

postgrado experto  
**Coaching Deportivo**



**PRESENCIAL**



“El entrenamiento basado en la actitud y la mentalidad establece la diferencia entre un equipo ganador y un equipo fracasado”

Vince Lombardi

## Presentación ei

En las últimas décadas la especialización en el mundo del deporte de élite ha sido exponencial. En cualquier disciplina deportiva existen entrenadores, recuperadores y preparadores físicos, médicos, fisiólogos, nutricionistas, fisioterapeutas, psicólogos, y otras muchas figuras que ayudan al avance y mejora del deporte profesional. El objetivo de los entrenadores y jugadores es estar cada día más cerca de la excelencia y obtener rendimientos óptimos. Y para ello, una de las herramientas que más se utilizan en la actualidad es el coaching deportivo.

El Coaching requiere cuatro pilares básicos:

1. **Tomar conciencia** para reflexionar quién soy y quién quiero ser.
2. **Definir objetivos y su Plan de acción** a través de asumir mi responsabilidad.
3. **Utilizar metodología y estrategias** para alcanzar los objetivos anteriormente mencionados.
4. **Medición** a través de feedback para informarnos de si el objetivo se ha conseguido y si no fuera así, buscar la acción correctiva.

## Proceso de Coaching ei



## Objetivos

- Adquirir las competencias necesarias para el desarrollo y práctica profesional del coaching deportivo.
- Identificar fortalezas, debilidades y necesidades.
- Modificar hábitos y gestión de hábitos.
- Definir objetivos y Plan de Acción.
- Aprender a manejar las herramientas básicas del coaching deportivo.
- Utilizar adecuadamente las emociones y los sentimientos y su correspondiente gestión.
- Potenciar principios, valores, competencias y motivaciones para desarrollar un Coaching de éxito.
- Realizar procesos íntegros de Coaching para un excelente desarrollo personal y deportivo.

## Destinatarios

Varios son los grupos objetivos a los que va dirigido el presente curso:

- Deportistas, entrenadores, agentes y técnicos deportivos.
- Licenciados y diplomados.
- Directivos de clubes, federaciones y entidades deportivas.
- Árbitros y jueces.
- Otros profesionales del deporte.



## Metodología

Se caracteriza por ser eminentemente práctica y vivencial, buscando la participación personal para una más profunda asimilación. Primero el alumno experimenta personalmente las dinámicas, para poder después adquirir la formación necesaria y aplicarlas en su contexto laboral. Sólo después de la propia vivencia es posible una visión holística e integral de la aplicación de estas técnicas.

El curso se divide en FORMACIÓN BÁSICA, FORMACIÓN PRÁCTICA, TUTORÍAS Y PRACTICUM.

La FORMACIÓN BÁSICA se imparte a través de la realización por parte del alumno de ejercicios relacionados con la materia y dirigidos por el docente, y de su participación en dinámicas personales y/o grupales.

La FORMACIÓN PRÁCTICA consiste en la ejecución personalizada de prácticas supervisadas en el aula por el facilitador.

TUTORÍAS: A cada alumno se le asignará un tutor desde el inicio del curso, que velará por la unidad y buena asimilación de los contenidos y, sobre todo, de la práctica. Existe la posibilidad de realizar prácticas de forma puntual, tanto en el ámbito particular como en distintas empresas. Cada tutor determinará qué prácticas se adecuan mejor al perfil del alumno. El alumno recibirá entre 5 y 10 horas de tutorías.

PRACTICUM: El alumno deberá realizar una sinopsis de sus experiencias prácticas y dar una visión personal de los procesos de coaching. Deberá presentarla por escrito y mediante una presentación oral a los miembros del claustro de evaluación.

## Evaluación del Alumno

80% de asistencias. La calificación definitiva se realizará con base en:

La evaluación continua durante todo el curso, realizada por el tutor y expresada en un informe individual.

La calificación que realice un tribunal (constituido por miembros del claustro) sobre el practicum realizado y presentado.



