

L “Facilitador de procesos de Coaching Deportivo” 1

Diplomado 2022
PRIMERA GENERACIÓN

¿Quiénes SOMOS?



Nacemos como un Equipo de Profesionales emprendedores, comprometidos con el desarrollo de las personas en todos sus dominios - individual, familiar y profesional

CUMPLIMOS 12 AÑOS como Escuela 😊!

Más de 460 alumnos han sido parte de Sbs!

¿Cuál es nuestra Experiencia?

Llevamos más de 17 años formando Coaches en universidades, tanto en Argentina como en Uruguay (SbS team + Generación MAS)

Más de 20 años capacitando sobre Coaching en organizaciones e instituciones.

Nuestra Metodología



El cono del aprendizaje de Edgar Dale



“Escucho y olvido,
veo y entiendo,
hago y aprendo”



Confucio - (Kung Fu-Tse)
Pensador chino (551- 479 A.C.)

OBJETIVOS DEL DIPLOMADO

Familiarizarse con conceptos vinculados con el deporte, con el coaching en general y con el coaching deportivo en particular.

Aprender herramientas de Coaching deportivo para implementar con uno mismo atendiendo a cada rol y como facilitador con los diferentes actores del deporte. A nivel individual y colectivo.

También:

Colaborar en el diseño de objetivos y planes de acción.

Acompañar en la gestión de interferencias mentales.

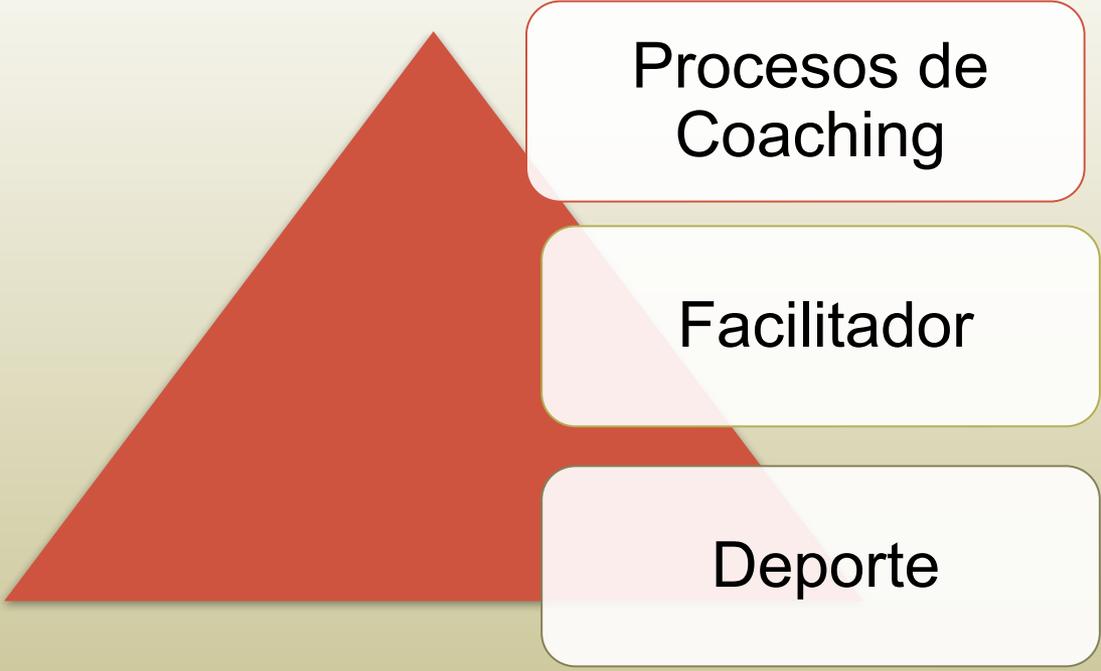
Alinear valores individuales, colectivos de equipo y del club o institución.

Mejorar la comunicación intrapersonal e interpersonal.

Aumentar la motivación individual y colectiva.

Adquirir competencias de liderazgo.

¿DE QUÉ HABLAMOS?



Procesos de
Coaching

Facilitador

Deporte

¿CUÁNDO HABLAMOS DE COACHING DE QUÉ ESTAMOS HABLANDO?

