

Coaching deportivo

Coaching deportivo

Duración: 300 horas

Precio: consultar euros.

Modalidad: A distancia

Metodología:

El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line. El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo

El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación si el curso es on line. Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido y de las horas del mismo.

© icaformación2026

Profesorado:

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes: Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licencidos/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadodores/as sociales etc…

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

-Por el aula virtual, si su curso es on line
-Por e-mail
-Por teléfono

Medios y materiales docentes

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación.

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.



© icaformación2026

Titulación:

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por correo o mensajería la titulación que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Programa del curso:

Módulo i. Introducción al coaching

Tema 1. ¿qué es el coaching?
1. El cambio, la crisis y la construcción de la identidad
2. Concepto de coaching
3. Etimología del coaching
4. Influencias del coaching
5. Diferencias del coaching con otras prácticas
6. Corrientes actuales de coaching
Tema 2. Importancia del coaching
1. ¿por qué es importante el coaching?
2. Principios y valores
3. Tipos de coaching
4. Beneficios de un coaching eficaz
5. Mitos sobre coaching
Tema 3. Aspectos fundamentales del coaching (i)
1. Introducción: los elementos claves para el éxito
2. Motivación
3. Autoestima
4. Autoconfianza
Tema 4. Aspectos fundamentales del coaching (ii)
1. Responsabilidad y compromiso
2. Acción
3. Creatividad
4. Contenido y proceso
5. Posición “meta”
6. Duelo y cambio
Tema 5. Ética y coaching
1. Liderazgo, poder y ética
2. Confidencialidad del proceso
3. Ética y deontología del coach
4. Código deontológico del coach

© icaformación2026

5. Código ético
Módulo ii. El proceso de coaching
Tema 6. Coaching, cambio y aprendizaje
1. La superación de los bloqueos
2. El deseo de avanzar
3. Coaching y aprendizaje
4. Factores que afectan al proceso de aprendizaje
5. Niveles de aprendizaje
Tema 7. El proceso de coaching: aspectos generales
1. Coaching ¿herramienta o proceso?
2. Motivación en el proceso
3. La voluntad como requisito del inicio del proceso
4. Riesgos del proceso de coaching
Tema 8. Habilidades relacionadas con el proceso
1. Introducción
2. Escucha
3. Empatía
4. Mayéutica e influencia
5. La capacidad diagnóstica
Tema 9. Fases en el proceso de coaching
1. Primera fase: establecer la relación de coaching
2. Segunda fase: planificación de la acción
3. Tercera fase: ciclo de coaching
4. Cuarta fase: evaluación y seguimiento
5. Una sesión inicial de coaching
Tema 10. Evaluación (i)
1. ¿por qué es necesaria la evaluación?
2. Beneficios de los programas de evaluación de coaching
3. Factores que pueden interferir en la evaluación
4. ¿cómo evaluar?
5. Herramientas de medida para la evaluación de resultados
Tema 11. Evaluación (ii)
1. El final de la evaluación
2. Evaluación externa
3. Sesiones de evaluación continua
4. Tipos de perfiles
5. Cuestionario para evaluar a un coach
Módulo iii. Coach y coachee
Tema 12. El coach
1. La figura del coach
2. Tipos de coach
3. Papel del coach en el proceso de coaching ejecutivo
Tema 13. Competencias del coach
1. Competencias clave y actuación del coach
2. Las características del coach efectivo para el desarrollo de competencias
3. Dos competencias clave para el desarrollo de una empresa liberadora
Tema 14. La preparación de un buen coach
1. Preparación técnica: formación y experiencia empresarial
2. Errores más comunes del coach
3. Capacitación para conducir las sesiones de coaching
Tema 15. La figura del coachee
1. La figura del coachee
2. Características del destinatario del coaching
3. La capacidad para recibir el coaching
4. La autoconciencia del cliente
Módulo iv. Coaching y deporte
Tema 16. Coaching y deporte

© icaformación2026

1. El origen del coaching
2. La estrategia deportiva
3. Coaching deportivo: aprender a fluir

Tema 17. Valores del deporte
1. El deporte: crisol de valores
2. La sana competitividad
3. Beneficios del deporte
4. Coaching deportivo y salud

Tema 18. El entrenador: coach
1. Descripción del buen entrenador
2. Objetivos, misión y valores del entrenador
3. Claves del entrenador-coach
4. Gestionar deportistas

Tema 19. El entrenamiento
1. ¿qué significa entrenar?
2. Claves para un buen entrenamiento
3. Tipos de entrenamiento
4. Parámetros para alcanzar la excelencia

Módulo v. Elementos necesarios para la práctica deportiva

Tema 20. Conciencia personal
1. El deportista: concentración
2. Regulación emocional en el deporte y las atribuciones
3. Autoestima y autoconfianza
4. Prevención de lesiones

Tema 21. Conciencia grupal
1. El equipo: sinergia grupal
2. Grupo vs. Equipo
3. El éxito colectivo

Tema 22. Gestión de las emociones
1. Mantener una actitud positiva
2. Motivación
3. Reconocer las posibilidades: autovaloración
4. Energía emocional
5. Intención ganadora

Tema 23. El cuerpo, la mente y el deporte
1. Cuerpo
2. Mente
3. Equilibrio cuerpo y mente

Tema 24. Líder y liderazgo
1. El líder
2. Liderazgo
3. Enfoques centrados en el líder
4. Teorías situacionales o de contingencia
5. Estilos de liderazgo

Módulo vi. Técnicas

Tema 25. Técnicas deportivas
1. Introducción a las técnicas de coaching en positivo
2. Visualización
3. Relajación
4. Concentración

Tema 26. Técnicas de equipo
1. Definición y clasificación
2. Técnicas de grupo grande
3. Grupo mediano
4. Técnicas de grupo pequeño
5. Técnicas que requieren del coach
6. Técnicas según su objetivo

© icaformación2026

Módulo vii. Establecimiento de metas
Tema 27. Las metas en el deporte
1. ¿qué entendemos por meta?
2. Pautas para establecer una buena meta
3. Diseño de un sistema de establecimiento de metas
Tema 28. Establecer objetivos
1. Diferencia entre objetivo y meta
2. Pautas para enunciar objetivos
3. Fases para establecer objetivos
Tema 29. Preparación para alcanzar la meta
1. Plantear las metas
2. Conseguir las metas
Módulo viii. Coaching deportivo y otras disciplinas
Tema 30. Coaching, psicología del deporte y deporte
1. ¿qué es la psicología del deporte?
2. Herramientas, ejercicios y principios de la psicología del deporte
3. Aportaciones de la psicología al deporte
Tema 31. Coaching, mentoring y deporte
1. ¿qué es el mentoring?
2. Semejanzas y diferencias entre coaching y mentoring
3. Principios y leyes del mentoring
4. Herramientas y técnicas del mentoring
Tema 32. Coaching, inteligencia emocional y deporte
1. ¿qué es la inteligencia emocional?
2. Componentes de la inteligencia emocional
3. Habilidades de inteligencia emocional
4. Aportaciones de la inteligencia emocional al deporte
Tema 33. Coaching, pnl y deporte
1. ¿qué es la programación neurolingüística?
2. Principios de la pnl
3. Los sistemas representacionales
4. Coaching, pnl y deporte

© icaformación2026