

PROGRAMA:

DIPLOMATURA
EN PSICOLOGÍA
DEL DEPORTE



IURP



INSTITUTO UNIVERSITARIO
RIVER PLATE

PROGRAMA

DIPLOMATURA EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

RES. CS. IURP 102/18 CON. DI-2018-868-APN-DNGYFU#MECCYT

TÍTULO QUE OTORGA:

Diplomado en Psicología del Deporte

JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

La psicología aplicada al deporte es una especialidad de la psicología, que tiene como objetivo promover la salud mental y el bienestar de los deportistas; así como también, optimizar su rendimiento. Considera a la mente y al cuerpo como inseparables, como una unidad.

Despliega su contribución tanto en el ámbito del deporte competitivo como en el deporte formativo (educación inicial, media y superior). Asimismo, posee aplicaciones en el área del deporte recreativo. Adicionalmente, la actividad de alto rendimiento constituye sólo una parte del amplio espectro del deporte competitivo.

El psicólogo del deporte busca que los deportistas puedan adquirir “fortaleza mental”, que es un aspecto más, un plus, o una ventaja que, si bien hace a la diferencia en el rendimiento, no reemplaza al trabajo técnico, físico y nutricional.

Asimismo, y a diferencia del rol del psicólogo clínico, el psicólogo del deporte asume la función más ligada a la de un educador especializado en los aspectos mentales de la actividad deportiva, y forma parte del trabajo interdisciplinario que acompaña al deportista en la búsqueda de sus objetivos.

Nuestra Diplomatura, ofrece la fundamentación metodológica, teórica y práctica, para que los participantes incorporen las competencias clave para que, desde su futuro rol, sean capaces de aportar métodos científicos de evaluación y planeamiento del desempeño del atleta.

PROPÓSITO.

Posibilitar la incorporación de conocimientos y metodologías ligadas a la Psicología del Deporte, que trate las variables psicológicas que impactan en el rendimiento deportivo, las características, su origen y la administración de las emociones del deportista, los factores determinantes de la comunicación y el posicionamiento personal frente a dicho proceso.



IURP

**INSTITUTO UNIVERSITARIO
RIVER PLATE**

DESTINATARIOS

- Psicólogos.
- Estudiantes de Psicología avanzados (4to. año).
- Directores Técnicos y Entrenadores Deportivos (con ejercicio en el área). Profesores/Licenciados en Educación Física.
- Nutricionistas.
- Kinesiólogos.
- Médicos Deportólogos.
- Licenciados en Marketing Deportivo.
- Licenciados en Administración del Deporte.

CONTENIDOS

MÓDULO I: INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Definición y campo de la Psicología. Inserción de la Psicología en el campo de la salud. Diferencias con el Psicoanálisis, la Psiquiatría, Neurología, Psicología Social y Psicopedagogía. Origen y desarrollo de la Psicología del Deporte. Funciones y roles del psicólogo deportivo.

MÓDULO II: INICIACIÓN AL DEPORTE

Psicología evolutiva e iniciación deportiva. Crecimiento, desarrollo y maduración deportiva. La pirámide deportiva. Formación y desarrollo psicomotriz. Juego y Competencia. Iniciación deportiva. Formación deportiva de base. Especialización deportiva. La presión de los padres. Desarrollo de la inteligencia emocional.

MÓDULO III: APTITUDES PSICOLÓGICAS QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO

La motivación. Definiciones y teorías. Motivación interna y externa. Diferencias con la activación emocional. Técnicas motivacionales. Motivos de participación y abandono. Autonomía, destreza y sentido. Evaluación de la Motivación. La confianza. Autoestima y autoeficacia percibida. Relación entre autoconfianza y rendimiento. Cábales y rutinas pre tarea. Fuentes de la autoeficacia. Entrenamiento de la autoconfianza. La atención y la concentración. Características de la atención. Estilos atencionales. Evaluación de la atención. Factores distractores. Entrenamiento de la concentración. Manejo de presiones. Definición de estrés y ansiedad. Fases del estrés. Fuentes del estrés. Consecuencias. Evaluación de miedos y presiones. Preparación Psicológica.

