



CERTIFICACION COACHING DEPORTIVO FCI

100% ONLINE Y EN ESPAÑOL

Certificado avalado en USA



Fórmate en Coaching deportivo: una profesión demandada

Objetivos:

El coaching deportivo es una profesión con una alta tasa de empleabilidad. Cada vez son más los profesionales deportivos de élite que escogen la figura de un coach para su preparación, obteniendo resultados muy satisfactorios.

Para poder convertirte en coach deportivo, antes **tendrás que realizar una formación especializada y de calidad** que te habilite para asistir a deportistas de élite o amateurs, individualmente o en grupo, y acceder a un sector con una gran demanda de profesionales.

¿Cuáles son las funciones de un Coach deportivo?

Entre las **funciones del coach deportivo** está el elaborar un Plan de acción, así como las visualizaciones y afirmaciones, ya que serán el camino para volver a planificar estrategias deportivas para lograr las metas, sometiendo tanto al Plan como al deportista a una **evaluación constante**.

Si la planificación está bien diseñada y se adapta a los objetivos y necesidades del deportista, el coaching deportivo aportará los siguientes **beneficios**:

- Alcanzar metas y objetivos deportivos
- Mejorar la motivación y la autoestima
- Tomar conciencia de las fortalezas y limitaciones
- Asumir responsabilidades y compromiso con el deporte/equipo
- Desarrollar el talento del deportista
- Asentar las bases para poner en práctica el autoaprendizaje



Aplicaciones del coaching según la disciplina deportiva

Los beneficios del coaching deportivo pueden obtenerse en cualquier entorno. De hecho, en muchas ocasiones se utiliza esta práctica no tanto para los propios profesionales del deporte como para los **miembros de una organización o entidad deportiva**, que pueden ser desde altos ejecutivos a personal médico o administrativo.

No obstante, sí es cierto que **su aplicación principal suele darse entre deportistas**, tanto aficionados como de alto nivel, y sobre todo en disciplinas como las que presentamos a continuación:

- **Coaching deportivo en el fútbol:** en este deporte, el proceso de coaching resulta de gran utilidad por su capacidad para desarrollar el liderazgo de los capitanes de equipo, así como para mejorar la confianza entre los jugadores o solventar cualquier posible conflicto interno.
- **Coaching deportivo en tenis:** en un deporte de carácter tan individualizado, ocurre a menudo que el profesional se siente solo en su espacio de trabajo y pierde de vista la motivación final que rige su trabajo. En esos momentos entran en juego las utilidades del coaching deportivo. Por ejemplo, no es inusual que el coach acompañe y asesore al deportista incluso durante los propios partidos, ofreciendo consejos y recordando técnicas para mantener la concentración o superar momentos de frustración.
- **Coaching deportivo en disciplinas olímpicas:** el entorno deportivo de alto rendimiento no está exento de situaciones de estrés y mucha tensión, pero estas condiciones se amplifican todavía más en el contexto de las Olimpiadas. El coaching deportivo ayuda a los deportistas a lidiar con la presión y la atención mediática, pero también a obtener los mejores resultados desde el punto de vista profesional.

El coach podría, por ejemplo, utilizar técnicas propias de esta disciplina, como el **trabajo de los hábitos** o el **establecimiento y mejora del plan de acción**, para que el deportista culmine todo el proceso, alcanzando sus metas definidas en el inicio del trabajo de coaching.

A continuación, vamos a analizar en detalle cada una de estas fases:

Primera fase del coaching deportivo: toma de conciencia

El deportista debe saber que hay muchas formas de lograr un objetivo. Por eso, el coach deberá ayudarle a abrir la mente, visualizar sus metas y ubicar a dónde quiere llegar. Esto es importante porque, más allá de la mejora del rendimiento, **si no hay una claridad de ideas sobre el lugar al que se dirige, será imposible alcanzar el éxito.**



En este punto del proceso de aprendizaje se podrían aplicar, por ejemplo, las técnicas del *por qué, el cómo y el para qué*. Profundizando en esa dirección se inicia un **proceso de concienciación** para alcanzar los objetivos.

Segunda fase del coaching deportivo: querer

El deportista debe tener el deseo, una vez que ha localizado su objetivo y lo ha analizado, de alcanzarlo. Sin la voluntad de que suceda un cambio que lo lleve a alcanzar sus metas, esto no sucederá. Aquí habría que aplicar diferentes técnicas de coaching deportivo, como, por ejemplo, trabajar sobre las **creencias**, para lograr que la motivación del deportista sea la máxima.

Cualquier duda en este punto puede resultar definitiva y hacer imposible que el deportista complete el proceso, ya que este punto suele ser, en muchos casos, costoso para el deportista.

Tercera fase del coaching deportivo: saber

Superada la fase del querer, es necesario seguir en el camino del conocimiento. Hay que **conocer, entender y saber cómo aplicar las técnicas necesarias para alcanzar los objetivos**, ya que de otra manera será imposible.

Por lo tanto, se debe continuar trabajando para lograr los cambios deseados, ejecutándolos de manera que sean **firmes y persistentes**, asegurando el éxito en el tiempo, y siempre de la mano del coach deportivo.

Aquí se podrían aplicar herramientas como la **visualización** o las **afirmaciones**, que reforzarían el camino que está siguiendo el deportista.

Cuarta fase del coaching deportivo: actuar

Este es el último punto y, por supuesto, el más importante de todos los pasos del coaching deportivo. Si no se culmina el proceso con un **buen desarrollo de la actuación**, de nada habrá servido todo el trabajo previo. Hay que saber continuar con el objetivo en mente y luchando por el deseo que mueve al deportista.

Desarrollo laboral:

¿Cuáles son las salidas profesionales en coaching deportivo a las que podrá acceder?

- Monitor deportivo
- Asistente en centros médicos y gimnasios
- Como deportista profesional
- Salidas profesionales coaching deportivo: preparador de oposiciones



¿Cómo se estudia?

Lo lograrás a través de nuestra plataforma o app sistema paso a paso" **100% online**, **moderno y accesible 24/7**, en el que dispondrás una gran variedad de recursos formativos, con los que podrás ir aprendiendo a tu propio ritmo; Además, contarás de un equipo docente compuesto por profesionales del ámbito deportivo que compartirán contigo sus conocimientos.

¡Únete a la comunidad Fitness Cross Internacional® y comienza tu formación en Coaching Deportivo!