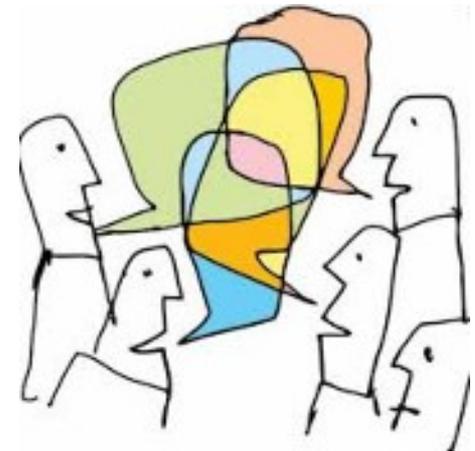
Dinámica

Construcción colectiva

¿Cuáles serían las bases o premisas?

HABLAMOS DE

Proceso individuales y/o equipo.
Compromiso con el proceso.
Un qué, de un para qué y de un cómo.
Confidencialidad.
Generar un contexto para que las cosas pasen.
Acompañar procesos.
Comunicación efectiva.
Que existen interferencias mentales
Fijar objetivos y planes de acción.
Aumento de la motivación.
Creencias.
Hábitos.



¿CÓMO ENTIENDO AL COACHING?

Es una profesión / herramienta que tiene como propósito acompañar a las personas y equipos a tomar conciencia de una situación actual y a diseñar una situación deseada. Proceso de cambio y aprendizaje.

Lo hace a través de un proceso donde se conversa de manera confidencial, comprometida y responsable.

Invita a reflexionar, a implementar nuevas acciones, a hacerse cargo, a ser protagonista y a cambiar el observador que se está siendo.



TIPOS DE COACHING

Organizacional

De equipo

Ejecutivo

Personal



COACHING ONTOLÓGICO APLICADO AL DEPORTE

“ PERSONA EN SITUACIÓN
DEPORTIVA”

¿QUIÉN ES ESA PERSONA QUE ESTÁ EN EL
DEPORTE?

COACHING ONTOLÓGICO

La Ontología es una rama de la filosofía que estudia al SER.
Se basa en el modelo OAR.

Entiende que todas nuestras acciones y resultados producto de estas acciones dependen del tipo de OBSERVADOR que estamos siendo.

El gran desafío del Coaching Ontológico es que la persona descubra que tipo de Observador está siendo y comience un proceso transformador.

BASES DEL COACHING DEPORTIVO

- Surge de una necesidad.
 - El Coachee es el protagonista.
 - Es un proceso vivencial que tiene un acuerdo, un comienzo y un final.
 - Hay un qué, un para qué y un cómo
 - Es voluntario y confidencial.
 - Hay que atender lo personal y lo profesional.
 - Parte de una situación actual y va a una deseada.
 - Hay una brecha entre ambas.
- Modelo OAR . Atiende los tres ejes: LEC.
 - No hay Coaching sin brecha y sin acciones.
 - Trabaja en la fijación de objetivos y planes de acción.
 - El Coachee siempre tiene los recursos.
 - El Coach deportivo es un valor agregado. No compite con nadie.
 - Hay que considerar al entorno. Modelo SOAR.

BENEFICIOS DEL COACHING DEPORTIVO

Actores del deporte: permite

- ❖ Identificar lo que quiere, para qué lo quiere y cómo lograrlo.
- ❖ Autoconocimiento.
- ❖ Tomar conciencia de una situación actual y diseñar una deseada.
- ❖ Establecer objetivos y un plan de acción. Hacerse cargo.
- ❖ Generar un espacio de crecimiento personal y profesional.
- ❖ Aumentar la motivación.
- ❖ Ganar en confianza y en autoestima.
- ❖ Mejorar la comunicación.
- ❖ Gestionar pensamientos y emociones.



Equipo deportivo: permite

- ❖ Mejorar los vínculos y la comunicación entre sus integrantes.
- ❖ Estimular el sentido de pertenencia y la identidad como equipo.
- ❖ Identificar fortalezas y aspectos de mejora.
- ❖ Tomar conciencia de una situación actual y diseñar una deseada.
- ❖ Establecer objetivos y un plan de acción. Hacerse cargo de manera colectiva.
- ❖ Identificar para que están juntos.



FACILITADORES

El facilitador deportivo es aquella persona preparada con las competencias necesarias, para ser un agente de cambio, directo o indirecto, que acompaña a los diferentes actores del deporte a potenciar sus recursos, mejorar su desempeño y alcanzar sus objetivos.



