



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA
DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

PROGRAMA DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS

IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Centro Universitario

Centro Universitario de la Costa

Departamento

Departamento de Psicología

Academia:

Psicología Transdisciplinar

Unidad de Aprendizaje

Psicología del deporte

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:
19184	48	16	64	7

Tipo de curso:	Nivel en que se ubica:	Programa educativo	Prerrequisitos:
C = Curso CL= Curso Laboratorio L = Laboratorio P = Práctica T = Taller CT = Curso - Taller N = Clínica M = Módulo S = Seminario	Técnico Medio Técnico Superior Universitario <u>Licenciatura</u> Especialidad Maestría Doctorado	Psicología	No aplica

Área de formación:

Optativa abierta

Elaborado y actualizado por:

Fecha de elaboración: 8 de enero de 2017	Fecha de última evaluación y actualización aprobada por la Academia: Enero de 2017
Nombres de los profesores participantes: Lino Francisco Jacobo Gómez Chávez Paola Cortés Almanzar	Nombres de los profesores participantes en la evaluación: Flor Micaela Ramírez Leyva Adolfo Hernández Becerra Quiané González Díaz Noé Joel Arellano Camacho Guadalupe María Gómez Basulto Carlos Alberto Michel Meza Iris Daneth Ayala Sedano Jorge Alejandro Sánchez Castillón

Aporte al perfil del egreso - COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

Interviene y evalúa planes, programas y estrategias en materia deportiva desde una perspectiva de los diferentes enfoques psicológicos a nivel individual, grupal, comunitario y organizacional, tanto en instituciones públicas como privadas, en el ámbito local, estatal, regional, nacional; caracterizado por su sentido propositivo, de respeto, equidad y responsabilidad.



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA
DIVISION DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

2. PRESENTACIÓN.

La unidad de aprendizaje psicología del deporte es un curso del área de formación optativa abierta, donde los alumnos analizarán el paradigma contemporáneo del fenómeno de las actividades físicas y deportivas, pondrán en práctica sus conocimientos para la intervención e investigación en procesos psicológicos de motivación, estrés, autoestima y relaciones interpersonales dentro de la actividad física y el deporte, observarán las actividades físicas y deportivas como un componente del desarrollo integral del ser humano, del estilo de vida y del bienestar, así como, conocerán algunas técnicas de intervención psicológica en el ámbito de deporte de competición.

3. UNIDAD DE COMPETENCIA

Analiza los elementos básicos de la teoría general del deporte, compara crítica y propositivamente las metodologías del entrenamiento y la competencia deportiva; implementa y evalúa técnicas de intervención psicológica en el campo de la psicología deportiva a nivel individual, grupal, comunitario.

4. ATRIBUTOS Y SABERES

Saberes Prácticos (Saber hacer)	Métodos de la Psicología del deporte. Estrategias de intervención en el entrenamiento y competencia del deporte. Técnicas motivacionales, de manejo del estrés. Investigación en el ámbito de la motivación, iniciación, permanencia/abandono de la práctica de actividad física.
Saberes Teóricos (Saber pensar)	Antecedentes históricos de la actividad física y de las ciencias del deporte. Planificación y métodos contemporáneos en la actividad física y del deporte. Iniciación deportiva, perfeccionamiento del gesto técnico y rendimiento deportivo. Ciencias y paradigmas contemporáneos del deporte.
Saberes Formativos (Saber ser)	Trabajo en equipo Tolerancia Respeto entre pares y hacia el profesor, a la diversidad, al trabajo intelectual ajeno. Equidad

5. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

1.- La actividad física y el deporte

- 1.1 Historia de la actividad física y el deporte
- 1.2 Conceptos básicos: capacidades físicas, capacidades sensoriales, técnica, táctica.
- 1.3 Paradigmas contemporáneos: Deporte, actividad física, educación física, entrenamiento, recreación.
- 1.4 Actividad físico deportiva y su relación con el desarrollo personal, la salud, la calidad de vida y el bienestar.

2.- Definición del objeto de estudio la psicología como ciencia aplicada al deporte

- 2.1 Procesos psicológicos básicos en la actividad física y el deporte: Motivación, estrés, autoestima, relaciones interpersonales
- 2.2 Iniciación, práctica, permanencia o abandono de la actividad física / deporte

3.- La psicología en el deporte de rendimiento

- 3.1 Trabajo interdisciplinar en el deporte
- 3.2 Procesos psicológicos y rendimiento deportivo
- 3.3 Técnicas para la preparación psicológica del deportista
- 3.4 Condicionantes psicológicas en la recuperación de lesiones y en el retiro deportivo.

6. MODALIDADES DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Modalidad	Actividad
6.1 Clases teóricas	Exposiciones verbales con apoyo de TICS en el aula de clase.
6.2 Seminarios	No aplica
6.3 Talleres	No aplica
6.4 Clases prácticas	Búsqueda, selección y sistematización de información en biblioteca, aula de clase o COMPULAB.



