



Escuela Europea del Deporte

# DOBLE TITULACIÓN

**MÁSTER EN DINÁMICAS DE GRUPO +  
MÁSTER EN COACHING DEPORTIVO**

**ACREDITADO POR LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS +  
CARNÉ FEDERADO**

**EED002**



## DESTINATARIOS

El máster en dinámicas de grupo + máster en coaching deportivo está dirigido a trabajadores, emprendedores y empresarios interesados en el sector del deporte y el sector del fitness. Permite conocer el liderazgo eficaz dentro del grupo, la comunicación resolución de conflictos las habilidades sociales y la inteligencia emocional, las técnicas y dinámicas de grupo, las dinámicas de grupo, la planificación de la dinámica y el coaching deportivo.

## MODALIDAD

Puedes elegir entre:

- **A DISTANCIA:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu domicilio el pack formativo que consta de los manuales de estudio y del cuaderno de ejercicios.
- **ON LINE:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás todo el material de estudio.

## DURACIÓN

La duración del curso es de 600 horas.

## IMPORTE

IMPORTE ORIGINAL: 2380€

**IMPORTE ACTUAL: 595€**

## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el "MÁSTER EN DINÁMICAS DE GRUPO + MÁSTER EN COACHING DEPORTIVO", de ESCUELA EUROPEA DEL DEPORTE, avalada por nuestra condición de socios de la AEC máxima institución española en formación y calidad, de la FEF- la Federación Española de Fitness y el Registro Español de Profesionales del Ejercicio- ESREPS.

Todos los alumnos recibirán (sin ningún cargo adicional) el Carné de Federado, y estarán inscritos en el registro de profesionales de ESREPS.

ESREPS, es un proceso independiente que recoge y registra a los profesionales del ejercicio: instructores, entrenadores y profesores que trabajan en España. El registro evidencia que un profesional de ejercicio ha cumplido con los estándares mínimos prescritos de buenas prácticas, incluida la adopción de un Código de Ética y que se han comprometido a elevar los niveles de cualificación a través de un proceso de desarrollo profesional continuo (DPC). ESREPS está regulado por el consejo de normas de la Federación Española de Fitness (FEF) dentro de un marco internacional de las cualificaciones que describen los conocimientos, habilidades y competencias profesionales del ejercicio deben lograr para su registro.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

# CONTENIDO FORMATIVO

## PARTE 1. DINÁMICAS DE GRUPO

### UNIDAD FORMATIVA 1. DINÁMICAS DE GRUPO

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL GRUPO: ELEMENTOS, CARACTERÍSTICAS Y ROLES**

1. El grupo
2. Clasificación de los grupos
3. Estructura del grupo
4. Funciones de los grupos
5. Etapas de formación de los grupos
6. Los roles en los grupos
7. La cohesión en el grupo
8. Principios de funcionamiento del grupo

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL LIDERAZGO EFICAZ DENTRO DEL GRUPO**

1. Conceptualización
2. Estilos de liderazgo
3. El líder
4. Papel del líder dentro del grupo
5. Estrategias y posibilidades para liderar de forma eficaz

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA COMUNICACIÓN**

1. La comunicación y sus elementos
2. La comunicación verbal
3. La comunicación no verbal
4. La escucha activa

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS**

1. ¿Qué es el conflicto?
2. La resolución de conflictos
3. La negociación
4. La creatividad en la toma de decisiones ante un conflicto

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. LAS HABILIDADES SOCIALES Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**

1. ¿Qué son las habilidades sociales?
2. La asertividad
3. La Inteligencia emocional
4. Autoconcepto y autoestima
5. La empatía

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS Y DINÁMICAS DE GRUPO**

1. ¿Qué es la dinámica de grupos?
2. ¿Qué son las técnicas grupales?
3. Clasificación de las técnicas grupales
4. Fundamentos de selección y aplicación de las técnicas grupales

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL PAPEL DEL ANIMADOR/DINAMIZADOR**

1. El animador sociocultural
2. La profesión de Animador
3. Perfiles de la profesión de animador

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. DINÁMICAS DE GRUPO**

1. Dinámicas de presentación
2. Dinámicas de conocimiento
3. Dinámicas de confianza
4. Dinámicas de Animación
5. Dinámicas de cooperación y consenso
6. Dinámicas de autoestima

## **ANEXO 1. PLANIFICACIÓN DE LA DINÁMICA**

1. ¿Cómo se planifica una dinámica?
2. Formalización de la dinámica: la ficha
3. La creación de dinámicas de grupo
4. La evaluación de la dinámica

## **UNIDAD FORMATIVA 2. CDROM - DINÁMICAS DE GRUPO**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA TÉCNICA MÁS ADECUADA SEGÚN LOS OBJETIVOS.**

