MARE NOSTRUM
BUSINESS SCHOOL

MASTER

MASTER IN COACHING SPORTIVO

ITMNBS060

- DIPLOMA CERTIFICATO DA UN NOTAIO EUROPEO -





METODOLOGIA

Attraverso questo insieme di materiali didattici, gli studenti potranno ottenere una visione della disciplina non-direttiva di preparazione o allenamento psicologico in cui il coach aiuta a liberare le potenzialità del coachee, in questo caso, l'atleta.

In questo master lo studente conoscerà le nozioni di base necessarie per avere una comprensione globale della professione. Allo stesso modo, l'allievo verrà introdotto ai concetti di base di questa disciplina, così come l'importanza del coach sportivo e le competenze che deve possedere. Lo studente verrà introdotto alle metodologie più utilizzate in questo campo per metterle in pratica nelle sue sessioni come coach.

L'alunno riceverà l'accesso ad un corso iniziale dove potrà conoscere la metodologia di apprendimento, il titolo che riceverà, il funzionamento del Campus Virtuale, cosa fare una volta terminato il corso e informazioni su Grupo Tarraco.

BROCHURE DELLA FORMAZIONE

CARICA LETTIVA DI 600H

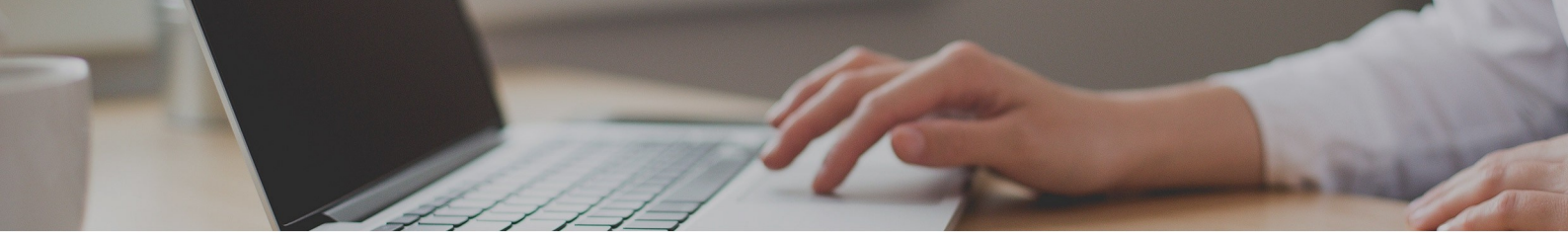
MODALITÀ ONLINE

DURATA FINO AD UN ANNO

CAMPUS VIRTUALE

TUTORAGGIO INDIVIDUALE

LINGUA ITALIANO



IMPORTO TOTALE

VALORE ATTUALE:
~~1580€~~ 395€

PAGAMENTO FRAZIONATO DISPONIBILE

DIVERSE MODALITÀ DI PAGAMENTO

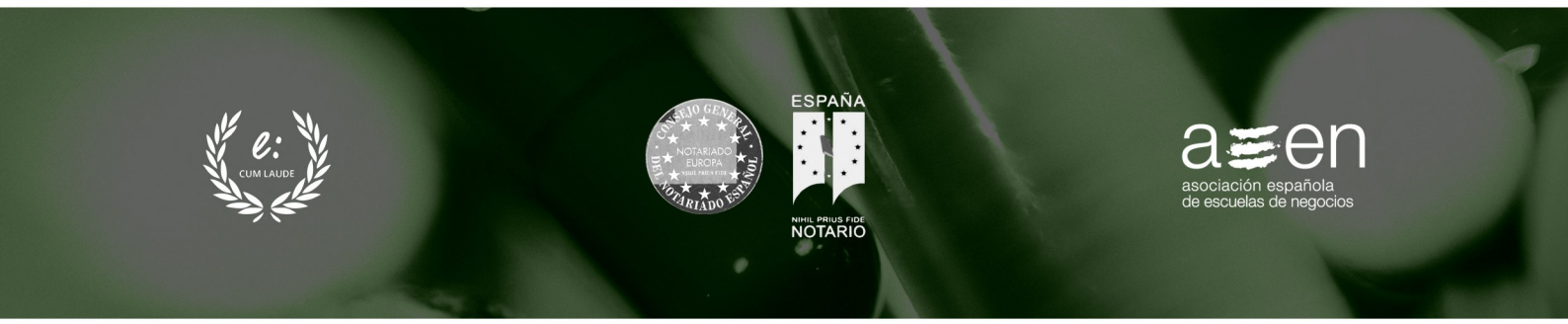
SPEDIZIONE DEL DIPLOMA INCLUSA

ACCREDITAMENTO

Un volta terminati gli studi e aver superato la prova di valutazione, l'alunno riceverà diploma che certifica il "MASTER IN COACHING SPORTIVO", di MARE NOSTRUM BUSINESS SCHOOL, avallato, grazie alla nostra condizione di soci, dal AEEN, cioè la massima istituzione spagnola per la formazione e la qualità.