## Programa

El curso se divide en 5 partes (250 horas):

- Parte I **Despertar el Talento** (40 horas)
- Parte II **Autocoaching** (60 horas)
- Parte III **Educar el talento** (40 horas)
- Parte IV **Ser Coach Deportivo** (70 horas)
- Parte V **Prácticas y supervisiones** (40 horas)

### parte 1: despertar el talento (nivel I – inteligencia emocional)

#### A. conciencia personal

- Autoconocimiento
  - Tomar conciencia de las debilidades y fortalezas
  - Reconocer mis valores y principios
  - Potenciar mi autoestima
- Autorregulación emocional
  - Identificar y utilizar las emociones de forma adecuada
  - Gestionar los sentimientos tóxicos: víctima, culpa y resentimiento
  - Gestionar estados de ansiedad y estrés
- Automotivación
  - Definir qué necesidades están sin cubrir
  - Buscar objetivos que me mantengan en una actitud positiva
  - Estrategias de automotivación

#### B. competencias sociales

- Empatía
  - Capacidad de comprensión y adaptación a las personas
  - Comunicación eficaz a través de la calibración y rapport
  - Escucha activa
- Habilidades Sociales
  - Estrategias para mejorar las relaciones con los demás
  - Utilizar la asertividad con éxito

### parte 2: autocoaching

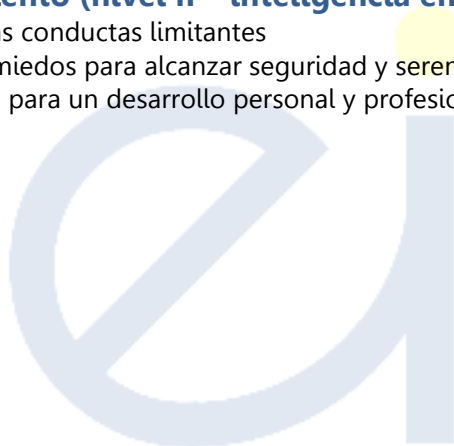
- Módulo 1. ¿Dónde estoy?
  - Tomar conciencia de mi situación personal
  - Desarrollar la agudeza sensorial
  - Ejercicios de reflexión de mi estado actual
  - Desarrollo de hábitos y acciones positivas
- Módulo 2. ¿Quién quiero ser y dónde quiero estar?
  - Clarificar lo que es importante para mí
  - ¿Dónde quiero estar (1, 5, 10 y 15 años)?
  - Ejercicios de automotivación
  - Tomar conciencia de Misión, Visión y Propósito

## parte 2: autocoaching

- Módulo 3. ¿Qué hago?
  - Reflexión de las molestias, tengo qué y deseos en las distintas áreas de mi vida personal: familia, amigos, trabajo...
  - Tomar conciencia de mis conductas limitantes
  - Proceso de cambio
  - Reconocer los frenos del cambio y superar las resistencias al cambio
- Módulo 4. ¿Cómo lo hago?
  - Identificar las emociones que aparecen en nuestra vida personal y profesional
  - Utilización de las emociones con conductas adecuadas
  - Gestión de las emociones tóxicas (cargas emocionales)
  - Proceso de equilibrio emocional
- Módulo 5. ¿Cómo me siento?
  - Reconocer pensamientos y sentimientos
  - Superar el sentimiento de víctima
  - Superar resentimiento y culpabilidad
  - Superar otras situaciones tóxicas
  - Superar el mobbing
- Módulo 6. ¿Quién soy?
  - Reconocer las creencias limitadoras y fortalecerlas en potenciadoras
  - Descubrir debilidades, fortalezas, amenazas y oportunidades
  - Descubrir mis valores
  - Potenciar otros valores
- Módulo 7. Gestión del cambio.
  - Cambios a realizar
  - Estrategias para un cambio y un hábito positivo
  - Resolución de problemas
  - Proceso de pérdida o duelo
- Módulo 8. ¿qué quiero?
  - Búsqueda de objetivos
  - Definición de una meta
  - Estrategias de éxito de una meta
- Módulo 9. Estrategia y Plan de acción.
  - Autoevaluación de debilidades, fortalezas, amenazas y oportunidades de las distintas áreas de nuestra vida: familia, amigos, trabajo...
  - Método Ishikawa como Plan de Acción
- Módulo 10. Recursos para un Plan de Acción con éxito.
  - Afirmaciones, visualizaciones
  - Plan estratégico

