio. El IG retendrá el 50% del importe de la Matrícula.*
- *Cancelaciones entre 14 días o menos antes de la fecha de inicio. El IG retendrá el 100% del importe de la Matrícula.*

*- Baja una vez iniciado el curso:*

- *El IG retendrá el 100% de la Matrícula más el importe total correspondiente a la parte del curso ya transcurrida.*

INFORMACIÓN Y CONTACTO:

Institut Gestalt - Calle Verdi nº 94, bajos. Barcelona.

Para más información: [ig@institutgestalt.com](mailto:ig@institutgestalt.com) – 93 237 2815 - [www.institutgestalt.com](http://www.institutgestalt.com)

Esta formación se imparte en el Institut Gestalt de Barcelona: Calle Verdi nº 94- Barcelona.

COMENTARIOS de ex ALUMNOS que han realizado la formación

Los alumnos nos cuentan que este Posgrado les ha resulta "Inspirador" "Aporta un abanico de recursos como persona y comoentrenador"

*“El Posgrado de Coaching Deportivo del Institut Gestalt destaca por la cantidad y calidad de herramientas prácticas. Me ha permitido optimizar el rendimiento del jugador y del equipo. Sin duda han sido herramientas de gran utilidad para intervenir de una forma más eficiente”.*

Albert Peris, entrenador de Futbol del Juvenil A del FC Barcelona.

*“El curso te aporta nuevas herramientas y te enfoca en tus propios recursos para asumir con mayor competencia tu tarea de entrenador”.*

Miqui Moreno, Tennis Program developer, Federació Catalana de Tennis