

Curso

Aplicações do Coaching no Mundo do Desporto





Curso

Aplicações do Coaching no Mundo do Desporto

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Acesso ao site: www.techtute.com/pt/psicologia/curso/curso-aplicacoes-coaching-mundo-desporto

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 16

05

Metodologia

pág. 20

06

Certificação

pág. 28

01

Apresentação

Os maus momentos ou a má gestão emocional podem levar o desportista a situações de saturação que, a longo prazo, podem transformar-se em problemas de rendimento ou falta de autoestima. A figura do *coach* desportivo é responsável por motivar adequadamente o desportista e conduzi-lo à melhor versão de si próprio, atuando como psicólogo e mentor. Esta função exige conhecimentos avançados sobre o *coaching* no mundo do desporto, e este Curso responde a essa exigência, reunindo os melhores conteúdos teóricos e práticos sobre a matéria. O psicólogo terá acesso a um plano de estudos abrangente que aborda as principais metodologias e a conceção de planos de trabalho, de acordo com a perspetiva de um corpo docente altamente qualificado e a total liberdade de um formato 100% online.





“

Torne-se a peça central dos projetos desportivos mais prestigiados, assumindo o papel de coach com os melhores conhecimentos ao seu alcance”

O mentor ou *coach* desportivo não é responsável apenas pelo treino físico, mas também pelo treino psicológico. É tão importante ser capaz de realizar uma tarefa como ter a confiança e a determinação para a levar a cabo. No desporto, isto traduz-se numa motivação adequada do desportista, que o *coach* deve avaliar através de vários processos e modelos de trabalho.

Este Curso aprofunda as questões mais importantes do *coaching* no mundo do desporto, estudando as escolas e tendências atuais, bem como os métodos mais eficazes de abordagem psicológica. O psicólogo terá à sua disposição uma infinidade de conteúdos de alta qualidade, incluindo inúmeros recursos multimédia para reforçar e consolidar todas as táticas de *coaching* adquiridas ao longo do Curso.

Além disso, para facilitar a conciliação deste Curso com a atividade profissional ou pessoal mais exigente, a TECH apostou num formato totalmente online. Para o efeito, foram eliminadas as aulas presenciais e os horários predefinidos, dando ao psicólogo a liberdade de descarregar todo o plano de estudos desde o primeiro dia.

Este **Curso de Aplicações do Coaching no Mundo do Desporto** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- ◆ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em *coaching* e psicologia do desporto
- ◆ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático fornece informações práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ◆ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação pode ser levado a cabo a fim de melhorar a aprendizagem
- ◆ A sua ênfase especial em metodologias inovadoras
- ◆ Aulas teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- ◆ A disponibilidade de acesso ao conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à Internet



Concentre os seus esforços na metodologia de coaching desportivo mais avançada, reunida por uma equipa de especialistas na matéria”

“

Não perca a oportunidade de se juntar à maior instituição académica online do mundo, com os melhores recursos em tecnologia educativa à sua disposição”

O corpo docente do Curso inclui profissionais do setor que trazem a sua experiência profissional para esta capacitação, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

Graças ao seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educativa, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente de simulação que proporcionará uma capacitação imersiva programada para se especializar em situações reais.

A conceção desta capacitação centra-se na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o profissional deve tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do Curso. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos.

Poderá descarregar o plano de estudos completo, que continuará a servir como material de referência após a conclusão do Curso.

Inscreva-se hoje mesmo e comece a preparar o seu percurso profissional com os conhecimentos atuais mais avançados em matéria de coaching desportivo.



02

Objetivos

Este Curso fornece ao psicólogo as competências necessárias para lidar eficazmente e desde o início com as complicações motivacionais e as dificuldades psicológicas mais comuns no mundo do desporto. Graças aos conhecimentos adquiridos neste Curso, o aluno pode posicionar-se com vantagem para liderar projetos desportivos exigentes, com um conjunto de ferramentas adaptadas à realidade atual e uma metodologia psicológica aperfeiçoada.





