MÁSTER EN
COACHING DIRECTIVO-DEPORTIVO Y PSICOLOGÍA DEL ALTO RENDIMIENTO

TEMARIO DEL PROGRAMA

UNISPORT MANAGEMENT SCHOOL

Avda Ernest Lluch, 32
TCM2 Planta 3 Of 6
08302 Mataró
Barcelona

+34 93 702 19 61
info@unisport.es

www.unisport.es

MÁSTER EN COACHING DIRECTIVO-DEPORTIVO Y PSICOLOGÍA DEL ALTO RENDIMIENTO

UNISPORT MANAGEMENT SCHOOL

SALIDAS PROFESIONALES

- Coach profesional
- Docente
- Asesor en gestión del talento
- Coach deportivo
- Consultor de desarrollo profesional
- Consultor de RRHH

METODOLOGÍA

- Campus Virtual disponible las 24 horas
- Flexibilidad en el estudio
- Material didáctico 100% actualizado y optimizado para tablet y smartphone
- Sesiones de coaching individualizadas
- Assessment Center 360

OBJETIVOS

- Formarse en la evolución del coaching
- Aprender la técnica para actuar en la mejora personalizada y garantizar el total compromiso hacia la persona sobre la que se actúe
- Indentificar los errores que llevan a resultados insatisfactorios
- Optimizar el perfil de rendimiento del profesional, mejorando su motivación, comunicación y visión
- Aprender a diseñar programas de coaching para empresas y organizaciones deportivas

INFORMACIÓN

Código del programa: UNI42
Nombre: Máster en Coaching Directivo-Deportivo y Psicología del Alto Rendimiento
Duración: 24 meses
Carga lectiva: 700 horas
Equivalencia créditos ECTS: 28
Metodología: online
Importe matrícula: 4.072 €

Coach personal

100% online

Avda Ernest Lluch, 32
TCM2 Planta 3 Of 6
08302 Mataró
Barcelona

+34 93 702 19 61
info@unisport.es

www.unisport.es

MÁSTER EN COACHING DIRECTIVO-DEPORTIVO Y PSICOLOGÍA DEL ALTO RENDIMIENTO

UNISPORT MANAGEMENT SCHOOL

DESTINATARIOS

- **Deportistas** que quieran optimizar su perfil como competidor aprendiendo a evaluar los aspectos psicológicos que influyen en su rendimiento
- **Entrenadores** que quieran mejorar sus habilidades para comunicar, analizar y tomar decisiones clave para el desarrollo deportivo
- **Directivos** que quieran un abordaje eficaz de su papel como gestor de equipos
- **Psicólogos** interesados en la psicología del deporto y la aplicación del coaching deportivo
- **Staff técnico** que desee mejorar sus habilidades de comunicación con deportistas y compañeros introduciendo el factos psicológico en las evaluaciones
- **Representantes de deportistas, agentes y ojeadores** que quieran mejorar su capacidad para evaluar el perfil de deportistas y determinar acciones de mejora de su rendimiento

INFORMACIÓN

Código del programa: UNI42
Nombre: Máster en Coaching Directivo-Deportivo y Psicología del Alto Rendimiento
Duración: 24 meses
Carga lectiva: 700 horas
Equivalencia créditos ECTS: 28
Metodología: online
Importe matrícula: 4.072 €

