

<b>Materia:</b>	<b>Psicología Deportiva</b>
-----------------	-----------------------------

Universidad de Sonora  
 Unidad Regional Centro  
 División de Ciencias Biológicas y de la Salud  
 Departamento que imparte la materia: Psicología y Cs. de la Comunicación

<b>Eje de Formación:</b>	<b>Profesionalizante</b>
--------------------------	--------------------------

<b>Carácter:</b>	<b>Obligatoria</b>
------------------	--------------------

<b>Créditos:</b> 9		
<b>Horas Semana:</b> 5	<b>Teoría:</b> 4	<b>Práctica:</b> 1

<b>Modalidad:</b>	<b>Taller</b>
-------------------	---------------

- Competencias:**
- Enseñanza
  - Intervención
  - Identificación-Diagnóstico
  - Evaluación

**Objetivo General:**  
 Conocer el rol profesional del Psicólogo del Deporte en lo que respecta al asesoramiento a individuos, equipos o instituciones, como así también, el desarrollo de la docencia y la investigación.

- Objetivos específicos:**
- Conocer el ejercicio profesional, a través de la propia experiencia en clase, con la aplicación de los métodos e instrumentos de evaluación específicos.
  - Conocer de técnicas específicas de entrenamiento mental tendientes a optimizar las capacidades psicológicas de los deportistas en función de mejorar su rendimiento.

**Conocimientos y experiencias previas:**  
 Habilidades básicas de expresión oral y escrita. Metodología de la Investigación, Anatomía y Fisiología, Psicología Evolutiva, Psicología Educativa.

**Contenidos disciplinares específicos:**

**I PARTE:** Deporte, educación Física, juego. El rol del psicólogo deportivo

**Tema 1. Deporte. Educación física, juego. El rol del psicólogo deportivo.**

- Diferencias entre psicología del deporte y psicología clínica.
- Concepto de salud-enfermedad. Rol del psicólogo dentro del equipo interdisciplinario.
- Modos de intervención. Educación, Educación Física y Educación Deportiva. El origen deportivo del estado y el homo ludens.
- La educación física y el deporte como herramientas inclusivas; fenómenos de socialización y educación.
- El deporte como producto social. Cultura de masas.

**Tema 2. - El deportista - aptitudes y actitudes**

- Personalidad y deporte.
- Diferencias entre las características personales de los deportistas según el deporte, sea éste individual o colectivo.
- Aptitudes mentales básicas (motivación, auto percepción, autoestima, auto confianza).
- Aptitudes mentales específicas (control de la activación, control de la atención).
- Aptitudes facilitadoras (comunicación, relaciones interpersonales).

**Tema 3. Manejo de grupos y equipos. Liderazgo**

- Definición de grupos y de equipo.
- Los roles dentro del equipo.
- Los reglamentos en que se mueve el equipo.
- Dinámica de grupo.
- a cohesión grupal.
- Desarrollo de una imagen de equipo.
- Definición de líder.
- Distintos tipos de líderes.
- Entrenador como líder.
- El capitán.
- Diferencias entre líder y capitán.
- Elección del capitán.
- Obtención de datos para una mejor toma de decisiones

**Tema 4. Entrenamiento mental y técnicas cuali-cuantitativas para influir en las conductas.**

- Técnicas objetivas y proyectivas específicas para el diagnóstico deportivo.
- Sociogramas deportivos.
- Análisis de tensiones grupales.
- Observación individual y grupal.
- Estrategias de cambio: práctica imaginada, ensayo mental.
- Técnicas en respiración, relajación y visualización.

**Espacios de Enseñanza-Aprendizaje:**

- Aula
- Instalaciones deportivas
- Biblioteca
- Medios de comunicación
- Observación y Prácticas en diferentes contextos

**Estrategias metodológicas:**

<b>Alumno</b>	<b>Docente</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Ensayos.</li><li>• Exposiciones.</li><li>• Trabajos en equipo.</li><li>• Mapas conceptuales.</li><li>• Investigaciones.</li><li>• Tareas.</li><li>• Observación y registro en diferentes contextos</li><li>• Práctica</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Propiciar situaciones de enseñanza-aprendizaje acorde a la actividad a desarrollar.</li><li>• Creación de ambientes propicios.</li><li>• Elaborar sistemas de evaluación.</li><li>• Elaborar material didáctico para las actividades.</li><li>• Evaluar el desempeño de los estudiantes sistemáticamente.</li><li>• Asesorías grupales e individuales</li></ul>

**Bibliografía, documentación y material de apoyo:**

- Riera, J. & Cruz, J." Psicología del deporte - Aplicaciones y perspectivas", Barcelona, Martínez Roca. 1991.

<b>Evaluación:</b>	Participación en clase	20%
	Elaboración de trabajos	15%
	Exposiciones	15%
	Examen Escrito	25%
	Examen Práctico	25%

**Perfil docente:**

- Licenciado en Psicología
- Mínimo dos años de experiencia docente en nivel superior
- Experiencia en el campo deportivo