

EUNEIZ

CURSO UNIVERSITARIO DE ESPECIALIZACIÓN EN PSICOLOGÍA DEPORTIVA



RFEPEUZ001

- CERTIFICADO POR LA UNIVERSIDAD DE
VITORIA-GASTEIZ, 12 ECTS -



DESTINATARIOS

El **Curso Universitario de Especialización en Psicología Deportiva** está destinado a todas aquellas personas que pretendan adquirir todos los conocimientos necesarios en este ámbito profesional y poder desarrollarlos de forma eficiente en el mundo laboral.

Permite conocer la psicología del deporte y al psicólogo, las bases neurológicas básicas y del movimiento, habilidades y aprendizaje motriz, la importancia de la psicología en el deporte, planificación del entrenamiento psicológico, las emociones en el deporte, la motivación y autoconfianza, establecimiento de metas y objetivos, activación, estrés, ansiedad, autoestima, liderazgo y la importancia de la comunicación, entre otros conceptos relacionados. Además, al final de cada unidad didáctica el alumno encontrará ejercicios de autoevaluación para poder evaluar el nivel y los conocimientos adquiridos en cada apartado, y que él mismo podrá corregir a través del solucionario adjunto.

El alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA
300H 

MODALIDAD
A DISTANCIA / ONLINE 
*Ambas modalidades incluyen
módulos con clases en directo.

CURSO INICIAL
ONLINE 

TUTORÍAS
PERSONALIZADAS 

IDIOMA
ESPAÑOL 

DURACIÓN
HASTA UN AÑO 
*Prorrogable

IMPORTE

VALOR: 890 €

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el "**PSICOLOGÍA DEPORTIVA**" de ESNECA RFEP, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP, máxima institución española en formación y de calidad.

Además, el alumno recibirá un diploma que certifica el "**CURSO UNIVERSITARIO DE ESPECIALIZACIÓN EN PSICOLOGÍA DEPORTIVA**", avalada por la UNIVERSIDAD DE VITORIA-GASTEIZ, reconocido con 12 ECTS.

** Los Diplomas Universitarios se expedirán en todos los casos al finalizar la convocatoria de estudio, que es de un año desde el momento de la matriculación del alumno.*

CONTENIDO FORMATIVO

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

INTRODUCCIÓN

MÓDULO 1. FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PSICOLOGÍA Y DEPORTE

1. Definición de psicología
 - Psicología básica
 - Psicología aplicada
2. Psicología del deporte
 - Influencia de la psicología en el deporte
 - Influencia del deporte en la psicología

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DESARROLLO HISTÓRICO

1. Evolución del deporte
2. Evolución de la psicología del deporte
3. Organizaciones profesionales

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MODELOS DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

1. Orientación psicofisiológica
2. Orientación sociopsicológica
3. Orientación cognitivo-conductual

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PSICOLOGÍA DEPORTIVA EN LA ACTUALIDAD

1. Psicología cultural del deporte

Resumen

Espacio didáctico

MÓDULO 2. FIGURA DEL PSICÓLOGO DEL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO Y DEFINICIÓN

1. Evaluación y diagnóstico
 - Instrumentos de evaluación
2. Planificación y asesoramiento
3. Investigación
4. Formación
5. Intervención

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO

1. Diseño de un programa de entrenamiento psicológico
 - Evaluación inicial
 - Planificación
 - Programación
 - Evaluación continua y/o final

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ÁMBITOS DE ACTUACIÓN

1. Deporte de rendimiento

2. Deporte de base o iniciación
3. Deporte de ocio, salud y tiempo libre

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ÉTICA Y CÓDIGO DEONTOLÓGICO

1. Deporte y moral
2. Práctica profesional

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PSICÓLOGO DEPORTIVO VS. COACH DEPORTIVO

