



Universidad Michoacana
de San Nicolás de Hidalgo

UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE



1. Datos Generales de la Unidad de Aprendizaje

Nombre de la unidad de aprendizaje	Clave	Semestre
Psicología del deporte	OP-V-9	Octavo

Carácter	Optativa	Tipo	Teórico-práctico

Unidades de Aprendizaje antecedentes	Unidades de Aprendizaje consecuentes
Procesos de la comunicación	Psicología de la salud.
Estudio experimental de procesos cognitivos.	Proyecto de investigación en Psicología.
Estudio experimental de procesos conductuales y de orden superior.	
Psicologías: de la niñez, la adolescencia, adultez y vejez.	
Emociones y sentimientos de la psicología humanista	
Psicología de la Educación.	
Diseño de programas de intervención.	

Horas teóricas	Horas prácticas	Horas de trabajo independiente	Total de horas por semana	Semanas por semestre	Total de horas por semestre	Valor en créditos
2	2	1	5	16	64	5

Autores del programa	Fecha de elaboración	Fecha de visto bueno del Consejo Técnico
Karla Ilena Caballero Vallejo Ithzel Liliana Fernández Montaña. José Antonio Zavala Meza.	Marzo de 2021	27 de abril de 2021



Revisores del programa	Fecha de revisión	Porcentaje de ajuste	Fecha de visto bueno del Consejo Técnico

2. Presentación de la Unidad de Aprendizaje

Propósito y vinculación con el perfil del egresado

El propósito de esta unidad de aprendizaje es introducir al estudio de los factores psicológicos asociados al rendimiento deportivo y la participación en actividades físicas y el ejercicio; a través de la revisión de herramientas teóricas y prácticas, técnicas, métodos y estrategias para la evaluación, la intervención y el diseño de programas de entrenamiento, se brinda al estudiante una serie de conocimientos para el desarrollo de competencias teórico, metodológicas, de intervención y acompañamiento en el área deportiva, la investigación y el desarrollo de habilidades para su inserción en campos laborales deportivos.

Fortalece el perfil del egresado a través del desarrollo de las siguientes competencias genéricas:

- ✓ Proyecta intervenciones para la prevención y atención, con base en un soporte teórico-metodológico, para coadyuvar a la solución de algunas problemáticas psicológicas que aquejan a la sociedad, en lo individual y lo colectivo, con una actitud ética.
- ✓ Gestiona e implementa programas de intervención psicológica, a partir de un fundamento teórico-metodológico, con una actitud colaborativa, de apertura hacia la multi, la inter y la transdisciplinariedad; con responsabilidad social.
- ✓ Evalúa la calidad de los procesos relacionados con el quehacer de la psicología, con fundamentos teórico-metodológicos y sentido ético.

De este modo, permitirá la proyección de intervenciones para la prevención y atención, con base en un soporte teórico y metodológico, así como en el empleo de herramientas de evaluación adecuadas en el área y ámbito deportivo; además del desarrollo de competencias para evaluar la calidad de los procesos relacionados con el quehacer de la psicología en el deporte, así como tener elementos para decidir, si así se desea, especializarse en esta área que actualmente tiene una creciente demanda por parte de organizaciones e instituciones tanto internacionales, nacionales y locales, de allí su importancia para la formación de estudiantes de licenciatura.



Universidad Michoacana
de San Nicolás de Hidalgo

**UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE



Propuesta didáctico-metodológica		
Con la conducción del docente	Trabajo independiente	Modalidades informáticas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Exposición teórica. ✓ Exposición audiovisual. ✓ Revisión de bibliografía. ✓ Discusiones grupales. ✓ Prácticas en sitio. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Revisión de literatura. ✓ Elaboración de síntesis. ✓ Resolución de problemas. ✓ Trabajos en equipo. ✓ Elaboración de proyectos. ✓ Investigación de temas. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Participación en foros de discusión. ✓ Consulta, revisión y análisis de material audiovisual. ✓ Participación en video conferencias.
Descripción de actividades específicas en las que incorporarán al menos uno de los tópicos de los ejes correspondientes a la formación transversal para promover el pensamiento crítico: identidad nicolaita, responsabilidad social, ética, género, educación inclusiva		
<p>A través de las prácticas en sitio, se incorporan elementos de observación y preguntas de análisis para su discusión posterior en plenarias en el aula que permitan reflexionar sobre la perspectiva de género en la atención personalizada y la elaboración de programas educativos deportivos. En el trabajo con deportistas con discapacidad, se incorporan en las guías de observación y en las de diseño para para la atención líneas de análisis que favorezcan la incorporación de la mirada inclusiva hacia la diversidad social.</p> <p>El trabajo de exposición, análisis y búsqueda de material audiovisual promueve el empleo de las tecnologías de la información y comunicación en el proceso de formación del estudiante que permite potenciar su desarrollo profesional y de intervención en el ámbito del deporte y la actividad física.</p> <p>Finalmente, el diseño de programas como producto del trabajo en la materia, apunta al trabajo colaborativo y de la vinculación social y comunitaria mediante la promoción de la toma de conciencia de las necesidades del entorno y la creación de soluciones.</p>		



3. Competencias a desarrollar

Ejes formativos

La unidad de aprendizaje Psicología del Deporte forma parte del eje formativo horizontal de formación transversal interdisciplinaria, contribuyendo a que el estudiante comprenda esta asignatura como el estudio científico de los factores psicológicos y comportamentales asociados a participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otras actividades físicas.

Con respecto de los ejes verticales, se ubica en los de la intervención al desarrollar competencias necesarias para planear, diseñar, implementar, evaluar y dar seguimiento a programas de atención e intervención, que promuevan soluciones a problemáticas individuales y grupales en los diferentes ámbitos deportivos a lo largo de la vida.

Se contemplan todos los ejes transversales (socioemocional, nicolita, comunicativo y tecnologías de la información y comunicación) durante la asignatura, ya que las actividades contribuyen al fortalecimiento de éstas.

Competencias disciplinares

- ✓ Explica las distintas áreas de intervención de la psicología considerando elementos teórico-prácticos y éticos.
- ✓ Elabora planes para intervenir en los que contemple con claridad recursos, temporalidad y estrategias para el logro de los objetivos que se proponga, con respeto por los espacios y buscando la inclusión y participación de todas las personas, considerando los avances de la Psicología.
- ✓ Implementa diferentes diseños para intervenir, en función de los contextos y poblaciones, desde las diferentes áreas de la psicología.
- ✓ Conduce técnicas grupales desde las diferentes áreas de la psicología, a nivel informativo, preventivo, de mediación y terapéutico, considerando los contextos y poblaciones a las que se dirige, actuando de manera ética y asertiva.
- ✓ Brinda orientación psicológica oportuna frente a problemáticas en los distintos campos de la psicología, en función de la perspectiva teórica que ofrezca una mejor oportunidad de desarrollo.



4. Perfil académico del docente

Grado académico:	Licenciado en Psicología.
Experiencia:	Dos años de experiencia docente o de investigación en el área de la Psicología del Deporte y práctica en intervención psicológica en el área deportiva.

5. Temas y subtemas

Temas	Subtemas
1. Introducción a la Psicología del Deporte.	1.1 Antecedentes histórico-contextuales de la psicología del deporte. 1.2 ¿qué es la psicología del deporte? 1.3 Áreas de intervención de la psicología del deporte. 1.4 Psicología del deporte en México. 1.5 Devenires de la psicología del deporte.
2. Perfil, funciones y habilidades del Psicólogo del deporte.	2.1 Perfil del psicólogo del deporte. 2.2 Funciones y habilidades del psicólogo del deporte. 2.2.1 Evaluación y diagnóstico. 2.2.2 Planificación y asesoramiento. 2.2.3 Intervención. 2.2.4 Educación y/o formación. 2.2.5 Investigación.
3. Técnicas y Habilidades de intervención en Psicología del Deporte	3.1 Habilidades: 3.1.1 Motivación y adherencia al deporte. 3.1.2 Fortaleza mental. 3.1.3 Autoconfianza. 3.1.4 Inteligencia emocional.