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA
DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

	Prácticas de actividad física en las instalaciones deportivas del CUCosta. Aplicación de instrumentos de medición, captura de la información, procesamiento de datos, elaboración de informe.
6.5 Tutorías	Por grupo de trabajo para la elaboración del proyecto final.
6.6 Prácticas externas al Centro Universitario	Aplicación de instrumentos de medición, captura de la información, procesamiento de datos, elaboración de informe. actividades físicas y de observación.
6.7 Actividades no presenciales: Conferencias	De acuerdo a la agenda del Centro Universitario, el Departamento y Coordinación de Carrera.
6.8 Actividades no presenciales: Estudio y trabajo en grupo	Para la elaboración de exposición verbal con apoyo de TICS y del proyecto final.
6.9 Actividades no presenciales: Estudio y trabajo autodirigido del alumno	Para la elaboración de exposición verbal con apoyo de TICS y del proyecto final.

7 EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	8 CRITERIOS DE DESEMPEÑO	9 CAMPO DE APLICACIÓN
Identifican los productos o resultados de aprendizaje (Productos, reporte de prácticas, exámenes, etc.), que involucran los saberes prácticos, teóricos y formativos en función de contextos sociales, disciplinares y profesionales. Consideran una variedad de productos en función de la Unidad de Competencia.	Características y condiciones mínimas que deben cumplir las evidencias de aprendizaje. Se deben precisar los grados de calidad para valorar el nivel de construcción de las evidencias. Entre los instrumentos que se pueden construir para explicitar los criterios de desempeño están: las rúbricas y el portafolio.	Refiere lugares o circunstancias en los que se desarrolla la Unidad de Competencia. Permite reconocer el grado de vinculación de las situaciones de enseñanza aprendizaje con situaciones profesionales o sociales.

10. EVALUACIÓN (CON ENFOQUE EN COMPETENCIAS)

Todas las evidencias de aprendizaje son los elementos para otorgar la calificación; por tanto, el 100% de la valoración numérica, se reparte entre cada una de las evidencias. No otorgar parte de la calificación a partir de elementos no considerados en las evidencias.

11. ACREDITACIÓN

Se evaluará la entrega de los trabajos colaborativos como trabajos integradores de los saberes teóricos, prácticos y formativos:

Trabajo colaborativo 1 Procesos psicológicos en la AF y el deporte

Trabajo colaborativo 2 Iniciación, práctica, permanencia o abandono de la actividad física / deporte

Trabajo colaborativo 3 La psicología en el deporte de rendimiento

12. CALIFICACIÓN

Fichas de Lectura 20%

Participación en sesiones prácticas 10%

Trabajo colaborativo 1 20% (Procesos psicológicos en la AF y el deporte)

Trabajo colaborativo 2 20% (Iniciación, práctica, permanencia o abandono de la actividad física / deporte)

Trabajo colaborativo 3 20% (La psicología en el deporte de rendimiento)

Evaluación cualitativa 10%

13. BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

García Montes, María Elena; Granero Gallegos, Antonio; Gómez López, Manuel; Ruiz Juan, Francisco; Piéron, Maurice; (2009). Motivaciones aludidas por los universitarios que practican actividades físico-deportivas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, Sin mes, 519-532.



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA
DIVISION DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

Pérez-Córdoba, Eugenio A.; (2013). Análisis teórico del proceso de intervención psicológica en el deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, . 113-123.
Rodríguez, María del Pilar; Morán, Carlos; (2010). HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN MÉXICO. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, Enero-Junio, 117-134.
Romero Carrasco, A. E., García-Mas, A., & Brustad, R. J. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar psicologico en psicología del deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335+. Retrieved from Tolano Fierros, Eddy Jacob; Dórame Chávez, Zulema Esmeralda; Preciado Flores, María del Rosario; Gavotto Nogales, Omar Iván; Serna Gutiérrez, Araceli; Toledo Domínguez, Iván de Jesús; (2015). EFECTO DE UN PROGRAMA DE INICIACIÓN DEPORTIVA ESCOLAR EN LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES. E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte, . 177-183.
Vizuite Carrizosa, Manuel; (2009). LAS ACTIVIDADES FÍSICAS COMO EDUCACIÓN Y COMO AGENTE DE SALUD. E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte, Sin mes, 5-18.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Delgado Noguera, Miguel Ángel; Gil Roales-Nieto, Jesús. Psicología y pedagogía de la actividad física y el deporte. Ed.Siglo XXI de España Editores, S.A. 2004
Hiram M. Valdés Casal. La preparación psicológica del deportista. Ed. Inde 2002.
José García Rodríguez, Salvador Toro Bueno, Juan Antonio Mora. Psicología aplicada a la actividad fisico-deportiva.Ed. Pirámide 2000.
Garrido Gutiérrez, Isaac. Psicología de la motivación. 1ª Ed. Síntesis 1996.

14. LABORATORIOS Y ÁREAS DE PRÁCTICA

Aula K02, aula N101, cancha de fútbol y de básquetbol del CUCosta, biblioteca, Instalaciones deportivas de las unidades deportivas Alfonso Díaz Santos, Agustín Flores Contreras y parque lineal de la Rivera del Río Pitillal.

