

Curso de COACHING DESPORTIVO

Homologado pelo



... Ajudamos a Elevar Performances!

Lisboa - 27 Fev. | 5 Março 2012

Porto – 10 Março | 17 Março 2012

Organização:



Apresentação

O **Coaching Desportivo** perfila-se, cada vez mais, como uma actividade complementar ao desenvolvimento de competências pessoais e desportivas, cuja prática se assume como fundamental nos atletas e equipas de alto desempenho.

A acelerada competitividade de qualquer modalidade desportiva exige, por parte dos técnicos e desportistas em geral, um conjunto de habilidades, atitudes e modelos de treino que terão de ir muito para além da componente meramente técnica.

Talvez por isso, atletas como Tiger Woods, Lewis Hamilton, e Técnicos como José Mourinho ou Tomaz Morais tenham vindo a integrar nos seus formatos de trabalho uma atitude de coaching como factor diferenciador, motivador e facilitador para o Sucesso.

Por outro lado, o Coaching Desportivo é também uma forma de desenvolvimento eficaz de Liderança, já que explora competências relacionais fundamentais no acompanhamento individual e colectivo, com vista à mobilização e compromisso de atletas e equipas, com a alta performance.



Destinatários:

- Treinadores, Técnicos Desportivos e Atletas que se preocupam com o impacto dos aspectos psicológicos e comportamentais no Alto Rendimento;
- Directores Desportivos e Dirigentes Desportivos que pretendam adquirir competências e conhecimentos de Coaching;
- Todos os Agentes Desportivos que pretendam desenvolver ou melhorar a Liderança junto de atletas e/ou equipas.

Depois deste Curso conseguirá...

- Desenvolver um estilo de Coaching no trabalho com o atleta/equipa
- Desenvolver estratégias de comunicação que estimulam a Performance e a Motivação
- Aumentar o nível de Liderança e empatia com os atletas
- Aplicar estratégias de desbloqueio de crenças que limitam a performance
- Aplicar algumas técnicas de treino mental



Conteúdos Programáticos

- A relação do Coaching com o Desporto
- Pressupostos do Coaching
- Os 3 níveis do Coaching Desportivo
- O Coach é um Treinador?
- As competências-chave do Coaching
- Programação Neuro-Linguística e Neuroestratégia
- O estilo de Comunicação do Líder
- Padrões Linguísticos que aumentam o desempenho
- Rendimento e Performance
- Motivação do Atleta
- Modelo KISS – Keep it Simple and Start
- Definição de Objectivos no Desporto
- Foco, Controlo e Resultado
- Plano de Acção: Dor, Prazer e zona de Conforto
- Crenças, Hábitos e Valores do Atleta
- Resignificação: converter derrotas em sucessos futuros
- Treino Mental e Visualização

Duração

16 horas | Laboral: 9h–18h

Data e Local

Lisboa – Hotel Fénix Urban 27 Fev. | 5 Março 2012

Porto – Hotel Fénix Tuela 10 Março | 17 Março 2012

Investimento

- 145 € (+iva). Neste valor está incluído o manual e Certificado homologado pelo IICD–*International Institute of Coaching and Development*

Facilitador/Coach

Sérgio Guerreiro

Mestrando em Gestão do Potencial Humano, é pós-graduado em Gestão de Recursos Humanos e Licenciado em Relações Internacionais.

É Coach Certificado Internacionalmente pelo ICC e pelo IICD. Possui ainda Certificação Internacional em Programação Neuro-Linguística e é Director e *Trainer* do IICD. Para além de ministrar programas de acompanhamento e desenvolvimento de competências de Liderança com Gestores e Executivos de diversas empresas, tem desenvolvido processos de Coaching Desportivo com a Liga Portuguesa de Futebol Profissional bem como outros agentes e técnicos desportivos.

Informações e Inscrições:

21 351 42 72

info@bizpoint.pt

www.bizpoint.pt