1. Presentación
2. Conocimiento.
3. Confianza.
4. Animación.
5. Cooperación.
6. Integración.
7. Comunicación.
8. Resolución de conflictos.
9. Consenso.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA TÉCNICA MÁS ADECUADA SEGÚN LA PARTICIPACIÓN DE EXPERTOS.**

1. Predomina la participación de expertos.
2. Participan expertos y grupo.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA TÉCNICA MÁS ADECUADA SEGÚN EL TAMAÑO.**

1. Gran grupo.
2. Grupo mediano.
3. Grupo pequeño.

## **UNIDAD FORMATIVA 3. CDROM - RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. TALLER DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.**

1. Presentación.
2. Definición de conflicto.
3. Conflictos interpersonales.
4. Actitudes ante el conflicto.

5. Enseñamos a resolver conflictos.
6. Evaluación y despedida.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. TÉCNICAS DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.**

1. El nombre que te pilló.
2. Mirarse con los ojos azules y en positivo.
3. Saltos.
4. Silencio.
5. Salir del círculo.
6. Fumadores.
7. El líder manda.
8. Ver, juzgar y actuar.
9. Historia de Marlene.
10. Los planetas.
11. Okupas.
12. Fotos conflictivas.
13. Yo lo miro así.
14. Que viene el cartero.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. INSTALACIÓN DEL SOFTWARE "GERZA".**

1. Colección de 400 dinámicas de grupo.

## **PARTE 2. COACHING DEPORTIVO**

### **UNIDAD FORMATIVA 1. INTRODUCCIÓN AL COACHING**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES EL COACHING?**

1. El cambio, la crisis y la construcción de la identidad
2. Concepto de coaching
3. Etimología del coaching
4. Influencias del coaching
5. Diferencias del coaching con otras prácticas
6. Corrientes actuales de coaching

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. IMPORTANCIA DEL COACHING**

1. ¿Por qué es importante el coaching?
2. Principios y valores
3. Tipos de coaching
4. Beneficios de un coaching eficaz
5. Mitos sobre coaching

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING (I)**

1. Introducción: los elementos claves para el éxito
2. Motivación
3. Autoestima
4. Autoconfianza

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING (II)**

1. Responsabilidad y compromiso

2. Acción
3. Creatividad
4. Contenido y proceso
5. Posición meta
6. Duelo y cambio

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. ÉTICA Y COACHING**

1. Liderazgo, poder y ética
2. Confidencialidad del Proceso
3. Ética y Deontología del coach
4. Código Deontológico del Coach
5. Código Ético

### **UNIDAD FORMATIVA 2. EL PROCESO DE COACHING**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. COACHING, CAMBIO Y APRENDIZAJE**

1. La superación de los bloqueos
2. El deseo de avanzar
3. Coaching y aprendizaje
4. Factores que afectan al proceso de aprendizaje
5. Niveles de aprendizaje

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL PROCESO DE COACHING: ASPECTOS GENERALES**

1. Coaching ¿herramienta o proceso?
2. Motivación en el proceso
3. La voluntad como requisito del inicio del proceso
4. Riesgos del proceso de coaching

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. HABILIDADES RELACIONADAS CON EL PROCESO**

1. Introducción
2. Escucha
3. Empatía
4. Mayéutica e influencia
5. La capacidad diagnóstica

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. FASES EN EL PROCESO DE COACHING**

1. Primera fase: establecer la relación de coaching
2. Segunda fase: planificación de la acción
3. Tercera fase: ciclo de coaching
4. Cuarta Fase: evaluación y seguimiento
5. Una sesión inicial de coaching

### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. EVALUACIÓN (I)**

1. ¿Por qué es necesaria la evaluación?
2. Beneficios de los programas de evaluación de coaching
3. Factores que pueden interferir en la evaluación
4. ¿Cómo evaluar?
5. Herramientas de medida para la evaluación de resultados

## **UNIDAD DIDÁCTICA 11. EVALUACIÓN (II)**

1. El final de la evaluación
2. Evaluación externa
3. Sesiones de evaluación continua
4. Tipos de perfiles
5. Cuestionario para evaluar a un coach

## **UNIDAD FORMATIVA 3. COACH Y COACHEE**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. EL COACH**

1. La figura del coach
2. Tipos de coach
3. Papel del coach en el proceso de coaching ejecutivo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. COMPETENCIAS DEL COACH**

1. Competencias clave y actuación del coach
2. Las características del coach efectivo para el desarrollo de competencias
3. Dos competencias clave para el desarrollo de una empresa liberadora

### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. LA PREPARACIÓN DE UN BUEN COACH**

