

1 IDENTIFICACION			
1.1 Código	1.2 Nombre	1.3 Pre-Requisito	1.4 Co-Requisito
05016705	PSICOLOGIA DEPORTIVA	SOCIOLOGIA DEL DEPORTE	NA
No. Créditos	HADD	HTI	Proporción HADD:HTI
2	32	64	1:2
Obligatorio	X ☒	Optativo	☐
Teórico	X ☐	Practico	☐
Libre ☐			
Teórico/Practico ☐			
1.5 Unidad Académica Responsable del Curso			
FACULTAD DE HUMANIDADES			
1.6 Área de Formación			
SOCIO- HUMANISTICA			
1.7 Componente			No aplica ☐
ESTRUCTURACION PEDAGOGICA Y SOCIAL			
1.8 Objetivo General			
Determinar los elementos conceptuales, metodológicos y prácticos de la psicología, aplicados al campo deportivo, con el fin de resignificar la importancia de esta área en la salud, la calidad de vida y el deporte.			
1.9 Objetivos Específico			
Adquirir nociones conceptuales y prácticas de la Psicología aplicables al deporte Identificar los procesos psicológicos dentro del ámbito deportivo Reconocer los fundamentos de la personalidad y la incidencia de la vida deportiva en ella Reconocer la importancia del desarrollo y/o entrenamiento integral que incluya variables conductuales, emocionales y cognitivas Desarrollar estrategias específicas para el entrenamiento mental en cualquier nivel deportivo Ejercer una posición crítica constructiva acerca de los procesos de formación deportiva en el departamento del Magdalena			

2 Justificación (Max 600 palabras).

El uso de la psicología en el mundo del deporte se ha incrementado, debido a su comprobada influencia en el óptimo desempeño competitivo y/o funcional. Se ha demostrado que aspectos como el control del estrés competitivo, el manejo de la atención y la motivación a la hora de hacer ejercicio y el aumento de la pericia en el campo de lo emocional y social, juegan un papel crucial en el desempeño deportivo. Estas, y otras muchas cuestiones corresponden al área de la psicología.

Se ha realizado un redescubrimiento de la psicología como un elemento vital para el desarrollo de la actividad física y deportiva, lo que ha conllevado al impulso de nuevas áreas de formación con un vinculante contenido psicológico. A razón de esto, se plantean estas novedosas directrices orientadas a la formulación de una asignatura que se constituya en un elemento base en la formación de nuestros profesionales del deporte y que su accionar pueda influenciar el mejoramiento de la actividad física y deportiva en todos sus niveles.

3 Competencias a Desarrollar

3.1 Competencias Genéricas

- Conocimientos sobre el área de estudio y la profesión
- Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica
- Creatividad
- Resolución de problemas y toma de decisiones
- Trabajo en equipo
- Liderazgo
- Comunicación asertiva
- Auto monitoreo y regulación emocional

3.2 Competencias Específicas

- Aplica los fundamentos, principios y logros de la Psicología en el área de la salud, la formación recreativa y deportiva.
- Comprende la educación física y su aplicación en el campo de la salud física y mental.
- Diseña protocolos de entrenamiento deportivo desde una visión holística que integra aspectos físicos, técnicos, tácticos y psicológicos.

- Desarrolla trabajos en equipos interdisciplinarios aportando desde su área del conocimiento a soluciones a los diversos problemas que se presentan en el deporte.

4 Contenido y Créditos Académicos

Unidades Temáticas		Temas		Tiempos					
No.	Nombre	No.	Nombre	HAD		HTI		Total	
				T	P	T	P		
1	PRINCIPIOS BASICOS DE LA PSICOLOGIA	1.1	Panorama general de la Psicología.	1		2		3	
		1.2	Antecedentes y evolución histórico	1		1	1	3	
		1.3	Objeto y objetivo	1		2		3	
		1.4	Métodos psicológicos	1		2		3	
2	PRINCIPIOS DE LA PSICOLOGIA DEPORTIVA	2.1	Objeto	1		2		3	
		2.2	Áreas de investigación y aplicación	1		1	1	3	
		2.3	Relación de Psicología de Actividad Física y Deporte con otras Ciencias del Deporte	1		2		3	
		2.4	Los roles del psicólogo deportivo	1		2		3	
3	DESARROLLO HUMANO Y ACTIVIDAD DEPORTIVA	3.1	Teorías del desarrollo humano	2			4	6	
		3.2	La infancia y la niñez	1		2		3	
		3.3	Cambios corporales: repercusiones en sus actividades físicas-deportivas y en sus vivencias psíquicas.	1		2		3	
		3.4	Identidad personal, repercusiones psicológicas y rendimiento deportivo	1		2		3	