“

Impulsione a sua carreira melhorando os seus planos de trabalho e processos básicos de coaching individual”



Objetivos gerais

- ♦ Examinar os pilares básicos sobre os quais assenta a Psicologia Desportiva
- ♦ Analisar as possíveis aplicações das técnicas e metodologias mais comuns no *coaching* desportivo
- ♦ Aprender as técnicas psicológicas mais frequentemente utilizadas no campo do desporto
- ♦ Estudar as diferentes ferramentas interdisciplinares do psicólogo e do *coach* desportivo





Objetivos específicos

- ◆ Conhecer o processo básico do *coaching* individual
- ◆ Analisar a metodologia de um processo de *coaching* desportivo
- ◆ Aprender a conceber um plano de trabalho eficaz

“

A elevada qualidade dos conteúdos e da metodologia de ensino da TECH irão exceder as suas maiores expetativas”

03

Direção do curso

Este programa académico conta com o corpo docente mais especializado do mercado educativo atual. São especialistas seleccionados pela TECH para desenvolver todo o itinerário. Desta forma, com base na sua própria experiência e nas mais recentes evidências, conceberam os conteúdos mais actuais que oferecem uma garantia de qualidade numa matéria tão relevante.



“

A TECH oferece-lhe o corpo docente mais especializado na área de estudo. Inscreva-se já e desfrute da qualidade que merece”.

Diretor Internacional Convidado

A Dra. Barbara Roberts é uma psicóloga clínica de referência com um histórico internacionalmente reconhecido no domínio da saúde mental desportiva. Desempenhou um papel importante como Diretora de Bem-Estar e Estudos Clínicos da equipa de futebol americano Washington Commanders, um cargo que a tornou uma das poucas profissionais com um doutoramento em Psicologia Clínica a trabalhar a tempo inteiro para uma franquia da NFL. Aqui, o seu trabalho tem-se centrado na implementação de uma abordagem proactiva à gestão da saúde mental, procurando construir uma base sólida para o bem-estar dos jogadores e o seu impacto no desempenho e na saúde em geral.

Além disso, a sua carreira profissional incluiu funções importantes no Departamento Federal de Prisões (Federal Bureau of Prisons) e no U.S. Army Aberdeen Proving Ground, onde desenvolveu programas de apoio a reclusos e militares com problemas de abuso de substâncias. Além disso, trabalhou para a Administração de Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental (Substance Abuse and Mental Health Services Administration) e para o Gabinete de Política Nacional de Controlo de Drogas da Casa Branca, o que lhe permitiu avaliar e melhorar programas de tratamento a nível nacional.

A Dra. Barbara Roberts também aplicou a sua experiência em métodos baseados em provas, como a entrevista motivacional, para criar um ambiente de confiança com os jogadores, ajudando-os a enfrentar os desafios das suas carreiras e vidas pessoais. A este respeito, a sua abordagem é única na sua capacidade de normalizar a saúde mental no ambiente desportivo e oferecer apoio contínuo e personalizado. Por sua vez, tem-se destacado pelo seu empenho em ajudar os jogadores nas várias fases das suas carreiras, desde os primeiros anos na NFL, até à vida após a reforma.



Dra. Roberts, Barbara

- ♦ Diretora do bem-estar e dos serviços clínicos do Washington Commanders, Washington D. C., EUA
- ♦ Psicóloga clínica no Centro Médico da Universidade de Georgetown, Centro Médico da Universidade de Georgetown, Georgetown, EUA
- ♦ Analista e Coordenadora de Políticas de Saúde no Gabinete de Política Nacional de Controlo de Drogas da Casa Branca
- ♦ Psicóloga clínica na Administração de Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental (Substance Abuse and Mental Health Services Administration)
- ♦ Doutoramento em Psicologia Clínica pela Universidade de Oklahoma
- ♦ Licenciada em Psicologia pela Fisk University

“

Graças à TECH, poderá aprender com os melhores profissionais do mundo”

04

Estrutura e conteúdo

Todos os conteúdos deste Curso foram elaborados de acordo com a metodologia pedagógica *Relearning*, graças à qual a TECH consegue melhorar a eficácia dos seus cursos. O psicólogo não terá de investir demasiadas horas de estudo para assimilar os modelos de trabalho e os processos de avaliação mais complexos do *coaching*, pois estes serão lecionadas de forma sistemática ao longo do Curso, poupando assim um número considerável de horas de estudo.



