



Centro Universitario de Ciencias de la Salud

Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Centro Universitario

CENTRO UNIVERSITARIO DE CIENCIAS DE LA SALUD

Departamento:

DEPTO. DE PSICOLOGIA APLICADA

Academia:

PSICOLOGÍA Y DEPORTES

Nombre de la unidad de aprendizaje:

PSICOLOGIA DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:
I8793	48	16	64	7

Tipo de curso:	Nivel en que se ubica:	Programa educativo	Prerrequisitos:
CT = curso - taller	Licenciatura	(LCFD) LICENCIATURA EN CULTURA FISICA Y DEPORTES / De 4o a 7o	CISA I8756

Área de formación:

BASICA PARTICULAR SELECTIVA

Perfil docente:

Es importante que el/la docente que dirija esta UdeA haya tenido un proceso de formación científico-académica (preferentemente) en el área de la psicología y de alguna manera el contacto con la práctica físico-deportiva en cualquiera de sus manifestaciones, niveles y/o dirección. Obviamente su capacidad de dirección no se limitará a desarrollar un proyecto de carácter curricular, sino en todo momento apoyar el desarrollo integral del/la alumno/a gracias a su visión y concepción amplia del mundo. Es necesario que el docente tenga una posición clara hacia la crítica, la autocrítica, pero sobre todo la necesidad de estarse reinventando día a día y tener manejo de las TIC's.

Elaborado por:

Evaluado y actualizado por:

Dr. Baudelio Lara / Psic. Gustavo Nuño M.	Psic. Gustavo Nuño M., Mtro. Gerardo Martínez
---	---

Fecha de elaboración:	Fecha de última actualización aprobada por la Academia
01/02/2016	16/08/2020

2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

LICENCIATURA EN CULTURA FISICA Y DEPORTES
Profesionales
Desarrolla una visión multidisciplinaria sobre los aspectos psicológico, social, histórico, filosófico y antropológico del cuerpo humano, con relación a la actividad física y el deporte;
Interviene en grupos sociales mediante la dirección de actividades rítmicas y expresivas para el aprendizaje de danzas y bailes con finalidades educativas de salud, de competencia o de socialización;
Socio- Culturales
Comprende los diversos contextos y escenarios económicos, políticos y sociales, en la construcción de una identidad personal, social y universitaria;
Técnico- Instrumentales
Desarrolla habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con autonomía.

3. PRESENTACIÓN

La UdeA de Psicología del rendimiento deportivo forma parte del Departamento de Psicología Aplicada. Contiene una carga de 48 horas teóricas (40 presenciales/08 virtuales)/16 horas prácticas (64 horas totales), con un valor curricular de 07 créditos.

La psicología del rendimiento deportivo no es más que una de las tantas expresiones que tiene la psicología del deporte en el sentido amplio de la palabra. “la psicología del deporte como disciplina científica tiene o debería tener a su alcance todos los conocimientos de la psicología básica que se relacionan con el mundo del deporte (autores varios, 2003), entre los que se encuentra el rendimiento deportivo”. Entonces “si aceptamos que la psicología estudia la conducta humana, la Psicología del rendimiento deportivo debe estudiar la conducta que desarrolla el/la deportista”.

Según Viadé Sanzano (2003) “el objeto de estudio de la Psicología del rendimiento deportivo debe ser el/la deportista cuando hace deporte, y no el/la deportista que hace deporte”. Desde esta perspectiva no debemos esperar los cambios en el/la deportista sino en su actividad cotidiana de la práctica físico-deportiva. A partir de estos planteamientos podemos afirmar entonces que el objetivo principal de la psicología del deporte aplicada no es otra cosa más que la mejora del rendimiento deportivo.

Es necesario entender que esta disciplina científica cumple un papel importante en el proceso de formación y desarrollo del futuro LCFYD ya que le dará los elementos necesarios para la toma de decisiones científico-técnicas en la dirección de los deportistas en cualquiera de sus niveles de rendimiento deportivo.