Unidades Temáticas		Temas		Tiempos					
No.	Nombre	No.	Nombre	HAD		HTI		Total	
				T	P	T	P		
4	DEPORTE PERSONALIDAD	Y	4.1	Personalidad El cuerpo en la elaboración de la Personalidad	1		2		3
			4.2	Rasgos de la Personalidad y el Deporte y ejecución deportiva	1		2		3
			4.3	Directrices para comprender la personalidad individual y	1		2		3
5	PROCESOS PSICOLÓGICOS Y ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA		5.1	Procesos perceptivos Actividad muscular, sensación y conducta.	1		2		3
			5.2	Atención: Concepto, clases y determinante	1		2		3
			5.3	Concentración y distracción en la Actividad Física y el Deporte	1		2		3
			5.4	Inteligencia racional, inteligencia emocional y actividad físico-deportiva	2		4		6
			5.5	Motivación en el área de la Actividad Física y el Deporte Procesos emocionales en la Actividad Física y el Deporte	1		2		3
			5.6	Ansiedad y estrés en el deporte ,	1		2		3
6	LIDERAZGO COMUNICACION	Y	6.1.	Liderazgo y toma de decisiones	1		2		3
			6.2	Dinámica de grupos y la comunicación en el deporte	2		4		6

Unidades Temáticas		Temas		Tiempos				
No.	Nombre	No.	Nombre	HAD		HTI		Total
				T	P	T	P	
7	PSICOLOGIA APLICADA A LA INICIACION Y AL RENDIMIENTO DEPORTIVO	7.1	Psicología de la educación física, del ejercicio y de la salud	1		2		3
		7.3.	Entrenamiento mental: Preparación psicológica de entrenamientos y competiciones	1			2	3
8	ESTRATEGIAS PSICOLOGICAS PARA LA INTERVENCION EN EL DEPORTE	8.1	Establecimiento de Objetivos	1		2		3
		8.2	Control de la ansiedad Regulación de la concentración	1			2	3
		8.3	Evaluación Objetiva del Propio Rendimiento Práctica en Imaginación	1			2	3
		8.4	Control de Cogniciones Disfuncionales y Detención del Pensamiento	1			2	3
Total				36	0	49	8	96
Créditos Académicos				DOS (2)				

5 Prácticas Académicas (Laboratorios y Salida de Campo)

Temática	Actividad	Tema	Recursos	Tiempo (h)	Semana
CAPACIDADES FISICAS Y CONTROL DEL ENTRENAMIENTO	Visita al Gimnasio de Musculación, aplicación de test de fuerza	Test funcionales de campo y de laboratorios por cada capacidad.	Maquinas gimnasio de musculación.	2 horas	

6 Metodología (máximo 600 palabras)

- El curso será desarrollado a través de exposiciones, trabajos de consulta, proyecciones, talleres y sustentaciones, para los cuales se exigirá estudio de documentos y revisiones bibliográficas previas. La fundamentación teórica será complementada por investigaciones y observaciones de campo, cuando se requieran, en cuyos casos la asistencia, como a las clases, también será obligatoria y evaluada.

7 Evaluación (máximo 800 palabras)

EVALUACIÓN:

Se tendrá en cuenta la apropiación y aplicación de los contenidos desarrollados, la entrega de los talleres, lecturas, asistencia, participación y la realización del examen presencial en los tiempos determinados.

Criterios de evaluación.

Se realizarán con el sistema cuantitativo asignado por la universidad, los cuales corresponden a tres seguimientos con sus respectivos valores.

Primer seguimiento: 150 Puntos

Segundo Seguimiento: 150 Puntos

Tercer Seguimiento: 200 Puntos

Parcial: 100pts

8 Recursos Educativos

No.	Nombre	Justificación	Horas (h)
1	Textos, artículos.	Para el estudio de conceptos y bases teóricas.	
1	Plataforma Black Board	Utilización de la plataforma Black Board como acompañamiento a las clases presenciales	
2	Gimnasio	Para el desarrollo de los test funcionales de campo	
3	Instrumentos de medición; Plataforma de Contacto.	Para la aplicación de los test funcionales	
4	Video Beam-computador	Para el desarrollo de las explicaciones y ampliaciones de las temáticas	

9 Referencias Bibliográficas

BAKKER. (1993). Psicología del deporte. Ediciones Morata. Cox, R. (2008). Psicología del deporte. Editorial Médica Panamericana

DOSIL, Joaquín. (2004). Psicología de la actividad física y del Deporte. Madrid: Editorial Mc Graw Hill.
LEPORATTI, A. (1970). Psicología y Deporte. Santiago: Editorial Universitaria.

PEREZ, Cruz y Roca. (1997). Psicología y Deporte. Barcelona: Alianza editorial.

TAMORRI, S. Neurociencias y Deporte. Williams, J. (1991). Psicología aplicada al Deporte. Editorial biblioteca Nueva.

WEINBERG Y GOULD. (1996). Fundamentos de psicología de la actividad física y el deporte. Barcelona: Ariel Editores.

Director de Programa

Decano Facultad