“

Defina os melhores planos de trabalho, com um coaching sistémico e de equipa atualizado de acordo com as exigências do ambiente desportivo atual”

Módulo 1. Aplicações do coaching no mundo do desporto

- 1.1. Origens e antecedentes do *coaching*
- 1.2. Escolas e tendências atuais
- 1.3. Modelos de trabalho
- 1.4. Diferenças entre o *coaching* e outras abordagens
- 1.5. Competências do *coach* e código de ética
- 1.6. *Coaching* coativo
- 1.7. Processo básico de *coaching* individual
- 1.8. Metodologia de um processo de *coaching* desportivo
- 1.9. Conceção de planos de trabalho e *coaching* sistémico e de equipa
- 1.10. Processos de avaliação do *coaching*





“

Acrescente este Curso ao seu currículo e destaque-se como um treinador de referência nos domínios desportivos mais prestigiados”

05 Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem. A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a *New England Journal of Medicine*.



“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Na TECH utilizamos o Método de Caso

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos clínicos simulados com base em pacientes reais nos quais terão de investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver a situação. Há abundantes provas científicas sobre a eficácia do método. Os especialistas aprendem melhor, mais depressa e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH o psicólogo experimenta uma forma de aprendizagem que abala as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação anotada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra alguma componente clínica peculiar, quer pelo seu poder de ensino, quer pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional actual, tentando recriar as condições reais na prática profissional do psicólogo.

“

Sabia que este método foi desenvolvido em 1912 em Harvard para estudantes de direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais complexas para que tomassem decisões e justificassem a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

- 1 Os psicólogos que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, mas também um desenvolvimento da sua capacidade mental, através de exercícios de avaliação de situações reais e da aplicação de conhecimentos.
- 2 A aprendizagem é solidamente traduzida em competências práticas que permitem ao psicólogo integrar melhor o conhecimento na prática clínica.
- 3 A assimilação de ideias e conceitos é facilitada e mais eficiente, graças à utilização de situações que surgiram a partir de um ensino real.
- 4 O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os estudantes, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento do tempo passado a trabalhar no curso.



Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.



O psicólogo aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes de aprendizagem simulados. Estas simulações são desenvolvidas utilizando software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.

Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis globais de satisfação dos profissionais que concluem os seus estudos, no que diz respeito aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Esta metodologia já formou mais de 150.000 psicólogos com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica.

A pontuação global do nosso sistema de aprendizagem é de 8,01, de acordo com os mais elevados padrões internacionais.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



Últimas técnicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima os estudantes das técnicas mais recentes, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda das técnicas dentárias atuais. Tudo isto, na primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão do estudante. E o melhor de tudo, pode observá-los quantas vezes quiser.



Resumos interativos

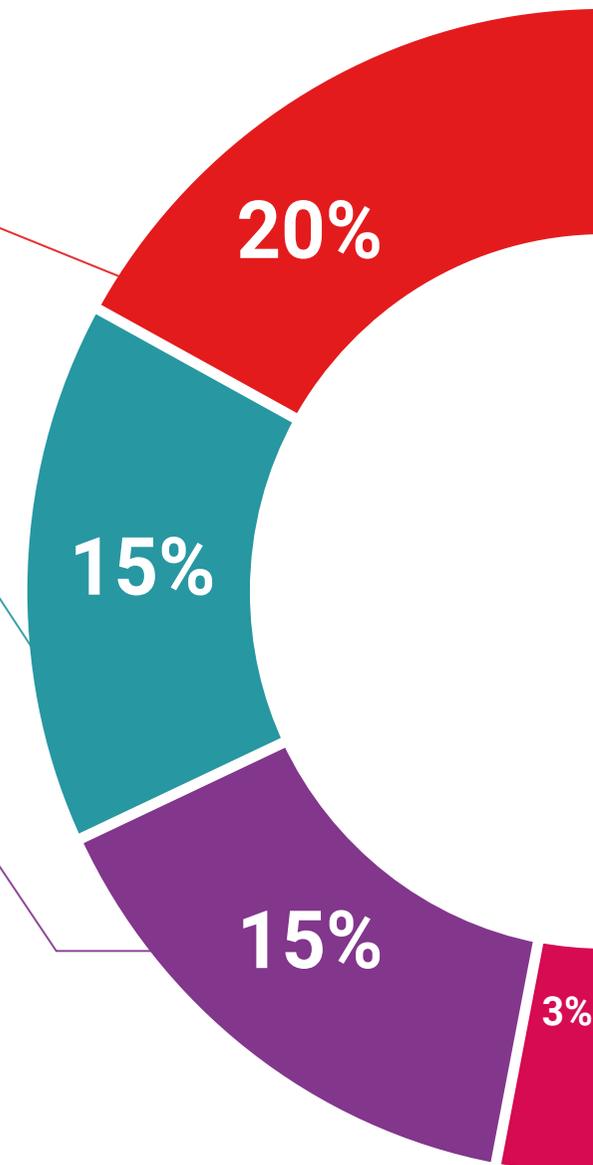
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