CAMPO DE INTERVENCIÓN DEL FACILITADOR

- Objetivos
- Creencias
- Valores
- Pensamientos
- Emociones
- Motivación
- Concentración
- Vínculos interpersonales

- Hábitos
- Fortalezas
- Aspectos a mejorar
- Liderazgo
- Confianza
- Gestión del estrés precompetitivo y competitivo
- Frustración y errores

LA INTERVENCIÓN DEL FACILITADOR

Permitirá:

- A los diferentes actores del deporte conocerse mejor.
- Planificar objetivos realistas y planes de acción efectivos.
- Mejorar la comunicación intrapersonal e interpersonal.
- Identificar los valores individuales y colectivos.
- Acompañar en la gestión de interferencias mentales (pensamientos y emociones)
- Mejorar la concentración, la autoestima y la confianza, incrementando el rendimiento.
- Ayudar a reducir la frustración causada por los errores.
- Alcanzar niveles de rendimiento superiores.
- Potenciar el liderazgo.
- Identificar creencias limitantes.
- Mejorar la cohesión grupal. Entre deportistas y entre el equipo de trabajo.
- Aumentar la motivación individual y colectiva.



¿QUIENES PUEDEN SER FACILITADORES?

- Estudiantes de coaching.
- Coaches en general.
- Entrenadores y docentes.
- Gestores deportivos.
- Preparadores físicos.
- Dirigentes.
- Diferentes profesionales del deporte.
- Deportistas.
- Ex deportistas.
- Padres.
- Representantes deportivos.
- Árbitros.
- Periodistas deportivos.



ACTORES DEL DEPORTE



- Deportistas
- Ex deportistas
- Entrenadores
- Preparadores físicos
- Dirigentes



- Otros integrantes del equipo técnico



- Gestores deportivos
 - Padres
 - Árbitros



PILARES DEL DEPORTE

Son 4 los pilares en dónde todos los deportes se apoyan y los deportistas deben atender.

- ➔ Técnico
- ➔ Táctico – estratégico
- ➔ Físico
- ➔ Mental



En cada uno trabaja un profesional. En el pilar mental trabaja el coach.

¿Cuánto tiempo se destina al pilar mental?

DEPORTISTAS PROTAGONISTAS

PERSONA EN SITUACIÓN DEPORTIVA

- ❖ Profesional y amateur
- ❖ Niños, jóvenes y adultos
- ❖ Deportes individuales y colectivos



El deporte es un juego, los comportamientos del deportista son reflejo de la persona que está jugando.

ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y EJERCICIO

Actividad física: es cualquier movimiento corporal voluntario, que tiene como consecuencia un gasto de energía.

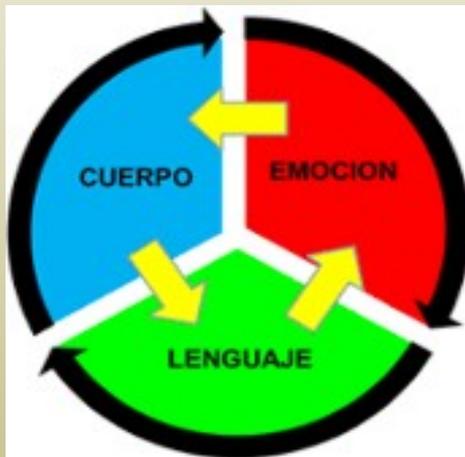
Deporte: Es un juego institucionalizado por asociaciones o federaciones que incluye actividad física que realiza una persona o grupo y que implica competencia. Tiene un aspecto espacial, técnico, táctico, físico, mental y reglamentario específico.

Ejercicio: es una actividad planificada, estructurada y repetitiva con un objetivo. Ej. Adelgazar. Caminar, correr, nadar, bailar, etc.

CONCEPTO DE OBSERVADOR

Observador es la manera particular de estar siendo
Todas nuestras acciones y resultados dependen del tipo de observador que estamos siendo (modelo OAR)

Existen tres ejes básicos que hacen a este observador



¿Esta estructura básica es el resultado de qué?