MÓDULO IV: EMOCIONES DEL DEPORTISTA

Definición de emoción. Las emociones como consecuencia de las cargas de entrenamiento. Las emociones previas a la competencia. Las emociones durante el evento, y las reacciones psicofísicas post competencia. Técnicas de intervención psicológica.



IURP

**INSTITUTO UNIVERSITARIO
RIVER PLATE**

MÓDULO V: LA COMUNICACIÓN

Circuito comunicacional. Factores intervinientes. Comunicación verbal y no verbal. Comunicación intra e intergrupala. Desarrollo de destrezas comunicacionales. Modificación de la conducta a través de la comunicación: refuerzos y castigos. Resolución de conflictos. Habilidades sociales. Asertividad y empatía. Pautas para comunicar cosas difíciles. Estrategias de negociación.

MÓDULO VI: EL EQUIPO DEPORTIVO

Definición de grupo y equipo. Grupos primarios y secundarios. Grupos formales e informales. Estructura y dinámica grupal. Roles y normas grupales. Cohesión grupal. Bases del trabajo en equipo. Rasgos característicos de un equipo deportivo efectivo. Causas por las que fracasan los equipos deportivos. Instrumentos para evaluar el rendimiento de un equipo.

MÓDULO VII: EL LIDERAZGO

Definición de liderazgo. Características y funciones de los líderes en el deporte. Estilos de liderazgo. Liderazgo situacional. Liderazgo adaptativo. Líderes positivos y negativos. Toma de decisiones. Ilusiones, trampas y errores cognitivos. El Entrenador: Su importancia como formador, educador, y agente de cambio. Características de personalidad. Ansiedad y temores del entrenador. Herramientas para desarrollar su estilo de liderazgo.

MÓDULO VIII: LESIONES DEPORTIVAS

Lesión: Definiciones. Factores que influyen y predisponen a una lesión. Posibles causas. Estrés y vulnerabilidad. Manifestaciones de estrés antes y después de la lesión. Prevención. Estilo de vida. Entrenamiento invisible. Repuestas de los deportistas. Rehabilitación efectiva.

MÓDULO IX: ADICCIONES

Uso, abuso y adicción. Prevención de las adicciones. Drogas legales e ilegales. Consumo. Dependencia. Los peligros de la automedicación. Doping y trampa deportiva.

MÓDULO X: LA RESILIENCIA DEPORTIVA

Definición de resiliencia. Factores de desarrollo individual, interpersonales y estratégicos. Seis pasos para facilitar la resiliencia individual y grupal.

MÓDULO XI: LA FINALIZACIÓN DE LA CARRERA DEPORTIVA

El retiro deportivo. Tipos de retiro. Abandono infantil, adolescente y adulto. Retiro profesional. Prevención. Preparación psicológica. Armado del proyecto de vida.



IURP

INSTITUTO UNIVERSITARIO
RIVER PLATE

MÓDULO XII: EVALUACIÓN PSICODEPORTOLÓGICA Y EL ENTRENAMIENTO MENTAL

Evaluación y autoevaluación. Técnicas proyectivas y psicométricas aplicadas al deporte. Evaluación de la preparación psicológica. Interpretación de los resultados. Entrenamiento mental. El trabajo interdisciplinario y transdisciplinario de las Ciencias del Deporte.

MODALIDAD DE CURSADA

Virtual asincrónica y sincrónica con frecuencia quincenal. Duración 8 meses.

EVALUACIÓN FINAL

Elaboración del trabajo final integrador y defensa en coloquio.

REQUISITOS PARA LA INSCRIPCIÓN

- Fotocopia del D.N.I. (frente y dorso)
- Fotocopia del Título Docente/profesional

CARGA HORARIA: 568 Horas Reloj



IURP

INSTITUTO UNIVERSITARIO
RIVER PLATE