1. Conocimientos
2. Funciones

Resumen

Espacio didáctico

MÓDULO 3. PSICOLOGÍA DEL DEPORTISTA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PERSONALIDAD Y DEPORTE

1. Definición de personalidad
2. Teorías de la personalidad
 - Teoría psicodinámica
 - Teoría de aprendizaje social
 - Teoría humanista
 - Teoría de los rasgos
3. Personalidad y rendimiento deportivo
 - Deportistas vs. no deportistas
 - Perfiles de personalidad en deportistas
4. Medición de la personalidad
 - Escala de calificación
 - Técnicas proyectivas no estructuradas
 - Cuestionarios estructurados

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTADO DE ÁNIMO DEL DEPORTISTA

1. Medición de estados de ánimo
 - Perfil de estados de ánimo (POMS)

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MODELO INTERRELACIONAL

Resumen

Espacio didáctico

MÓDULO 4. PROCESOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS EN EL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. MOTIVACIÓN

1. Teorías de la motivación
 - Teoría de los impulsos
 - Teoría de la motivación intrínseca-extrínseca
 - Teoría de la necesidad de logro
 - Teoría de la perspectiva de meta
 - Teoría de la atribución causal
2. Enfoques de la motivación
3. Motivación positiva en cinco pautas
4. Autoconfianza
 - Modelos de autoconfianza
 - Evaluación de la autoconfianza

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ACTIVACIÓN

1. Medición de la activación

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANSIEDAD Y ESTRÉS

1. Medición de la ansiedad y el estrés
2. Tratamiento de la ansiedad y el estrés
3. Relación de la autoestima con la ansiedad y el estrés

UNIDAD DIDÁCTICA 4. AGRESIVIDAD

1. Teorías de la agresividad
2. Control de la agresividad

Resumen

Espacio didáctico

MÓDULO 5. RELACIONES INTERPERSONALES Y DE GRUPO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. DINÁMICA DE GRUPO Y EQUIPO

1. Diferencia entre grupo y equipo
2. Cohesión de grupo
 - Cohesión y rendimiento
 - Medición de la cohesión
 - Estrategias para aumentar la cohesión

UNIDAD DIDÁCTICA 2. COMUNICACIÓN

1. Proceso comunicativo
2. Comunicación eficaz
 - Envío de mensajes
 - Recepción de mensajes

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LIDERAZGO

1. Modelo multidimensional de liderazgo
2. Componentes del liderazgo eficaz

Resumen

Espacio didáctico

MÓDULO 6. TÉCNICAS PSICOLÓGICAS PARA DEPORTISTAS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. REFUERZO Y CASTIGO

1. Aplicación del refuerzo
2. Aplicación del castigo

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS

1. Tipos de objetivos
2. Principios básicos del establecimiento de objetivos
3. Programas de establecimiento de objetivos
4. Problemas en el establecimiento de objetivos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CONCENTRACIÓN

1. Problemas de concentración
2. Evaluación de la concentración
3. Técnicas para mejorar la concentración
 - Auto-habla

UNIDAD DIDÁCTICA 4. VISUALIZACIÓN

1. Teorías de la visualización
2. Usos de la visualización
3. Programas de entrenamiento en visualización
 - Desarrollo de programas de entrenamiento

Resumen

Espacio didáctico

MÓDULO 7. DEPORTE, SALUD Y BIENESTAR

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EJERCICIO FÍSICO Y SALUD

1. Práctica de ejercicio físico
2. Estrategias de adhesión y mantenimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LESIONES DEPORTIVAS

1. Causas de las lesiones
2. Reacciones psicológicas a las lesiones
3. Técnicas psicológicas en la rehabilitación de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. AGOTAMIENTO Y SOBREENTRENAMIENTO

1. Modelo de agotamiento
 - Fases del agotamiento
 - Tratamiento y prevención del agotamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRASTORNOS DE ALIMENTACIÓN

1. Anorexia nerviosa y bulimia

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSUMO DE SUSTANCIAS

1. Categorías de drogas y sus efectos
2. Razones para el consumo de drogas en deportistas
3. Técnicas para evitar el consumo de drogas

Resumen

Espacio didáctico

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA