

CURSO UNIVERSITARIO DE ESPECIALIZACIÓN EN PSICOLOGIA, COACHING Y LIDERAZGO DEPORTIVO AFEDECYL-UEMC

OBJETIVOS GENERALES

Conocer y aplicar metodologías, pautas y ejemplos reales para alcanzar el máximo desarrollo personal, profesional y rendimiento deportivo

- 1- OBJETO DEL CURSO**
- 2- DESTINATARIOS**
- 3- CALENDARIO**
- 4- CONTENIDOS**
- 5- TRABAJO FINAL**
- 6- INFORMACION ACADEMICA**
- 7- INFORMACION E INSCRIPCIONES**

1.-OBJETO DEL CURSO:

- Todas las evidencias empíricas de la investigación en los diversos campos de la Psicología, la Neurociencia y en definitiva del comportamiento humano, apuntan a la importancia del autoconocimiento, del desarrollo propio y de los demás, como un factor determinante de mejora, excelencia y éxito. Por ese motivo este curso invita a la reflexión, a la mejora y al cambio. Aporta conocimientos, modelos, experiencias y herramientas basadas en la psicología y el coaching, para el desarrollo, el liderazgo y la gestión de equipos.

2.-DESTINATARIOS:

- Dirigido a deportistas, entrenadores, técnicos, directores deportivos, dirigentes deportivos, árbitros, agentes, padres, educadores y todas aquellas personas que quieran participar en el desarrollo y evolución del deporte.

3.-CALENDARIO:

- Numero de horas total: 50
 - 36 horas online directo (presencial) *
 - 14 horas practicas y trabajo final

*si hay posibilidad, según medidas Covid 19, alguna clase podría impartirse en formato presencial

- Las 36 horas online directo se imparten en 9 clases de 4 horas, viernes de 16 a 20h
 - Clase 1: Viernes 9 abril 2021
 - Clase 2: Viernes 16 abril 2021
 - Clase 3: Viernes 23 abril 2021
 - Clase 4: Viernes 30 abril 2021
 - Clase 5: Viernes 7 mayo 2021
 - Clase 6: Viernes 14 mayo 2021
 - Clase 7: Viernes 21 mayo 2021
 - Clase 8: Viernes 28 mayo 2021
 - Clase 9: Viernes 4 junio 2021
- Las 14 horas de prácticas se harán a partir del ecuador del curso y el trabajo final se entregará el 30 de junio de 2021 como fecha límite.

4.-CONTENIDOS:

(según el mejor aprovechamiento del programa pueden no seguir este orden de forma estricta)

-SESION 1: VISIÓN PANORÁMICA: PSICOLOGÍA Y COACHING

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Tener una visión global del coaching, diferencias con la psicología y beneficios para impulsar el desarrollo personal y profesional
 1. Diferencias Coaching y Psicología, Mentoring, Asesoramiento, etc.
 2. Fundamentos y beneficios de la Psicología y el Coaching Deportivo
 3. Neurociencia aplicada al deporte y desarrollo

4. Cualidades de un buen coach y herramientas claves
5. Desarrollo de un proceso para el máximo rendimiento

-SESION 2: LIDERAZGO APLICADO AL DEPORTE, ACTIVIDAD PROFESIONAL Y EN LA VIDA

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Conocer las distintas formas de liderar y autoliderarse para lograr la mejor versión de uno mismo y de los equipos
1. Pilares del liderazgo efectivo
 2. Liderazgo del entrenador, deportista y dirigente
 3. Credibilidad
 4. El líder auténtico: visión, misión, percepción, talento y valores
 5. Modelos liderazgo

-SESION 3: GESTIÓN ADECUADA DE LOS PENSAMIENTOS Y EMOCIONES

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Identificar el impacto de pensamientos y emociones y saber gestionarlos
1. Pensamientos, tipos y efectos
 2. Identificar y gestionar emociones
 3. Centramiento, relajación y visualización
 4. Miedos, estrés, bloqueos y limitaciones
 5. PNL, cuerpo, emoción y lenguaje

-SESION 4: EQUIPOS, LIDERAZGO, GESTION DEPORTIVA Y COMUNICACIÓN EFECTIVA

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Conocer las distintas formas de liderar equipos, autoliderarse, gestión en el deporte y comunicación efectiva
1. Gestion en el deporte, equipos y competiciones
 2. Equipos de Alto Rendimiento
 3. Comunicación efectiva
 4. Feedback y Feedforward
 5. Liderar equipos

-SESION 5: CASOS PRACTICOS DE ENTRENAMIENTO MENTAL Y COACHING

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Conocer como definir objetivos retadores y desarrollarlos a través de un plan de acción y seguimiento
 1. Aplicaciones en el deporte y la competición
 2. Casos reales de deportistas, dirigentes y entrenadores
 3. Alcanzar la mejor versión de uno mismo
 4. Ejemplos de deportistas que explican su propia experiencia
 5. Resultados contrastados

-SESION 6: OBJETIVOS, PLAN DE ACCION Y DESARROLLO

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Conocer la aplicación y el impacto del entrenamiento mental y coaching desde la mejor versión de uno mismo
 1. Definir y estructurar objetivos retadores
 2. Plan de acción SMART o REMATA
 3. Alcanzar la mejor versión y el máximo rendimiento
 4. Resumen de aprendizajes y metodología tratada
 5. Seguimiento y medición de resultados

5.-TRABAJO FINAL:

- Elaborar Informe, respetando la confidencialidad, de 3 procesos de coaching individual de prácticas de al menos 3 sesiones cada uno.
- Trabajo final que resume los aprendizajes del curso y como enfocar un proceso de desarrollo y coaching
- Total de horas trabajo final: mínimo de 14 h

6.-INFORMACIÓN ACADÉMICA:

- Profesores y ponentes:
 - Ángela Pumariega (Campeona Olímpica vela, Londres 2012)
 - Miguel Ángel Gómez (Director Deportivo Real Valladolid CF)
 - Isabel García Sanz (Presidenta RFESS, Real Federación Española Salvamento y Socorrismo)
 - Miguel Barco (Experto en comunicación)

- Eusebio Sacristán (Entrenador y exfutbolista)
- Alberto Plácido (Especialista en PNL y Coherencia Cardíaca)
- Francisco Del Río (Gerente AFEDECYL)
- Juan Carlos Álvarez Campillo (Psicólogo y coach deportivo)

Alguno de los profesores ponentes activo en el deporte podría no participar, excepcionalmente, si se complica la agenda por competiciones, etc. pero el contenido no estaría afectado. También podría participar algún otro que no figura inicialmente.

- Director Académico: Juan Carlos Álvarez Campillo
- Director de Gestión del Curso: Francisco Del Río
- Dirección Universitaria: Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC)

7.-INFORMACION E INSCRIPCIONES:

- **Matrícula General del curso 600 €**
- **Matrícula Bonificada 500 € (estudiantes de la UEMC y asociados a AFEDECYL (diferentes estamentos que componen las Federaciones Deportivas de Castilla y León))**
- Información:
 - AFEDECYL (Asociación de Federaciones Deportivas de Castilla y León)
 - UEMC (Universidad Europea Miguel de Cervantes)
 - Consultas sobre cursos anteriores, testimonios, etc.
www.juancarloscampillo.com
- Consultas/Dudas: comunicacion@afedecyl.es