Il nostri titoli, inoltre, possiedono il marchio del Notaio Europeo, che garantisce la validità, i contenuti e l'autenticità dei titoli, a livello nazionale e internazionale.

Tutti i diplomi possono disporre dell'Apostilla dell'Aia, che riconosce e garantisce l'autenticità e la validità del Diploma in qualsiasi paese firmatario dell'accordo.



PROGRAMMA DI STUDI

INTRODUZIONE

MODULO 1. INTRODUZIONE AL COACHING

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI COACHING

1. Origine etimologica
2. Definizioni

UNITÀ DIDATTICA 2. STORIA DEL COACHING

1. Origini filosofiche e psicologiche del *coaching*
    - Epoca classica
    - Medioevo
    - Età moderna
2. Il coaching nell'attualità

UNITÀ DIDATTICA 3. DIFFERENZA TRA IL COACHING E ALTRE DISCIPLINE

1. *Mentoring* vs. *coaching*
2. Consulenza vs. *coaching*
3. Tutoraggio vs. *coaching*
4. Psicoterapia vs. *coaching*

Riepilogo
Autovalutazione

MODULO 2. FONDAMENTI DEL COACHING

UNITÀ DIDATTICA 1. TIPOLOGIE DI COACHING

UNITÀ DIDATTICA 2. CAMPI D'AZIONE

1. Sfera personale o *life coaching*
2. Ambito aziendale

UNITÀ DIDATTICA 3. MODELLI TEORICI

1. Modello psicodinamico
2. Modello cognitivo-comportamentale
3. Modello sistemico

UNITÀ DIDATTICA 4. CORRENTI PROFESSIONALI

1. Corrente nordamericana: *coaching* pragmatico
2. Corrente sudamericana: *coaching* ontologico-trasformazionale
3. Corrente europea: *coaching* umanistico

Riepilogo
Autovalutazione

MODULO 3. FIGURA DEL COACH

UNITÀ DIDATTICA 1. CHI È IL COACH?

1. Competenze del coach

UNITÀ DIDATTICA 2. CODICE DEONTOLOGICO DEL COACHING

1. International Coach Federation
    - Regolamenti del codice deontologico
    - Impegno etico
2. Associazione Professionale Nazionale del Coaching
    - Filosofia del coaching
    - Standard di comportamento etico
    - Impegno etico

Riepilogo
Autovalutazione

MODULO 4. FIGURA DEL COACHEE

UNITÀ DIDATTICA 1. CHI È IL COACHEE?