## parte 3: educar el talento (nivel II – inteligencia emocional)

- Reconocer nuestras conductas limitantes
- Superar nuestros miedos para alcanzar seguridad y serenidad
- Utilizar estrategias para un desarrollo personal y profesional



## parte 4: ser coach deportivo

- Módulo 11 Bases sólidas de un proceso de Coaching Deportivo.
- Módulo 12 Estrategias para empatizar y obtener una comunicación eficaz.
- Módulo 13 Las preguntas como estrategia de Coaching. Quien pregunta, dirige.
- Módulo 14 Tomar conciencia de los frenos del éxito y frustraciones
- Módulo 11 Bases sólidas de un proceso de Coaching Deportivo.
- Módulo 12 Estrategias para empatizar y obtener una comunicación eficaz.
- Módulo 13 Las preguntas como estrategia de Coaching. Quien pregunta, dirige.
- Módulo 14 Tomar conciencia de los frenos del éxito y frustraciones.
- Módulo 15 Procesos para ayudar al coachee y superarse en su y ámbito personal y profesional.
- Módulo 16 ¿Cómo dar feedback y realizar un proceso de Coaching?
- Módulo 17 Herramientas para la toma de conciencia del coachee.
- Módulo 18 Estrategia para gestionar el tiempo y potenciar la automotivación.
- Módulo 19 Plan estratégico para un plan de acción.
- Módulo 20 Modificación de hábitos, potenciación del talento y análisis transaccional.
- Módulo 21 Marketing del coach deportivo y marca personal.

## parte 5: prácticas y supervisiones

- Evaluación continua.



## Profesorado

### Claustro docente

- D. Javier Mañero Moreno
- D. Diego Gutierrez del Pozo
- Dña. Carolina Soba Molero
- Dña. Virginia Gonzalo Rivas
- D. José Luis Arjol
- D. Manuel López Moreno
- D. Ross Galán Miguel
- D. José Antonio Martín Martín
- D. Daniel López Fernández
- D. Santiago Scheele Izquierdo
- Dña. Rosana Calvo Cruza
- D. Alfredo Bastida
- D. José Manuel Benavent
- Nekane Gonzalez Morales
- D. Carlos Pallero Guerrero

#### Javier Mañero Moreno.

Director de la Escuela de Inteligencia. Licenciado en Empresariales (UCM). Cursos de Psicología Aplicada. Practitioner, Master en Inteligencia Emocional, Coaching y PNL. Coach. Más de treinta años de experiencia como docente. Director del programa del Master de PNL por la UCJC. Gerente en la formación de competencias emocionales en la empresa.

#### Diego Gutiérrez del Pozo

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF de Madrid – UPM). Master Universitario de Psicología de la Actividad Física y del Deporte (UNED). Master en Dirección de Organizaciones e Instalaciones Deportivas (UPM). Master en Coaching (UCJC). Catorce años de experiencia como Técnico Deportivo en clubes de fútbol (Real Madrid C.F., Getafe C.F. y Club Atlético de Madrid).

#### Carolina Soba Molero

Licenciada Psicología (UAM). Master en Psicoterapia Cognitiva – Conductual (Grupo Luria). Practitioner PNL. Psicoterapeuta. Profesora de psicología. Master de Inteligencia Emocional por la UCJC. Directora del programa Master en IE. Además es consultora senior de Inteligencia Emocional para el Comité Olímpico Español. Ocho años de experiencia terapéutica y docente.

#### Virginia Gonzalo Rivas

Licenciada en Psicopedagogía por la UNED. Master Universitario en Inteligencia Emocional (UCJC). Practitioner en PNL. Coach profesional (Olocoach). Consultora de formación en Escuela de Inteligencia. Coach ejecutiva.

#### José Luis Arjol

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad de Zaragoza. Master en Alto Rendimiento Deportivo UAM y Experto en Coaching Deportivo Escuela de Inteligencia y UCJC. Experiencia como profesional del fútbol de máxima competición en diferentes facetas: futbolista, segundo entrenador, director técnico y preparador físico durante más de 30 años en equipos como el REAL ZARAGOZA S. A. D, PORTO C. F. S. A .D, REAL BETIS BALOMPIÉ entre otros.

#### Manuel López Moreno

Licenciado en Empresariales por UNED. Auditor de cuentas. Practitioner PNL. Coach y Consultor. Treinta años de experiencia profesional y docente.

#### Ross Galán Miguel

Licenciado en Empresariales y Filología Inglesa por la Universidad de Cambridge. Doctorado en Filología Hispánica (UCM). Máster de PNL (Universidad de Santa Mónica). Especialista Universitario en Inteligencia Emocional y Experto en Coaching (UCJC). Consultor de formación de Escuela de Inteligencia. Más de treinta años de experiencia docente.

#### José Antonio Martín Martín.

Licenciado en Ciencias Empresariales por la Universidad de Comillas (ICADE). Programa de Desarrollo Directivo por el IESE. Master en Coaching por la UCJC. Practitioner en PNL por la UCJC. Experiencia directiva en multinacionales. Formador y Coach.

#### Daniel López Fernández

Graduado en Ingeniería del Software (UPM). Máster en Coaching (UCJC). Máster en Inteligencia Emocional (UCJC). Profesor de academias universitarias desde 2004. Facilitador y consultor de formación con experiencia docente desde 2006. Coach profesional y ejecutivo desde 2007.

#### Santiago Scheele Izquierdo

Licenciado en Derecho (Universidad La Laguna). Master en Dirección y Gestión de RR.HH (Escuela Europea de Negocios). Master en Coaching (UCJC). Formador y Coach. Certificado por la ICC (International Coaching Community) por Joseph O'Connor.

#### Rosana Calvo Cruza

Licenciado Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid. Máster en Psicología Clínica en CINTECO. Master en Inteligencia emocional por UCJC y Practitioner en PNL por la UCJC.

#### Alfredo Bastida

Experto en PNL. Escuela de Inteligencia (UCJC). Master en Dirección de Organizaciones e Instalaciones Deportivas, (UPM). Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. (Universidad Europea De Madrid.). Coach y Docente Deportivo. Presidente de la Asociación de Coaching Deportivo AECODE.

#### José Manuel Benavent

Especialista en Inteligencia Emocional por la UCJC. Coach profesional. Más de 10 años de experiencia profesional. Socio titular de la Asociación Española de Coaching.

#### Nekane Gonzalez Morales

Diplomada en Terapia Ocupacional. Escuela Universitaria de Enfermería y Terapia Ocupacional de la UEX (Cáceres). Licenciatura Antropología Social y Cultural por la Facultad formación del profesorado por la UEX. Licenciatura en Inglés (B2) por la Escuela Oficial de idiomas. Certificado de Aptitud Pedagógica (C.A.P) por la Universidad de Extremadura. Experta en Coaching Peronal y Experta en Inteligencia Emocional por la UCJC. Amplia experiencia como terapeuta ocupacional. Colaboradora y formadora en inteligencia emocional a profesores, padres y personal laboral (grupo GUÍA).

#### D. Carlos Pallero Guerrero

Diplomatura de Magisterio en Lengua Extranjera en ESCUNI. Licenciatura en Psicopedagogía por C.E.S. Don Bosco. Título CELTA (Cambridge English Language Teacher to Adults) Perth, Australia. Cursos de doctorado en el departamento de Psicología escolar y desarrollo en UCM. Experto coaching en Escuela de Inteligencia (UCJC) Máster PNL en NLPU, California, Estados Unidos

## ¿Quién nos acompaña?

Nuestra ambición por formar personas profesionales, referentes dentro del ámbito deportivo nos ha llevado a establecer relaciones de colaboración con diferentes entidades deportivas a nivel nacional.