El actuar revela como somos. Nos muestra el tipo de observador

OBSERVADOR

No vemos las cosas tal como son, sino tal como somos

En función del
Observador definimos

Problemas

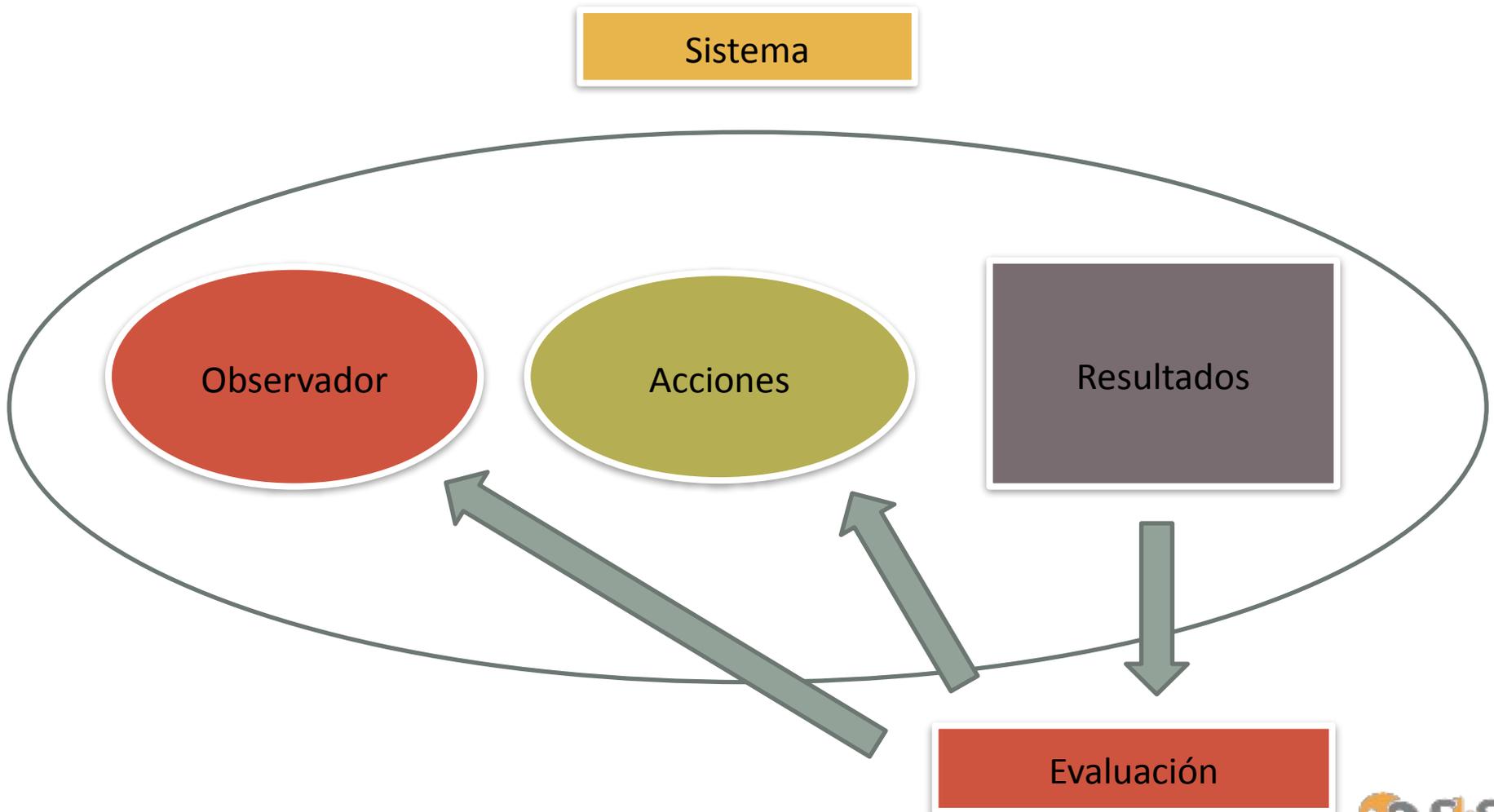
Posibilidades

Soluciones

INTERVENIMOS EN LOS TRES EJES

Lenguaje	Emoción	Cuerpo
Somos seres conversacionales. (Privada o pública) Generador de realidades. Somos lo que pensamos Como se comunica Que dice Como lo dice	Somos seres biológicamente emocionales que razonan Nos invitan a la acción o a la no acción	Somos seres corporales El deportista se expresa a través del cuerpo Lenguaje corporal
INTERRELACIONADAS		
Los pensamientos matematizables lenguaje	Pensamiento → Emoción → Acción	

OBSERVADOR MODELO SOAR



DINÁMICAS

La Rueda Personal



La Rueda Profesional