1. Preparación técnica: formación y experiencia empresarial
2. Errores más comunes del coach
3. Capacitación para conducir las sesiones de coaching

### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. LA FIGURA DEL COACHEE**

1. La figura del coachee
2. Características del destinatario del coaching
3. La capacidad para recibir el coaching
4. La autoconciencia del cliente

## **UNIDAD FORMATIVA 4. COACHING Y DEPORTE**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 16. COACHING Y DEPORTE**

1. El origen del coaching
2. La estrategia deportiva
3. Coaching deportivo: aprender a fluir

### **UNIDAD DIDÁCTICA 17. VALORES DEL DEPORTE**

1. El deporte: crisol de valores
2. La sana competitividad
3. Beneficios del deporte
4. Coaching deportivo y salud

### **UNIDAD DIDÁCTICA 18. EL ENTRENADOR: COACH**

1. Descripción del buen entrenador
2. Objetivos, misión y valores del entrenador
3. Claves del entrenador-coach
4. Gestionar deportistas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 19. EL ENTRENAMIENTO**

1. ¿Qué significa entrenar?
2. Claves para un buen entrenamiento
3. Tipos de entrenamiento
4. Parámetros para alcanzar la excelencia

## **UNIDAD FORMATIVA 5. ELEMENTOS NECESARIOS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 20. CONCIENCIA PERSONAL**

1. El deportista: concentración
2. Regulación emocional en el deporte y las atribuciones
3. Autoestima y autoconfianza
4. Prevención de lesiones

### **UNIDAD DIDÁCTICA 21. CONCIENCIA GRUPAL**

1. El equipo: sinergia grupal
2. Grupo vs. Equipo
3. El éxito colectivo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 22. GESTIÓN DE LAS EMOCIONES**

1. Mantener una actitud positiva
2. Motivación
3. Reconocer las posibilidades: autovaloración
4. Energía emocional
5. Intención ganadora

### **UNIDAD DIDÁCTICA 23. EL CUERPO, LA MENTE Y EL DEPORTE**

1. Cuerpo
2. Mente
3. Equilibrio cuerpo y mente

### **UNIDAD DIDÁCTICA 24. LÍDER Y LIDERAZGO**

1. El líder
2. Liderazgo
3. Enfoques centrados en el líder
4. Teorías situacionales o de contingencia
5. Estilos de liderazgo

## **UNIDAD FORMATIVA 6. TÉCNICAS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 25. TÉCNICAS DEPORTIVAS**

1. Introducción a las técnicas de coaching en positivo
2. Visualización
3. Relajación
4. Concentración

### **UNIDAD DIDÁCTICA 26. TÉCNICAS DE EQUIPO**

1. Definición y clasificación
2. Técnicas de grupo grande



3. Grupo mediano
4. Técnicas de grupo pequeño
5. Técnicas que requieren del coach
6. Técnicas según su objetivo

## UNIDAD FORMATIVA 7. ESTABLECIMIENTO DE METAS

### **UNIDAD DIDÁCTICA 27. LAS METAS EN EL DEPORTE**

1. ¿Qué entendemos por meta?
2. Pautas para establecer una buena meta
3. Diseño de un sistema de establecimiento de metas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 28. ESTABLECER OBJETIVOS**

1. Diferencia entre objetivo y meta
2. Pautas para enunciar objetivos
3. Fases para establecer objetivos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 29. PREPARACIÓN PARA ALCANZAR LA META**

1. Plantear las metas
2. Conseguir las metas

## UNIDAD FORMATIVA 8. COACHING DEPORTIVO Y OTRAS DISCIPLINAS

### **UNIDAD DIDÁCTICA 30. COACHING, PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y DEPORTE**

1. ¿Qué es la psicología del deporte?
2. Herramientas, ejercicios y principios de la psicología del deporte
3. Aportaciones de la psicología al deporte

### **UNIDAD DIDÁCTICA 31. COACHING, MENTORING Y DEPORTE**

1. ¿Qué es el mentoring?
2. Semejanzas y diferencias entre coaching y mentoring
3. Principios y leyes del mentoring
4. Herramientas y técnicas del mentoring

### **UNIDAD DIDÁCTICA 32. COACHING, INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPORTE**

1. ¿Qué es la Inteligencia Emocional?
2. Componentes de la inteligencia emocional
3. Habilidades de inteligencia emocional
4. Aportaciones de la Inteligencia Emocional al deporte

### **UNIDAD DIDÁCTICA 33. COACHING, PNL Y DEPORTE**

1. ¿Qué es la Programación Neurolingüística?
2. Principios de la PNL
3. Los sistemas representacionales
4. Coaching, PNL y deporte