Formar equipo con federaciones y asociaciones nacionales nos permite tanto conocer la realidad del deportista como ofrecer a nuestros alumnos la posibilidad de realizar prácticas de coaching deportivo con deportistas de alta competición; así conseguimos llevar a la práctica los conocimientos y experiencias vividas durante la formación.

Además, estos convenios de colaboración facilitan el acceso a la formación de los integrantes de estas organizaciones deportivas, lo que contribuye a lograr una de nuestras principales METAS: mostrar el potencial del coaching deportivo y ganarnos la confianza del deportista, a través de trabajo honesto y resultados objetivos.



## Admisión

### formación requerida

- Título Universitario de Licenciatura o Ingeniería.
- Título de Diplomatura Universitaria.
- Profesionales que acrediten una experiencia laboral suficiente, asimilable al nivel de las titulaciones exigidas.
- Coachees titulados por escuelas o instituciones de nivel acreditado. Estudiantes de último curso de los estudios citados para destinatarios.

### proceso de admisión

- Carta de presentación redactada por el alumno.
- Currículo vital.
- Entrevista personal. La entrevista personal tendrá especial relevancia en los casos en los que los aspirantes no cumplan con los requisitos de titulación. En este supuesto, se tendrá en consideración la experiencia laboral que el aspirante pueda acreditar. Además queda a criterio del entrevistador utilizar alguna otra técnica para completar el proceso de selección.

### duración

- **250 horas** 210 horas presenciales + 30 horas practicum + 10 horas coachi
- **25 créditos**

### Idiomas

español, inglés y portugués

### centro impartición de clases

- Escuela de Inteligencia: C/ Fernando el Católico, 63 (Metro Moncloa o Argüelles)



## Calendarios

### Horario 9 a 18 horas.

- **MÓDULO I: inteligencia emocional nivel I: “despertar el talento”.** Precio 480 €.
  - Octubre 15, 16, 22, 23.
- **MÓDULO II: autocoaching.** Precio 950€.
  - Octubre 29, noviembre 5, 12, 19, 26, diciembre 3.
- **MÓDULO III: inteligencia emocional nivel II: “educar el talento”.** Precio 600€.
  - Febrero 12, 18, 19, 20.
- **MÓDULO IV: ser coach deportivo.** Diciembre 10, 17, enero 14, 21, 28, febrero 4. Precio 1.100€.

## Precio del curso

### experto en **Coaching Deportivo Presencial**

Al contado	2.900 € (*)
Plazos	680 € (en 5 mensualidades)

Formación sujeta a bonificación de la *Fundación Tripartita*. Consultar condiciones

### forma de pago

Es necesario como requisito de preinscripción a los Cursos, realizar quince días antes de su inicio, un **ingreso por Transferencia bancaria** en nuestra cuenta:

**ESCUELA DE INTELIGENCIA (Caja Madrid)**  
**2038- 2246- 42- 6000299497**

Posteriormente realizar notificación de la transferencia por email a [info@escueladeinteligencia.com](mailto:info@escueladeinteligencia.com) o por fax en el **915 595 217** indicando **“OBSERVACIONES: nombre, apellidos y curso”**

La información que usted nos ha facilitado, será incluida en nuestra base de datos. Usted tiene el derecho de acceder a ella, ampliarla, cancelarla o rectificarla si lo cree conveniente. Esta información nos permitirá mantener la relación con usted y mantenerle informado sobre los cursos/seminarios que impartimos. Si usted no desea formar parte de dicha base de datos, por favor, indíquenoslo por escrito señalando claramente su nombre, apellidos y dirección e inmediatamente procederemos a cancelarlos. (Ley orgánica 15/1999 de 13 de Diciembre)

### más información y contacto

- [info@escueladeinteligencia.com](mailto:info@escueladeinteligencia.com)
- [www.escueladeinteligencia.com](http://www.escueladeinteligencia.com)
- T. 915 488 176
- F. 915 595 217