	<ul style="list-style-type: none">3.1.5 Comunicación y negociación.3.1.6 Trabajo en equipo (cohesión grupal y liderazgo).3.2 Técnicas psicológicas de intervención en el deporte:<ul style="list-style-type: none">3.2.1 Establecimiento de objetivos.3.2.2 Activación vs. relajación.3.2.3 Visualización.3.2.4 Atención-concentración.3.2.5 Manejo del estrés y de la ansiedad pre y competitiva.
4. Ámbitos y programas de intervención de la Psicología del Deporte	<ul style="list-style-type: none">4.1 Campos de acción, deporte de:<ul style="list-style-type: none">4.1.1 Iniciación.4.1.2 Para la actividad física.4.1.3 De competición.4.2 Programas de intervención, trabajo con:<ul style="list-style-type: none">4.2.1 Padres de deportistas.4.2.2 Entrenadores.4.2.3 Jueces y árbitros deportivos.4.2.4 Deportistas lesionados.4.2.5 Deportistas con discapacidad.
5. Evaluación psicológica en el deporte	<ul style="list-style-type: none">5.1 Evaluación psicológica.<ul style="list-style-type: none">5.1.1 Test y cuestionarios.5.1.2 Entrevistas.5.1.3 Observación.5.1.4 Registros psicofisiológicos.5.1.5 Sociograma.



6. Criterios de evaluación

CRITERIOS A EVALUAR	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE
1. Asistencia y Participación	Lista de cotejo	20%
2. Prácticas y Exposiciones	Rúbrica	20%
3. Proyecto de investigación o intervención	Lista de cotejo	40%
4. Portafolio de evidencias	Rúbrica	20%
Porcentaje final		100%

7. Evaluación del propósito de la UA en relación con el perfil de egreso

Nivel de logro del perfil del egresado

Se aplicará una escala estimativa de acuerdo con los criterios establecidos por la Coordinación de Academias, para evaluar el nivel de logro del perfil.

8. Fuentes de información

Básica:

Buceta, J. (2020). Psicología del Deporte de alto rendimiento. Madrid , España: Dykinson. ISBN: 978-84-1324-729-8.
 Jiménez, A. y Vázquez, F. (2016). Manual de ejercicios en psicología del deporte. Cinco habilidades psicológicas para el éxito deportivo. Madrid: Dykinso. ISBN: 978-84-9085-724-3.
 Marshall, S. y Paterson, L. (2018). La mente del deportista: Estrategias para desarrollar confianza y motivación. Piadotribo. ISBN: 9788499108339
 Moran, A. (2018). Psicología del deporte. México: Manual Moderno. ISBN 9786074486919.
 Segura, J. (2016). Psicología aplicada al deporte adaptado. Barcelona: UOC. ISBN 9788491165897.
 Lapuente, I. (2020). Psicología y Rendimiento Deportivo. Wanceulen, S.L. ISBN: 978-84-18262-38-8



Universidad Michoacana
de San Nicolás de Hidalgo

UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE



Complementaria:

- Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos (Comp.), (2010). Papeles del psicólogo evaluación psicológica y aplicaciones de la psicología al deporte psicología y lesiones deportivas - funciones psicólogo del deporte psicología del deporte. Revista del consejo general de colegios oficiales de psicólogos. Vol. 31, septiembre-diciembre. M-27453-1981 / ISSN 0214-7823.
- Gimeno, F. & Buceta, J. (2010). Evaluación psicológica en el Deporte (El cuestionario CPRD). Madrid: Dykinson. ISBN 9788498499377.
- Colegio Oficial de Psicólogos de España (s.f.). Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Depósito Legal: M-33343-1998. Recuperado de: <https://www.cop.es/perfiles/contenido/deporte.htm>
- Buceta, J. & Larumbe, E. (2010). Experiencias en Psicología del Deporte. Madrid: Dykinson. ISBN 9788498498929.
- Buceta, J. (2004). Estrategias para Entrenadores de Deportistas Jóvenes. España: Dykinson. ISBN 9788497723077.
- Dosil, J. (2008). Psicología de la actividad física y el deporte. España: McGraw-Hill. ISBN 9788448161033.
- García-Naveira, A. y Locatelli, L. (Comp.), (2014). Avances en psicología del deporte. Barcelona, España: Paidotribo. ISBN 978-84-9910-497-3
- Garry, L. (2008). Psicología del Deporte. Guía práctica del análisis conductual. Pearson Prentice Hall. ISBN 9788483225011.
- Hernández, A. (Comp.), (2003). Psicología del Deporte (Vol. I, II y III): Fundamentos ISBN 987-43-5726-6.
- Mora, J. (2008). Control de pensamiento y sus estrategias en el deporte. EOS, instituto de orientación psicológica asociados. ISBN 9788497272728.
- Serrato, L. (2005). Psicología del Deporte Historia, Contextualización y Funciones. España: Kinesis. ISBN 9789588269009.