4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Comprende los recursos que utiliza el/la psicólogo del deporte que se relacionan con el rendimiento deportivo y los aplica en su quehacer en el ámbito del deporte y en cualquiera de sus campos de acción y vivencia como en sus prácticas alternativas

5. SABERES

Prácticos	Aplicar los métodos, técnicas y procedimientos de comprensión e influencia psicológica del deportista en el entrenamiento y la competencia.
Teóricos	Investigará los principales métodos y procedimientos del control y regulación psicológica en el entrenamiento y la competencia deportiva para determinar de la mejor manera el tiempo y el espacio de intervención y apoyo psicológico pertinente a tod@s y cada un@ de l@s elementos del grupo deportivo. Enseñarle a enseñar y dirigir: no solo la sesión del entrenamiento sino un proyecto de dirección de la actividad misma en niveles superiores (dentro de diversos escenarios e instituciones: públicas, privadas y del sector social).
Formativos	Comprender la importancia de la transmisión de valores, la cultura ecológica y el bienestar y vida saludable por medio del entrenamiento y la competencia deportiva y las nuevas Tic's. Y lo importante en este proceso es enseñarle el complejo mundo de la cultura física y deporte donde se formará como sujeto y objeto a la vez.

6. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

1. Paradigmas de la Psicología del deporte
 - 1.1. Psicología del deporte y psicología del rendimiento deportivo
 - 1.2. Ámbitos de acción y vivencia deportiva
 - 1.3. Roles del psicólogo de la actividad físico-deportiva
 - 1.4. Objeto y objetivo de la psicología aplicada al rendimiento deportivo
 - 1.5. Métodos de psicología del deporte
2. Principios fundamentales
 - 2.1. Indicadores psicológicos y psicofisiológicos
 - 2.2. Atención y pensamiento
 - 2.3. Fatiga
 - 2.4. El aprendizaje motor
 - 2.5. Motivación y autoconfianza
 - 2.6. Decisiones y comunicación
3. Implicaciones psicológicas por la práctica deportiva
 - 3.1. Aspectos psico-higiénicos en el entrenamiento deportivo
 - 3.1.1. Psicopatologías específicas en el deporte.
 - 3.1.2. Psicopatologías no específicas en el deporte
 - 3.2. Problemas psicológicos del entrenamiento con niñ@s y jóvenes
 - 3.2.1. Cómo manejar deportistas problema
4. Procedimientos y técnicas de evaluación e intervención psicológica
 - 4.1. Evaluación y el feedback, una herramienta fundamental
 - 4.2. Educación moral y volitiva.
 - 4.3. El conflicto dentro del equipo
 - 4.4. Registros electrofisiológicos
 - 4.5. Mejora del rendimiento físico
 - 4.6. Ciberpsicología del Deporte
5. Temas contemporáneos de la Psicología del Deporte

7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

La metodología del curso se basa en la idea y proceso del aprendizaje grupal, en donde el/la alumn@ es el constructor de su propio conocimiento y el/la docente funge como un/a facilitador/a del objeto de estudio.

A. Lecturas previas.
 B. Seminario permanente Psicología del Rendimiento Deportivo.
 C. Conferencias (por parte del profesor e invitados, si hay tiempo durante curso)
 D. Asesorías (individual/grupal).
 E. Trabajo documental y de campo. (Elaboración de portafolio de evidencias [documentales y trabajos prácticos] de aplicación de los contenidos teóricos planteados; remitirse a autores y portales en referencias).
 F. participación activa (cartel, sociodramas, material audiovisual)
 G. Análisis y discusión por equipos y plenarias.
 H. Utilización de las tecnologías de información y comunicación.
 I. Uso de la plataforma Moodle en procesos de enseñanza/aprendizaje (tecnología para cursos en línea)
 J. Sesiones virtuales (a distancia u online)