15. MATERIAL DIDÁCTICO Y EQUIPO UTILIZADO

-Proyector
-Pintarrón
-Artículos
-Instrumentos de medición
-Programas de cómputo como Word, Power Point, Excel, SPSS
-Bases de datos de la Universidad de Guadalajara wdg.biblio.udg.mx

16. PERFIL DEL DOCENTE

El docente encargado de impartir esta asignatura debe ser un profesional del área de la psicología o de la cultura física y deporte. Será sensible a las necesidades de cada uno de sus alumnos en diversas situaciones y respetuoso de las diferencias individuales; para ello se requieren ciertas características, entre las cuales destacan:

Conocimiento y aceptación del enfoque pedagógico.
Conocimiento de las estrategias de aprendizaje.
Conocimiento de la población estudiantil: cuáles son sus ideas previas, sus capacidades, sus limitaciones, sus estilos de aprendizaje, sus motivos, sus hábitos de trabajo, sus actitudes y valores frente al estudio.
Actualización permanente con educación continua.
Habilidades de comunicador y promotor del cambio.
Habilidad para crear situaciones de confrontación que estimulen el pensamiento crítico, la reflexión y la toma de decisiones.
Habilidad para manejo de grupo.
Habilidad en la planeación didáctica
Habilidad para crear espacios de reflexión que estimulen la creatividad.
Habilidad para propiciar la participación activa de los alumnos.
Habilidad de comunicación y relación interpersonal.
Disposición y amor por la enseñanza.
Entusiasta y tolerante

UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
Centro Universitario
de la Costa

Centro Universitario
de la Costa

Mtro. Francisco Jacobo Gómez Chávez
JEFE DEL DEPARTAMENTO

DEPARTAMENTO
DE PSICOLOGÍA

Dr. Jorge López López
DIRECTOR DE LA DIVISIÓN

DIVISION DE
CIENCIAS BIOLÓGICAS
Y DE LA SALUD

Mtra. Paola Cortés Almanzar
PRESIDENTE DE LA ACADEMIA DE
PSICOLOGÍA TRANSDISCIPLINAR



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA
DIVISION DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

Guía didáctica

Lecturas

	Tema	Lectura	URL
1	1.1 Historia de la actividad física y el deporte	Historia de la psicología del deporte en México	http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311126267009
2	1.2 Conceptos básicos: capacidades físicas, capacidades sensoriales, técnica, táctica.	Desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños de 1-5 años en educación inicial	http://www.efdeportes.com/efd218/desarrollo-de-las-habilidades-motrices-basicas-en-1-5.htm
3	1.2 Conceptos básicos: capacidades físicas, capacidades sensoriales, técnica, táctica.	Efecto de un programa de iniciación deportiva escolar en las capacidades físicas condicionales	http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=86543398005
4	1.3 Paradigmas contemporáneos: Deporte, actividad física, educación física, entrenamiento, recreación.	Las actividades físicas como educación y como agente de salud	http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=86512472001
5	1.4 Actividad físico deportiva y su relación con el desarrollo personal, la salud, la calidad de vida y el bienestar.	Bienestar psicológico y práctica deportiva en universitarios	http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=274220374005
6	2.1 Procesos psicológicos básicos en la actividad física y el deporte: Motivación, estrés, autoestima, relaciones interpersonales	Motivaciones aludidas por los universitarios que practican actividades físico-deportivas	http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80511929009
7	3.- La psicología en el deporte de rendimiento	Análisis teórico del proceso de intervención psicológica en el deporte	http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227028057011

Lineamientos para la elaboración de trabajos colaborativos

Procesos psicológicos en la AF y el deporte
Iniciación, práctica, permanencia o abandono de la actividad física / deporte
La psicología en el deporte de rendimiento

Los trabajos deberán contener:

- 1.- Resumen
- 2.- Introducción (revisión bibliográfica de al menos 8 artículos científicos o libros)
- 3.- Metodología (método, instrumento)
- 4.- Resultados
- 5.- Discusión (contrastar los resultados con la literatura revisada)
- 6.- Conclusiones (Algún conocimiento innovador encontrado en la investigación y propuesta de intervención o solución de problemas)
- 7.- Bibliografía
- 8.- Anexos

Deberán estar citados en formato APA 2010



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA

DIVISION DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

Anexo 1.- Ficha técnica para lecturas de la clase

UDA:

Alumno:

N° de ficha:

Fecha:

Lectura:

Breve reseña de la lectura:

Palabras clave:

Aplicación de los conocimientos en el área de estudio



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE LA COSTA

DIVISION DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

Anexo 2.- Ficha técnica para evaluación de productos colaborativos

UDA:

Tema:

Equipo N°:

Fecha de entrega:

Integrantes del equipo:

1.-

2.-

3.-

4.-

5.-

6.-

7.-

8.-

9.-

10.-

Rubrica												Puntaje del producto
Presentación, entrega en el tiempo y forma establecida				Contenido de acuerdo a los rubros establecidos para los productos colaborativos				Exposición del trema y resultados				
E 7	B 5	R 3	I 0	E 7	B 5	R 3	I 0	E 7	B 5	R 3	I 0	