



Tienen el agrado de invitarte a la

“Certificación en Coaching Deportivo”

“Sports Coach”

El Coaching no es sólo una técnica para ser aplicada en determinadas situaciones. Es un estilo de DIRIGIR, de RELACIONARTE con las personas, una manera de PENSAR, de SER.

“El juego que determina el éxito es... el juego interno”

OBJETIVO GENERAL

Formar profesionales en Coaching Deportivo, con un perfil poderoso en técnicas para el trabajo interno a nivel cuerpo, mente y espíritu, que impacten en el deportista de alto rendimiento, creando la conexión y fortaleciendo el vínculo que los lleve a ganar en sus metas declaradas.

Sensibilizar a los nuevos Coaches Deportivos en temas como la familia, sentido de logro, sentido de pertenencia al centro de entrenamiento, estrés, compañerismo, la vida personal, siendo factor decisivo para el desempeño del deportista, trabajar y manejar los temas que normalmente no se toman en cuenta y que sí hacen una diferencia.

Con nuestra metodología, abriremos e integraremos estos temas para darle al deportista los contextos emocionales y psicológicos que le ayuden a vivir congruentemente alineado en sus objetivos personales y profesionales, sintiendo la necesidad de ser más pleno buscando los resultados en conjunto.

En resumen, proporcionar las técnicas y herramientas específicas de Coaching Deportivo que serán aplicables a cualquier disciplina del deporte.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS

El Sports Coach debe saber crear y proyectar:

- Cómo desarrollar una actitud de éxito
- Cómo mantenerse concentrado y enfocado
- Cómo superar los nervios
- Cómo recuperar la energía y el entusiasmo
- Cómo manejar su dialogo interno
- Cómo utilizar las imágenes de su cabeza
- Cómo crear el contexto para el mejor cumplimiento de su resultado
- Cómo mantener limpia su conexión con la intención
- Identificar cuando está en la zona de confort
- Cómo recuperar su poder
- Diseñar y transformar los procesos que realiza en el interior de su mente para obtener los resultados deseados.
- Generar estados internos poderosos y aprenderá a procesarlos de una forma sencilla.
- Detectar el proceso que sigue para alimentar su sistema de creencias, su funcionamiento y sus implicaciones mediante el lenguaje.
- Identificar y abrir nuevas áreas de posibilidades para su vida.



PLATAFORMA FILOSÓFICA

PREMISAS

La tecnología y **plataforma filosófica** conceptual de la Certificación se sustenta en los siguientes modelos:

Programación Neurolingüística, Inteligencia Emocional, Enfoque Gestalt, Ontología del Lenguaje, Coaching, Equipos de Trabajo, Pedagogía Activa y Psicología del Deporte.

La Certificación en Coaching Deportivo tiene una duración de 85 horas, diseñado para incrementar la capacidad de:

- ✓ Empatía
- ✓ Escucha comprometida y activa
- ✓ Reencuadre de situaciones (problemas)
- ✓ Empoderamiento
- ✓ Manejo del dialogo interno
- ✓ Liderazgo / compartido
- ✓ Comunicación efectiva
- ✓ Trabajo en equipo
- ✓ Toma de riesgos
- ✓ Resultados extraordinarios
- ✓ Integridad
- ✓ Respeto
- ✓ Compromiso
- ✓ Feedback



PROGRAMA

MÓDULO 1

INTRODUCCIÓN AL COACHING

¿Qué es coaching?
Origen e historia del coaching
Temas principales que apoyan el proceso de coaching
Base filosófica del coaching
Fundamentos del coaching
Actores en el escenario del coaching
Ética del coaching
Viviendo en la zona de confort
El ciclo de transición
Diseñando nuestro futuro: estableciendo metas
Cualidades de una buena meta
Metas efectivas
Establecer metas para maximizar el rendimiento
Creando el contexto en el coaching
Competencias de personalidad
Escucha activa
Rueda de la vida y plan de acción

MÓDULO 2

EL RENDIMIENTO DEPORTIVO

Limitaciones en el rendimiento
Apoyo psicológico
Alineando la mente con el cuerpo
Lograr el control mental del cuerpo
Invitación a los Entrenadores y Deportistas
Preguntas como vías de acceso al Ser
Principios de un programa en coaching y psicología
Los componentes de un equipo deportivo y su rendimiento
Como aprender las destrezas psicológicas
Personalizar un entrenamiento
Selección y refuerzo de conductas
Evaluación e intervención

