

PRONTUARIO

TÍTULO:	Aspecto sociales y psicológicos de la actividad
CODIFICACIÓN:	CFI 101
PRERREQUISITO:	N/A
CRÉDITOS:	3 créditos 45 horas contacto 1 término

DESCRIPCIÓN

El curso ofrece una descripción teórica de diferentes aspectos psicológicos que afectan la participación en actividades físicas y deportes. Algunos temas que se discuten son la recreación, la mujer en el deporte, los aspectos del coaching, el mejoramiento del rendimiento, entre otros. Se analizan a profundidad estudios investigativos y se introduce el uso de técnicas apropiadas para la evaluación y prevención de situaciones socio psicológicas que afectan al atleta.

JUSTIFICACIÓN

En los últimos veinte años, la actividad física ha pasado a ser un aspecto de suma importancia para la sociedad. La modernización ha llegado al deporte y ha elevado la calidad física de todos los atletas, no tan sólo el elite, sino también del recreacional. El aspecto de la psicología es uno el cual no se ha estudiado a fondo y el cual tiene mucha importancia en los resultados finales. Varios atletas de alto calibre han expresado la importancia de estar preparados psicológicamente para una actuación deportiva. El curso examinará la importancia de aquellos aspectos humanos, tales como los aspectos sociales y psicológicos que se utilizan para incrementar la participación y resultado de una actividad de naturales atlética.

COMPETENCIAS

El curso desarrolla en el o la estudiante las siguientes competencias:

- **Cuestionamiento crítico**
- **Investigación y exploración**

- **Sentido ético y justicia social**

OBJETIVOS

Al finalizar el curso, el o la estudiante será capaz de:

1. Identificar aspectos psicológicos y sociales que afectan la producción atlética.
2. Identificar principios de psicología deportiva en eventos deportivos, atletas y personalidades.
3. Explicar el conocimiento psicológico y social cuando se participa de ejercicios y deportes.
4. Analizar cómo la participación en el deporte y el ejercicio afecta el proceso psicológico de los participantes.
5. Discutir el enfoque y alcance de aspectos psicológicos en la actividad física y del deporte dentro del contexto de Ciencias del Ejercicio.
6. Demostrar competencia relacionada a conceptos discutidos en la clase utilizando literatura científica revisada por pares.

CONTENIDO

I. Introducción

- A. La naturaleza de la psicología deportiva
- B. Estrategias de investigación

II. Perspectivas Psicológicas del deporte

- A. Estudios y teorías de personalidad
- B. Modelos de personalidad
- C. Métodos y técnicas de evaluación de personalidad
- D. Efectos de la personalidad en el deporte y el ejercicio
- E. Influencia social en la participación y desarrollo deportivo

III. Motivación

- A. Motivación y rendimiento atlético
- B. Orientación intrínseca y extrínseca
- C. Orientación hacia logros
- D. Teorías de atribución

IV. Profecía de auto cumplimiento

V. Psychological characteristics of peak performance

VI. Influencias culturales y familiares en la participación de recreacional y deportiva

VII. Autoconfianza

VIII. Comportamiento y Ejecutoria

- A. Anticipación
- B. Ansiedad

C. “coping”

IX.Liderazgo Efectivo y Toma de Decisiones

A. Emoción, tensión y activación

B. Manejo de estrés

C. Comunicación efectiva

X.Agresión en los deportes

A. Definición.

B. Teorías

C. Agresión en el deporte

D. Conceptos de violencia

XI.Ética

A. Desarrollo saludable del atleta

B. Referidos

C. Abuso de sustancias

D. Anabólicos

E. Relaciones

XII.“Burnout” desgasta/agotamiento

A. Respuestas psicológicas a las lesiones

XIII.Discapacidades y bienestar psicosocial

A. Identidad

B. Salud mental

XIV.Dinámica de grupo

A. El grupo

B. Dinámica en grupos ejecutando una tarea

C. Cohesión de grupo

D. Socialización a través del deporte

XV.El espectador

A. Facilitación social

B. Modelaje

METODOLOGIA

Se recomiendan las siguientes estrategias de la metodología de aprendizaje activo:

- Conferencias
- Método del caso
- Aprendizaje colaborativo
- Aprendizaje basado en investigación

EVALUACIÓN

Trabajos parciales	40%
Composiciones	30%
Proyecto o examen (final)	30%
Total	100%

AVALÚO DEL APRENDIZAJE

Se aplica la rúbrica de avalúo institucional a la actividad central del curso.

BIBLIOGRAFIA

TEXTO

Williams, J.M. & Krane, V. (2015). *Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance* (7th ed.). McGraw-Hill.

REFERENCIAS

Carter, L. (2019). *Feminist Applied Sport Psychologies: From Theory to Practice*. Routledge.

Cosh, S., Tully, P.J. & Crabb, S. (2019). Discursive practices around the body of the female athlete: An analysis of sport psychology interaction in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 43, 90-104.

Cropley, B., Thelwell, R., Mallet, C.J., & Dieffenbach, K. (2019). Exploring sport psychology in the discipline of sport coaching. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(1).

Horn, T.S. & Smith T.L. (2019). *Advances in sport and exercise Psychology*. Champaign, IL. Human Kinetics. (4th ed.).

Murphy, S.M.(Ed.). (2012). *The Oxford handbook of sport and performance psychology*. New York: Oxford University Press.

Moran, A.P. (2016). *The Psychology of Concentration in Sport Performers: A Cognitive Analysis*. Psychology Press.

Moran, A.P. & Toner, J. (2017). *A Critical Introduction to Sport Psychology* (3rd ed.). Routledge.

Ronkainen, J.N. (2015). An existential approach to sport psychology: Theory and applied practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(1), 12-24.

Sarkar, T. & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: A review of stressors and protective factors. *Journal of Sport Sciences*, 32(15), 1419-1434.

Schinke, R.J., Blodgett, A.T., Ryba, T.V., Kao, S.F., Middleton, T. (2019). Cultural sport Psychology as a Pathway to advances in identity and settlement research practice. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 58-65.

Schinke, R.J., McGannon, K.R. & Brett.S. (2016). *Routledge International Handbook of Sports Psychology*, Routledge.

Puede encontrar más recursos de información relacionados a los temas del curso en la página de la biblioteca <http://biblioteca.sagrado.edu/>

ACOMODO RAZONABLE

Para obtener información detallada del proceso y la documentación requerida, debe visitar la oficina correspondiente. Para garantizar igualdad de condiciones, en cumplimiento de la Ley ADA (1990) y el Acta de Rehabilitación (1973), según enmendada, todo estudiante que necesite servicios de acomodo razonable o asistencia especial deberá completar el proceso establecido por la Vicepresidencia de Asuntos Académicos.

INTEGRIDAD ACADÉMICA

Esta política aplica a todo estudiante matriculado en la Universidad del Sagrado Corazón para tomar cursos con o sin crédito académico. Una falta de integridad académica es todo acto u omisión que no demuestre la honestidad, transparencia y responsabilidad que debe caracterizar toda actividad académica. Todo estudiante que falte a la política de honradez, fraude y plagio se expone a las siguientes sanciones: recibirá nota de cero en la evaluación y/o repetición del trabajo en el seminario, nota de F(*) en el seminario: suspensión o expulsión según se establece en el documento de Política de Integridad Académica con fecha de efectividad de noviembre 2022.

Derechos reservados | Sagrado | Noviembre, 2022