

INTELIGENCIA EMOCIONAL APLICADA AL DEPORTE



Área: Sin clasificar
Modalidad: Teleformación
Duración: 70 h
Precio: Consultar

[Curso Bonificable](#)
[Contactar](#)
[Recomendar](#)
[Matricularme](#)

OBJETIVOS

El alumno podrá realizar las funciones oportunas para desempeñar esta labor de la mejor manera posible. Las técnicas de control y las habilidades de inteligencia emocional son prácticas y destrezas fundamentales en situaciones donde confluyen varias personas y en concreto en el aspecto deportivo, por ello con este curso podrá adquirir diferentes técnicas que le ayudarán a manejar las comunicaciones interpersonales y a trabajar con grupos. Además podrá adquirir conocimientos sobre coaching y de sus diferentes aspectos fundamentales.

CONTENIDOS

1.MÓDULO 1. INTELIGENCIA EMOCIONAL APLICADA AL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA

- 1.Conceptos básicos relacionados con la inteligencia
- 2.Teorías de Inteligencia
- 3.Tipos de inteligencia
- 4.Evaluación de la inteligencia
- 5.Situación actual

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EMOCIÓN

- 1.Introducción
- 2.Sustratos biológicos de la emoción
- 3.Clasificación emocional
- 4.Gestión de las emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.Introducción
- 2.Componentes
- 3.Habilidades de Inteligencia Emocional
- 4.Relevancia e implicaciones de la Inteligencia Emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PERSONALIDAD, AUTOCONOCIMIENTO E INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.Introducción
- 2.Conocerse a sí mismo
- 3.Honestidad emocional
- 4.Energía emocional
- 5.Retroinformación emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 5. COACHING Y DEPORTE

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

UNIDAD DIDÁCTICA 6. VALORES DEL DEPORTE

- 1.El deporte: crisol de valores
- 2.La sana competitividad

3. Beneficios del deporte

4. Coaching deportivo y salud

UNIDAD DIDÁCTICA 7. 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 8. EL ENTRENAMIENTO

1. ¿Qué significa entrenar?

2. Claves para un buen entrenamiento

3. Tipos de entrenamiento

4. Parámetros para alcanzar la excelencia