Coach personal

100% online

Avda Ernest Lluch, 32
TCM2 Planta 3 Of 6
08302 Mataró
Barcelona

+34 93 702 19 61
info@unisport.es

www.unisport.es

1 MÓDULO B140 COACHING

B140.1 *INTRODUCCIÓN AL COACHING*

1.1 El orígen del coaching
1.2 Objetivos del coaching
1.3 Tipos de coaching

B140.2 *CONCEPTOS BÁSICOS DE COACHING*

2.1 Definición de conceptos
2.2 El coaching y el aprendizaje de adultos
2.3 Factores que influyen en el aprendizaje

B140.3 *HABILIDADES DEL COACH*

3.1 Las habilidades del coach
3.2 El rol del coach
3.3 Competencias del coach
3.4 Metacompetencias del coach

2 MÓDULO B141 COACHING EJECUTIVO Y GESTIÓN DEL TALENTO

B141.1 *EL COACHING Y LA EMPRESA*

1.1 El coaching ejecutivo
1.2 Tipos de coaching ejecutivo

B141.2 *COACHING EJECUTIVO: COMPORTAMIENTO ORGANIZACIONAL Y MOTIVACIÓN INDIVIDUAL*

2.1 El comportamiento organizacional
2.2 La motivación individual en las organizaciones
2.3 El pensamiento sistémico

B141.3 *COACHING EJECUTIVO Y GESTIÓN DEL TALENTO EN LAS ORGANIZACIONES*

3.1 La relación entre el coaching ejecutivo y los recursos humanos
3.2 Procesos y herramientas de desarrollo del talento en la empresa
3.3 La formación y el coaching ejecutivo
3.4 Planes de carrera y mentoring

B141.4 *COACHING EJECUTIVO Y GESTIÓN DEL TALENTO INDIVIDUAL*

4.1 ¿Qué entendemos por talento?
4.2 ¿Qué son las competencias?
4.3 El coaching y el desarrollo del talento
4.4 El coaching y el desarrollo de la inteligencia emocional
4.5 El coaching y el desarrollo de las competencias

3 MÓDULO B142 METODOLOGÍA DEL COACHING EJECUTIVO

B142.1 *COACHING EJECUTIVO: METODOLOGÍA Y HERRAMIENTAS*

1.1 El proceso de coaching ejecutivo
1.2 Actores que intervienen en un proceso de coaching corporativo
1.3 Fases y metodologías del proceso de coaching

B142.2 *COACHING EJECUTIVO: METODOLOGÍA Y HERRAMIENTAS. LA SESIÓN DE COACHING I*

2.1 Metodología y herramientas de coaching
2.2 La sesión de coaching
2.3 Fase de evaluación

B142.3 *COACHING EJECUTIVO: METODOLOGÍA Y HERRAMIENTAS. LA SESIÓN DE COACHING II*

3.1 Tipología de las sesiones de coaching
3.2 Metodologías para las sesiones de coaching
3.3 La técnica de las preguntas en la sesión de coaching
3.4 Herramientas de consultoría aplicadas al coaching

4 MÓDULO B143 HERRAMIENTAS Y COMPETENCIAS EN EL COACHING EJECUTIVO

B143.1 *COMPETENCIAS DIRECTIVAS I*

1.1 Competencias directivas claves
1.2 Competencias intrapersonales

B143.2 *COMPETENCIAS DIRECTIVAS II*

2.1 Competencias interpersonales
2.2 La comunicación interpersonal
2.3 Competencias directivas claves

B143.3 *PNL Y COACHING*

3.1 Definición y orígenes de la PNL
3.2 Conceptos de la PNL
3.3 La comunicación y la PNL
3.4 La PNL y el coaching
3.5 Premisas de la PNL que podemos aplicar al coaching
3.6 Fundamentos de la PNL
3.7 La PNL y los sistemas de representación sensorial
3.8 Los anclajes y la autoprogramación
3.9 La técnica de modificación de anclajes y el reencuadre
3.10 El rapport
3.11 La autoprogramación

B143.4 *ACTIVIDAD FINAL*

4.1 Actividad final: Ahora te toca ser coach

5 MÓDULO B144 COACHING DEPORTIVO

B144.1 *EL ALTO RENDIMIENTO, LA PSICOLOGÍA DEPORTIVA Y EL COACHING*

1.1 El alto rendimiento, la psicología deportiva y el coaching
1.2 El perfil de los deportistas y sus necesidades: el rol del coach
1.3 El perfil del entrenador: el rol del coach