1. Profilo del coachee
2. Aspetti sociali e cognitivi del coachee

UNITÀ DIDATTICA 2. COACHABILITY

1. Catalizzatori del progresso
2. Catalizzatori paralizzanti

UNITÀ DIDATTICA 3. PROCESSO DI CAMBIAMENTO

1. Modello transteorico del cambiamento

Riepilogo
Autovalutazione

MODULO 5. PERCORSO E SEDUTE DI COACHING

UNITÀ DIDATTICA 1. PERCORSO DI COACHING

1. Fase I: instaurazione della relazione di coaching
    - Aspetti formali
2. Fase II: progettazione del percorso di coaching
    - Analisi della situazione attuale
    - Selezione degli obiettivi
    - Pianificazione dell'azione
3. Fase III: ciclo di coaching
4. Fase IV: valutazione e monitoraggio del coaching

UNITÀ DIDATTICA 2. SEDUTE DI COACHING

1. Fasi delle sedute di coaching

UNITÀ DIDATTICA 3. TECNICHE STRUTTRALI DI COACHING

UNITÀ DIDATTICA 4. FINE DEL PERCORSO DI COACHIG

1. Indirizzare un coachee alla psicoterapia

Riepilogo
Autovalutazione

MODULO 6. STRUMENTI E TECNICHE DI COACHING

UNITÀ DIDATTICA 1. STRUMENTI BASILARI DEL COACHING

1. Osservazione
2. Rapport
3. Ascolto attivo
4. Domande potente

UNITÀ DIDATTICA 2. TECNICHE DI COACHING

1. Identificazione dei bisogni
2. Determinazione del piano d'azione

Riepilogo
Autovalutazione

MODULO 7. INTRODUZIONE AL COACHING SPORTIVO

UNITÀ DIDATTICA 1.COS'È IL COACHING SPORTIVO?

1. Benefici
2. Origini

UNITÀ DIDATTICA 2.PROFILO DEL COACH SPORTIVO

1. Qualità e abilità
    - Leadership

Riepilogo
Autovalutazione

MODULO 8. VALORI E ATTEGGIAMENTI NELLO SPORT

UNITÀ DIDATTICA 1. COMUNICAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 2. GRUPPO, SQUADRA E COESIONE

UNITÀ DIDATTICA 3. MOTIVAZIONE

1. Motivazione al raggiungimento e competitività

UNITÀ DIDATTICA 4. AUTOFIDUCIA

UNITÀ DIDATTICA 5. EMPATIA

UNITÀ DIDATTICA 6. SPORTIVITÀ

Riepilogo
Autovalutazione

MODULO 9. PSICOLOGIA DELLO SPORT E COACHING SPORTIVO

UNITÀ DIDATTICA 1. COS'È LA PSICOLOGIA DELLO SPORT?

1. Funzioni dello psicologo sportivo
    - Differenze tra psicologo dello sport e coach sportivo
2. Similitudini tra la psicologia dello sport e il coaching sportivo

UNITÀ DIDATTICA 2. PERSONALITÀ NELLO SPORT E NELL'ESERCIZIO FISICO

1. Come si forma la personalità?
2. Personalità e sport

UNITÀ DIDATTICA 3. GESTIONE DELLE EMOZIONI

1. Cosa sono le emozioni?
    - Tipi di emozioni
2. Regolazione emotiva
3. Arousal, ansietà e stress
    - Stress sportivo

UNITÀ DIDATTICA 4. FLOW NELLO SPORT

1. Raggiungere la sensazione di flusso

Riepilogo
Autovalutazione

MODULO 10. PNL APPLICATA AL COACHING SPORTIVO

UNITÀ DIDATTICA 1. COS'È LA PROGRAMMAZIONE NEUROLINGUISTICA?

1. PNL e sport

UNITÀ DIDATTICA 2. SISTEMI RAPPRESENATZIONALI (VAKOG)

UNITÀ DIDATTICA 3. METODO WINGWAVE

UNITÀ DIDATTICA 4. VISUALIZZAZIONE

1. Tipi di visualizzazione

UNITÀ DIDATTICA 5. FEEDBACK E RINFORZO

1. Feedback nello sport
2. Principio del rinforzo

Riepilogo
Autovalutazione

SOLUZIONI

BIBLIOGRAFIA