Se espera que l@s alumn@s desarrollen algunas habilidades del pensamiento, principalmente el pensamiento crítico. PROGRAMA ADAPTADO A LAS CONDICIONES DE LA EMERGENCIA SANITARA NACIONAL (COVID-19)

8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

8.1. Evidencias de aprendizaje	8.2. Criterios de desempeño	8.3. Contexto de aplicación
Son varias evidencias y/o testimonios: Reportes de lectura que es la base. Participación en conferencias y/o seminarios. Reportes de prácticas en diversos escenarios(métodos de psicología del deporte) Reportes de avances del proyecto de investigación (terminal). Elaboración de formatos de control del proceso del entrenamiento y la competencia deportiva. Participación y producción de material auxiliar mediante la plataforma Moodle.	El examen escrito y llamado rápido consiste en preguntas abiertas (máximo 5) acerca de los fundamentos teóricos de la UdeA. Su portafolio de evidencias es la entrega en tiempo y forma de los ejercicios y tareas (todas las variantes) que se desarrollarán durante el ciclo escolar. La entrega del trabajo de investigación es un elemento importante en el proceso del/la alumn@ y que este nos permite acercarl@s a su potencial campo laboral.	El centro de operaciones de esta UdeA es el aula, la biblioteca y el auditorio del mismo centro escolar. Los campos de acción y vivencia del futuro alumn@ en esta UdeA serán de alguna manera las canchas deportivas, gimnasios (varios), alberca, pistas de atletismo, tatamis, cuadriláteros y/o los espacios abiertos dependiendo de la particularidad de cada disciplina deportiva. Sesión Práctica externa

9. CALIFICACIÓN

La calificación se obtiene bajo las siguientes condiciones:

- Prácticas varias (total 5):definidas, programadas y entregadas en tiempo y forma en la plataforma moodle.....33%
- Informe de práctica profesional: incluye todos los elementos, asimismo el material gráfico necesario (fotografías/imágenes de las sesiones de trabajo en las que se participa en base al proyecto realizado 50 cuartillas o más): pre proyecto titulación.....33% **
- Entrega de Proyecto de Investigación terminal de campo (tema sobre cualquier aspecto del

Psicología del Deporte y C-19), grupos a consideración personal.....34% **

10. ACREDITACIÓN

El resultado de las evaluaciones será expresado en escala de 0 a 100, en números enteros, considerando como mínima aprobatoria la calificación de 60.

Para que el alumno tenga derecho al registro del resultado de la evaluación en el periodo ordinario, deberá estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente, y tener un mínimo de asistencia del 80% a clases y actividades.

El máximo de faltas de asistencia que se pueden justificar a un alumno (por enfermedad; por el cumplimiento de una comisión conferida por autoridad universitaria o por causa de fuerza mayor justificada) no excederá del 20% del total de horas establecidas en el programa.

Para que el alumno tenga derecho al registro de la calificación en el periodo extraordinario, debe estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente; haber pagado el arancel y presentar el comprobante correspondiente y tener un mínimo de asistencia del 65% a clases y actividades.

11. BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

García-Naveira V., Alejo y Locatelli D., Luz. Avances Psicología del Deporte. Ed. Paidotribo. Badalona, Esp. 2015.

González, J. Lorenzo. Manual de prácticas de psicología deportiva. Biblioteca Nueva, Madrid 2001. (Clasif. 796 MAN 2001).

Martens, R. El Entrenador. Ed. Hispano-Europea. Barcelona, 1989.

Matveiev, L. Fundamentos del Entrenamiento Deportivo. URSS, Radúga, 1983.

Ozolin, N. G. Sistema Contemporáneo de Entrenamiento Deportivo. La Habana, Científico-Técnica, 1983. (Clasif. GV 711.5 O9618 1995).

