

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  PROGRAMA ANALÍTICO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE: <u>Psicología del Deporte</u> Dr. Jesús Enrique Peinado Pérez Dra. Carolina Jiménez Lira MTF. Silvia Leticia Núñez Sáez	DES:	Salud
	Programa académico	LED
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Obligatoria
	Clave de la materia:	ED205
	Semestre:	Segundo
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	5
	Teoría: Presencial o Virtual	4
	Laboratorio o Taller:	1
	Prácticas:	
	Trabajo extra-clase:	2
	Créditos Totales:	5
	Total de horas semestre (x sem):	80
	Fecha de actualización:	21/06/2024
	Prerrequisito (s):	
DESCRIPCIÓN:		
En la actualidad los estilos de vida demandan cada vez mayores recursos cognitivos y emocionales, en el ámbito deportivo y de la actividad física. Los deportistas no están exentos de esta problemática, ya que constantemente se les exige mejorar sus marcas, rendimiento y resultados al enfrentarse a competidores cada vez más hábiles y experimentados en su disciplina. Atendiendo esta problemática, es importante reconocer que la preparación psicológica forma parte del bagaje indispensable para la preparación de los deportistas, para promover el desarrollo humano integral con resultados tangibles. En este curso se analizarán las demandas psicológicas de los deportistas, que les permita maximizar su ejecución a través de prácticas pertinentes en habilidades en entrenamiento psicológicas, cubriendo los requerimientos y necesidades de cada individuo, de manera dinámica, proactiva, ética, habilidosa y reflexiva sobre las funciones y responsabilidades de un entrenador deportivo, que permitan establecer el estado de salud en el individuo, al considerar la importancia de su rol como profesional de la salud.		

COMPETENCIAS PARA DESARROLLAR:

B1. Excelencia y Desarrollo Humano

La excelencia educativa promueve el desarrollo humano integral con resultados tangibles obtenidos en la formación de profesionales con conciencia ética y solidaria, pensamiento crítico y creativo, así como una capacidad innovadora, productiva y emprendedora.

Se puntualiza en los aprendizajes, como referente para construir nuevas propuestas y soluciones en el marco de la innovación y pertinencia social, con matices éticos y de valores, que desde su particularidad cultural le permitan respetar la diversidad, promover la inclusión, valorar la interculturalidad.

B4. Transformación Digital

Transforma la cultura digital en la sociedad, en las organizaciones e instituciones educativas para aprovechar al máximo el potencial de las tecnologías y herramientas digitales, con responsabilidad y ética solidaria; propicia su uso responsable y ético que estimule la creatividad, innovación, la comunicación efectiva y el trabajo colaborativo y transdisciplinar en la solución de problemas de la sociedad digital; promoviendo la privacidad y la seguridad, así como el respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual.

B3. Responsabilidad Social

Asume con responsabilidad y liderazgo social los problemas más sensibles de las comunidades cercanas ante su propio contexto, con el propósito de contribuir a la conformación de una sociedad más justa, libre, incluyente y pacífica, así como al desarrollo sostenible y al cuidado del medio ambiente, en el ámbito local, regional y nacional; y a la preservación, enriquecimiento y difusión de los bienes y valores de las diversas culturas y con la internacionalización solidaria.

P8. Investigación en Salud

Participa en proyectos de investigación referentes al área de la salud, a través de la observación y formulación de hipótesis mediante la aplicación de diversos métodos para responder preguntas y generar conclusiones válidas que ofrezcan alternativas de solución en diversos contextos con enfoque bioético.

P7. Integración del proceso salud-enfermedad

Integra las condiciones de enfermedad causados por desequilibrios homeostáticos en biomoléculas, vías metabólicas, células, tejidos, aparatos y sistemas de los seres vivos, a través de los mecanismos que intervienen en el desarrollo biopsicosocial y ambiental, que permitan establecer el estado de salud o la enfermedad en el individuo, al considerar la importancia de su rol como profesional de la salud.