MÓDULO 3

CREENCIAS, JUICIOS Y DIALOGO INTERNO

Somos la historia que elegimos contarnos

Cansado del cuento

Creencias

Creencias limitantes y empoderadoras

Cambiando tus creencias

Modelo de cambio de creencias

Juicios

Características de los juicios

Cómo procesar los juicios

Cambiando el dialogo interno

La imaginación y la práctica deportiva

La efectividad de las imágenes mentales

Utilización de las imágenes mentales antes, durante y después de la competencia

MÓDULO 4

CENTRANDO MI ATENCIÓN

Según piensas así rindes

Tipos de concentración

Dónde centrar la atención

Los errores mentales

Aprender a manejar la atención

Identificar nuestro lenguaje interno

Riesgo del propio lenguaje

Interrupción del pensamiento

Sustitución de pensamientos negativos por positivos

Como reenfocar

Cómo mejorar la confianza en mi mismo

Practicar la visualización

MÓDULO 5

CONEXIÓN CON TU CUERPO

El liderazgo del entrenador

La personalidad del entrenador

Estilos y habilidades

Temperamento y carácter

Autoritario

Democrático

Permisivo

Técnicas de relajación

Los pensamientos crean realidades

Miedo a la crítica social

Educando la conciencia

Conciencia y desempeño deportivo

Activar e incrementar la energía

Enfocar el objetivo

Técnicas para entrenar la concentración

Alinear el pensamiento y dialogo interno

El poder de la imaginación utilizando PNL

El poder de las imágenes mentales



Al inicio del programa recibirás material autorizado y avalado por la CICODEH (Comunidad Internacional de Coaches y Especialistas en Desarrollo Humano).

Durante el proceso estarás supervisado y contenido por Coaches certificados, el propósito es alinear y afinar tu trabajo, de manera que te manejes profesionalmente logrando la excelencia como Coach.

Al concluir la participación en el programa y haber cubierto en su totalidad los créditos de certificación los participantes que cumplan con las normas de la CICODEH (Comunidad Internacional de Coaches y Especialistas en Desarrollo Humano) recibirán su constancia de participación y certificado que lo avala en la calidad de ***International Sports Coach***.

Recibirás:

- Certificado que es avalado y autorizado por la **CICODEH** (Comunidad Internacional de Coaches y Especialistas en Desarrollo Humano).
- Carta de Incorporación a la Comunidad Internacional de Coaches y Especialistas en Desarrollo Humano, obteniendo la categoría de miembro activo.

Fechas:

2 y 3 de diciembre
16 y 17 de diciembre
13 y 14 de enero
27 y 28 de enero
3 y 4 de febrero



HORARIOS

Horario

Viernes de 17:00 a 22:00 hrs.
Sábados de 10:00 a 20:00 hrs.

Comida

1:30 hrs.
Coffee Break todo el día.

Lugar

Pennsylvania No.169 Col. Nápoles. Ciudad de México

Inversión pago único:

\$15,000 M.N.

Pago modular

5 pagos de \$3,000 M.N.

El primer pago se tomará en cuenta como inscripción.

*Si se requiere factura deberá agregarse a la inversión de la Certificación el IVA.

MECANISMO DE INSCRIPCION:

1.- Realizar su pago por la cantidad de: \$15, 000 + IVA ó por módulo a la siguiente cuenta:

Banco: HSBC

Titular de la cuenta: Planeta Servidores, S.A de C.V.

Número de cuenta: 4046256616

Clabe Interbancaria (para pagos por Internet): 021180040462566164

2.- Entrar a la página: <http://www.cursosmexico.com/pagos.html> en donde reportara su pago mediante el formulario de inscripción que se encuentra en línea.



3.- Una vez enviando los datos anteriores uno de nuestros representantes confirmara la recepción de su inscripción.

STAFF

Somos un equipo con vocación y un objetivo común: "**entrenar para la vida**". Compartimos una forma de entender la vida y las metas orientadas a la personas.

Desde nuestra experiencia y formación pretendemos inspirarte para que te transformes en la persona que estás destinada a ser. Somos hombres y mujeres de espíritu joven y abierto, emprendedores, empresarios, psicólogos, pedagogos, profesionales, directivos, formadores, asesores, y por supuesto Coaches, comprometidos con el crecimiento y desarrollo de tu persona y tus objetivos.

Impartirá el programa:

Rafael Ávila C.

Actualmente es Head Coach Director de Human Coaching México y Argentina, es Co-Fundador de la Comunidad Internacional de Coaches y Especialista en Desarrollo Humano, Lic. en Relaciones Internacionales, Licensed of NLP (Programación Neuro-Linguística)®, International Coach®, Especialista en Life Coaching®, Conversational Change Specialist®, Especialista en Neuro escritura (Perito en Grafología y Grafoscopia), Entrenador en Equipos de Trabajo, Formador - Capacitador registro STPS, Editor de Contenido, Coaching & Desarrollo Humano en Estilo Universitario. Fundador de la CCM "Comunidad del Centésimo Mono"®. Co-Fundador de la "Asociación Mexicana para el Diagnostico y Tratamiento de la Sordera A.C".

Los programas de Certificación y formación de Human Coaching se rigen por los lineamientos y requerimientos de la International Coach Federation (ICF), que regulan esta profesión.

Informes:

Tel. Cd. de México: 47 37 12 92

Tel. Guadalajara: (33) 38 56 84 89

Id nextel: 92 *975412*1

A T E N T A M E N T E

**Lic. Norma Angélica Leal Gonzalez
Cursos México**