Ribeiro Da Silva, Athaydee. Psicología del Deporte y Preparación del Deportista. Buenos Aires, Kapelusz, S. A., 1970.

Ruiz P. Luis M. y Sánchez B. Fernando. Rendimiento deportivo. Gymnos Editorial, Madrid 1997

Thomas, Alexander. Psicología del Deporte. Barcelona, Herder, 1982. (Clasif. GV 706.4 T4618 1982).

Valdés Casal, Hiram M. La preparación psicológica del deportista. Mente y rendimiento deportivo. España, Ed. Inde, 1996. (Clasif. GV 706.4 V35).

Viadé Sanzano, A. Psicología del rendimiento deportivo. Barcelona, Editorial UOC, 2003. (Clasif. 796.077 VIA).

Viru, Atko y Viru Mehis. Análisis y control del rendimiento deportivo. Editorial Paidotribo, Barcelona 2001. (Clasif. RC 1235 V5718 2003).

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Anaya González, I. Iván. Psicología del deporte: una aproximación teórica-metodológica. (Tesis de grado para obtener la Licenciatura de Psicología). Universidad de Guadalajara, febrero, 1994.

Autores Varios. Memorias de la Especialidad de Psicología del Deporte (Material Mimeografiado). ISCF "

Manuel Fajardo". La Habana, 1990/91.

Curcio Borrero, Carmen L. Investigación cuantitativa. Una perspectiva epistemológica y metodológica. Armeria, Colombia, Ed. Kinesis, 2002. (Clasif. Q 180 C86).

Dosil D., Joaquín. Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Madrid, Ed. McGraw-Hill, 2004. (Clasif. 153.947 DOS 2008).

Epstein, David. El gen deportivo. Indicios. Barcelona, 2014.

Firth, Malcolm. El Entrenamiento Psicológico. EUA., Revista Askesis, No. 4. México, 1989

García Ucha, F. E. Estrategias de Motivación en Deportes de Conjunto. Cuba. Revista ATP, No. 6. México, 1989

Garfield, Charles A. Rendimiento Máximo. Barcelona, Ed. Martínez Roca, 1987.

Memorias (no publicadas). III Simposium internacional de educación Física escolar y deporte de alto rendimiento. México, D. F. CCH-UNAM Julio, 1995.

Puni, A. Ensayos de Psicología del Deporte. La Habana, S/E, 1970.

Simson, Vyv y Jennings, Andrew. Los señores de los anillos. Santafé de Bogotá, Col., Edit. Norma, 1992.

Williams, Jean M. Psicología Aplicada al Deporte. Madrid, Biblioteca Nueva, 1991.

11.3. eBOOKS

Martin, G. L., Cuentas, T., & Todd, M. (2008). Psicología del deporte. guía práctica del análisis conductual. Pearson. Retrieved from <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=cat06039a&AN=sems.000038494&lang=es&site=eds-live>

Martin, G. L., Cuentas, T., & Todd, M. (2008). Psicología del deporte. guía práctica del análisis conductual. Pearson. Retrieved from <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=cat06039a&AN=sems.000038494&lang=es&site=eds-live>

Viadé Sanzano, A., Portillo Serrano, R., Gutiérrez Noguera, R., & García Mir, F. D. (2003). Psicología del rendimiento deportivo. Universitat Oberta Catalunya. Retrieved from <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=cat06225a&AN=bbf.335702&lang=es&site=eds-live>

11.4. WEB

<http://www.cucs.udg.mx/cursos-en-linea>

<https://www.youtube.com/user/triatlonxalixco/>

<http://pregrado.udg.mx/Centros/Tem%C3%A1ticos/CUCS/cultura-fisica-y-deportes/titulacion>

<https://www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org/>

<https://www.gob.mx/conade>

<https://wdg.biblio.udg.mx/>

<http://wdg.biblio.udg.mx:2048/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=cat06225a&AN=bbf.335702&lang=es&site=eds-live>