

Ponente: Víctor Manuel Mendoza Guzmán

TEMA: Psicología Deportiva

Objetivo:

Al término de la asignatura el alumno será capaz de reconocer las variables que intervienen en la preparación psicológica de un deportista a lo largo de la estructura de entrenamiento.

TEMAS:

1. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

- 1.1. Definición de la Psicología del Deporte
- 1.2. Antecedentes de la Psicología Deportiva
- 1.3. Rol y situación del psicólogo deportivo
- 1.4. Tareas y funciones del psicólogo del deporte
- 1.5. Áreas de aplicación

2. VARIABLES QUE AFECTAN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO

- 2.1 Motivación.
 - 2.1.1 motivación cotidiana
 - 2.1.2 motivación básica
 - 2.1.3 motivación extrínseca
 - 3.1.4 motivación intrínseca
- 3.2 motivación en los competidores

3. Estrés

- 4.1 definición
- 4.2 tipos de estrés
 - 4.2.1 Euestres
 - 4.2.2 Diestres
- 4.3 situaciones estresantes en la competencia
- 4.4 efectos del estrés

4. Confianza

- 5.1 tipos de confianza
 - 5.1.1 autoconfianza
 - 5.1.2 falsa confianza
 - 5.1.3 exceso de confianza
 - 5.1.4 confianza optima.

- 5. Atención.
 - 6.1 definición
 - 6.2 tipos de atención
 - 6.2.1 atención interna
 - 6.2.2 atención externa
 - 6.2.3 atención amplía
 - 6.2.4 atención reducida

6. MOTIVACIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE

- 6.1. Definición de motivación
- 6.2. Tipos de motivación
 - 6.2.1. Teorías de la motivación
 - 6.2.2. Teoría de la motivación del logro
 - 6.2.3. Teoría de la motivación intrínseca y extrínseca
 - 6.2.4. Teoría de la atribución
 - 6.2.5. Teoría social-cognitiva
 - 6.2.6. Teoría de la asociación cognitiva
 - 6.2.7. Teorías de motivación para el rendimiento

<p>Actividades de aprendizaje</p>	<p><i>BAJO LA CONDUCCIÓN DE UN DOCENTE:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Discusiones grupales sobre los temas. ■ Exposición de casos prácticos. ■ Preguntas guía ■ Cuadros comparativos
<p>De manera independiente:</p>	<p><i>DE MANERA INDEPENDIENTE:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Investigación bibliográfica y electrónica. ■ Lectura comentada de textos especializados. ■ Matriz de clasificación ■ Realización de tablas y reportes con base a la aplicación de la prueba de pruebas