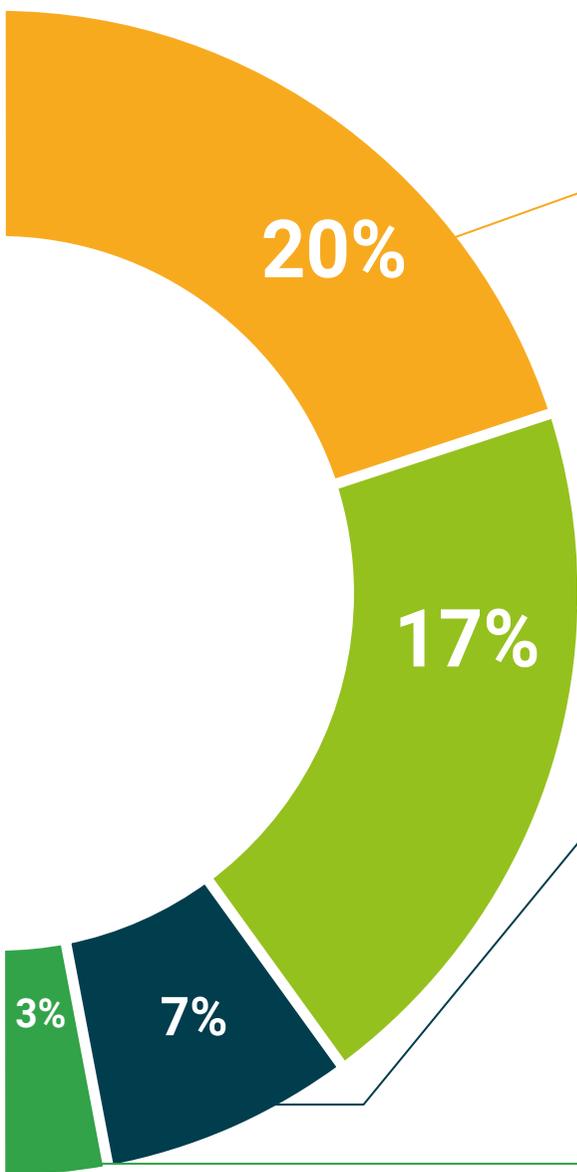
Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu".



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação.





Análises de casos desenvolvidas e conduzidas por especialistas

A aprendizagem eficaz deve necessariamente ser contextual. Por esta razão, a TECH apresenta o desenvolvimento de casos reais nos quais o perito guiará o estudante através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializados. O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



Guias rápidos de atuação

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de folhas de trabalho ou guias de ação rápida. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar os estudantes a progredir na sua aprendizagem.



06

Certificação

O Curso de Aplicações do Coaching no Mundo do Desporto garante, para além de um conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um certificado de Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”

Este **Curso de Aplicações do Coaching no Mundo do Desporto** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio, com aviso de receção, o certificado* correspondente ao título de **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

Este certificado contribui significativamente para o desenvolvimento da capacitação continuada dos profissionais e proporciona um importante valor para a sua capacitação universitária, sendo 100% válido e atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Curso de Aplicações do Coaching no Mundo do Desporto**

Modalidade: **online**

Duração: **6 semanas**

ECTS: **6 ECTS**



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH Universidade Tecnológica providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade compromisso
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualidade
desenvolvimento sistema

tech universidade
tecnológica

Curso

Aplicações do Coaching
no Mundo do Desporto

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Curso

Aplicações do Coaching no Mundo do Desporto