B144.2 *EL CUÁDRUPLE ENFOQUE DEL COACHING DEPORTIVO*

2.1 El cuádruple enfoque: existencial, cognitivo, físico y conductual
2.2 El diálogo socrático
2.3 Objetivos de resultado y objetivos de ejecución o realización

B144.3 *PLANIFICACIÓN DE UN PROYECTO DE COACHING DEPORTIVO*

3.1 Planificación del coaching deportivo
3.1.1. Momento de comienzo del proyecto
3.1.2. Comunicación del proyecto
3.1.3. La función del coach deportivo en el equipo multidisciplinar
3.1.4. La comunicación interna y la confidencialidad
3.1.5. Objeto de intervención del coaching deportivo
3.1.6. Detección de necesidades
3.1.7. Períodos de intervención en la temporada
3.1.8. Tipos de habilidades psicológicas que deben desarrollarse
3.1.9. Establecimiento de objetivos

6 MÓDULO B145 HERRAMINETAS Y COMPETENCIAS EN EL COACHING DEPORTIVO

B145.1 *HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN PARA EL COACHING DEPORTIVO*

1.1 Objetivos de la evaluación psicológica
1.2 Variables independientes y dependientes
1.3 Análisis funcional del rendimiento deportivo
1.4 La evaluación en el deporte de competición
1.5 El sociograma
1.6 El alineamiento de equipo

B145.2 *COMPETENCIAS A DESARROLLAR EN EL COACHING DEPORTIVO. VARIABLES INTRAPERSONALES*

2.1 Competencias a desarrollarse en el coaching deportivo. Variables intrapersonales
2.2 Entrenamiento de las variables intrapersonales

B145.3 *COMPETENCIAS A DESARROLLAR EN EL COACHING DEPORTIVO. VARIABLES INTERPERSONALES*

3.1 Competencias que deben desarrollarse en el coaching deportivo. Variables interpersonales

7 MÓDULO B146 TÉCNICAS Y PRÁCTICAS PARA EL COACHING DEPORTIVO

B146.1 *COACHING DEPORTIVO Y ENTRENADORES*

1.1 Responsabilidades del entrenador
1.2 Conductas propias del entrenador
1.3 Los dos extremos del comportamiento del entrenador
1.4 Modelo multidimensional de liderazgo
1.5 La toma de decisiones del entrenador
1.6 Preguntas de un diálogo socrático
1.7 Modelado de comunicación
1.8 La sesión de coaching deportivo con el entrenador

B146.2 *TÉCNICAS PSICOLÓGICAS APLICADAS AL COACHING DEPORTIVO*

2.1 Coaching deportivo y psicología
2.2 Las técnicas psicológicas aplicadas al coaching deportivo

B146.3 *EJERCICIOS PRÁCTICOS PARA EL COACHING DEPORTIVO*

3.1 Test de adaptación a situaciones deportivas
3.2 Planteamiento de objetivos de resultado
3.3 Cuestionario previo a la competición
3.4 Plantilla para el registro y análisis de las sensaciones percibidas en la precompetición
3.5 Plantilla para el diseño de un protocolo de competición
3.6 Plantilla de análisis post-competición
3.7 Autoevaluación del nivel de sufrimiento
3.8 Ejemplo de matriz de decisiones en función del sufrimiento en una carrera cross country
3.9 Autoregistro de pensamientos negativos
3.10 Cuestionario postcompetición
3.11 Cuestionario tras ejercicio de relajación
3.12 Ejercicio de concentración
3.13 Ejemplo de una matriz de decisiones en una carrera de 1.500 metros
3.14 Medir el liderazgo preferente en un entrenador
3.15 Registro del entrenador para establecer el grado de destreza del equipo

B146.4 *PROYECTO FINAL*

4.1 Proyecto Final Coaching Deportivo: Intervención psicodeportiva global.

#InspiringFutures

UNISPORT MANAGEMENT SCHOOL

Avda Ernest Lluch, 32
TCM2 Planta 3 Of 6
08302 Mataró
Barcelona

+34 93 702 19 61
info@unisport.es

www.unisport.es