DOMINIOS (Se toman de las competencias)	OBJETOS DE ESTUDIO (Contenidos necesarios para desarrollar cada uno de los dominios)	RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Se plantean de los dominios y contenidos)	METODOLOGÍA (Estrategias, secuencias, recursos didácticos)	EVIDENCIAS (Productos tangibles que permiten valorar los resultados de aprendizaje)
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación. B4.2. Utiliza de forma responsable las tecnologías de la información, comunicación, conocimiento y aprendizaje (TICCA), en el proceso de construcción de saberes y el desarrollo de proyectos sociales innovadores en el ámbito digital.	OBJETO DE ESTUDIO 1 Contexto actual de la psicología aplicada al deporte. 1. Historia de la psicología del deporte 2. Objetivos de la psicología aplicada al deporte	Describe Describe la evolución de psicología del deporte como ciencia, por medio de una línea del tiempo digital.	Búsqueda y análisis de información Línea del tiempo digital Exposición en grupo	Línea del tiempo Exposición
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación. B3.4. Combate a la ignorancia, la pseudociencia y todos aquellos prejuicios que obstaculizan la transformación de la sociedad.	OBJETO DE ESTUDIO 2 Demandas psicológicas 1. Motivación 2. Resistencia a la fatiga/dolor 3. Autoconfianza. 4. Percepción kinestésica 5. Autocontrol emocional 6. Enfocar la atención 7. Sentido de Pertenencia. 8. Comunicación 9. Activación 10. Ansiedad precompetitiva	Distingue las demandas psicológicas en un determinado contexto deportivo. Describe el fenómeno desde un contexto teórico.	APRENDIZAJE COLABORATIVO Identificar las características fundamentales de los conceptos. A partir del score de un personaje y un equipo determinado el estudiante identificar aspectos fundamentales sobre el rendimiento atlético de los jugadores y emitirá un juicio sobre los aspectos que habría que trabajar con él.	Ponencia A partir del score analiza las áreas de oportunidad y de riesgo del atleta.

	11. Clima socio psicológico			
P8.1. Analiza los problemas de salud en diversos contextos y de forma interrelacionada. P8.6. Informa resultados y genera conclusiones que den respuesta a las preguntas y objetivos de investigación.	OBJETO DE ESTUDIO 3. Recursos psicológicos del deportista. 1. Contexto social 2. Contexto familiar 3. Intereses 4. Ocupaciones 5. Expectativas	Interpreta La influencia del contexto social y familiar en relación a la práctica deportiva del atleta	Solución de casos Presentación de una biografía de un atleta. Análisis de los recursos, áreas de oportunidad y obstáculos del atleta.	Exposición A manera de mesa redonda. Chek list
P7.3. Integra la respuesta fisiológica al estrés y enfermedad con el comportamiento humano individual y social, generada por aspectos biopsicosociales y ambientales, con respeto a las creencias, hábitos y costumbres poblacionales de acuerdo a su rol	OBJETO DE ESTUDIO 4 Métodos de entrenamiento psicológico 1. Establecimiento de metas 2. Relajación Muscular 3. Visualización y practica imaginada 4. Auto-habla 5. Entrenamiento Autógeno 6. Feedback	Conocer y practicar las estrategias psicológicas básicas para dar respuesta a las demandas psicológicas que experimenta los atletas.	Estudio de casos Trabajo colaborativo	Procedimiento Determina la estrategia de intervención psicológica más apropiada de acuerdo al caso específico de un atleta determinado
B1.1. Desarrolla el pensamiento crítico a partir de la libertad, el análisis, la reflexión y la argumentación.	OBJETO DE ESTUDIO 5 Sobre entrenamiento 1. Agotamiento Burnout. 2. Causas. 3. Abandono y retirada. 4. Evaluación Cognitiva. 5. Tratamiento y prevención	Identificar la problemática del entrenamiento deportivo que sobrepasa los recursos del deportista y fuerza el entrenamiento. Reconoce los síntomas del síndrome de burnout. Y las estrategias para enfrentarlo.	APRENDIZAJE COLABORATIVO	Procedimiento Diagrama de flujo

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Cruz, J. (2001). <i>Psicología del Deporte: personalidad, evaluación y tratamiento psicológico</i>. Madrid: Editorial Síntesis Gómez Castañeda, Pedro E. (2011). “Apuntes de Máster en Ciencias del Deporte y Actividad Física”. <i>Principios del entrenamiento deportivo</i>, México Valdés Casal, Hiram (2002), “<i>La preparación psicológica del deportista: Mente y rendimiento humano</i>”. Inde, 3ª Ed. Barcelona. (Figueroa, 2011)	1er PARCIAL. Línea del tiempo... 40% Practica de reconocimiento al equipo 20% Plan de acción..... 40% 2do. PARCIAL. Videos con práctica deportiva..... 60% Búsqueda de información y presentación 40% 3er. PARCIAL. Presentación de plan de estrategias para Implementar en una competencia 100%

CRONOGRAMA

[illegible]