



ASIGNATURA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

SEGUNDO SEMESTRE DE 2012

1. IDENTIFICACIÓN

ASIGNATURA:	PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN		
CÓDIGO:	DP 63	PREREQUISITO:	DP 54
SEMESTRE:	VI		
I. H. S.	5 Horas	I. H. T.:	80 Horas C.A: 4
PROFESOR:	JOSE REINER RIVERA RAMÍREZ		

2. JUSTIFICACIÓN

La comprensión del comportamiento humano en el proceso educativo físico-deportivo es de fundamental importancia para el profesional que lo conduce, pues todo cuanto se haga a través de la búsqueda de la salud, el juego, la recreación y el deporte así mismo redundará en un mayor ascenso, desarrollo, realización y felicidad humanas. El aprendizaje, la motivación, la personalidad, la actitud, el entrenamiento, el entorno sociofamiliar y las expectativas de niños, jóvenes y adultos en la acción deportiva y recreativa son facetas revestidas de profundas características psicológicas, que deben ser estudiadas bajo el rigor científico, comprometiendo de paso la validez de la futura labor de los profesionales que ejercen en estas áreas. El por qué de la Psicología del Deporte y la Recreación está justificado en los valiosos esfuerzos interdisciplinarios que en los últimos años se vienen haciendo para satisfacer la demanda universal de garantizar la consecución de los objetivos que estas actividades se proponen. Esto exige el máximo de nuestros profesionales y estudiantes en actitud, estudio, trabajo de campo e investigación, de tal manera que la relación entre la fundamentación teórica y la validez práctica determine la unidad dinámica sobre la cual se construyan las bases para una mejor sociedad, partiendo de la atención integral ideal de los niños, los adolescentes, los adultos y los ancianos.

3. COMPETENCIAS PROFESIONALES

- Aplicar los fundamentos, principios y logros de la Psicología en el área de la salud, la formación recreativa y deportiva.
- Diseñar planes y programas para hacer integrales y efectivos los procesos de desarrollo, diversión, entrenamiento y desempeño deportivo.



- Aplicar las técnicas psicofisiológicas y los modelos de preparación psicopedagógica en los procesos de enseñanza – aprendizaje, formación de líderes, integración de grupos, cualificación axiológica, recreación, rendimiento y éxito deportivo.
- Despertar en el alumno el interés por la investigación en Psicología del deporte y la recreación.

4. CONTENIDO

1. Aspectos psicológicos generales aplicados al deporte y a la recreación
2. Etapas del desarrollo deportivo: preparación integral y estrategias psicológicas
3. Paradigmas, programas, habilidades y perfiles
4. Estrategias psicológicas para mejorar el rendimiento
5. Entrenamiento mental: Métodos y técnicas psicofisiológicas
6. Control y prevención de estrés
7. Inteligencia, memoria, motivación y atención
8. Ritmos biológicos y rendimiento deportivo
9. Directivos, entrenadores, padres de familia, jueces, periodistas y aficionados
10. Talentos: Aspectos psicomotores y psicofisiológicos. Programas para detección, selección y formación
11. Lesiones deportivas: aspectos psicoterapéuticos
12. Aspectos psicopatológicos y psicoterapéuticos del deporte
13. Recreación psicoterapéutica
14. Protocolos e instrumentos psicológicos de evaluación, seguimiento e intervención
15. Exploración e investigación en el área de Psicología aplicada al deporte y a la recreación



5. METODOLOGÍA

La asignatura será desarrollada a través de exposiciones, trabajos de consulta, proyecciones, talleres y sustentaciones, para los cuales se exigirá estudio de documentos y revisiones bibliográficas previas. La fundamentación teórica será complementada por investigaciones y observaciones de campo, cuando se requieran, en cuyos casos la asistencia, como a las clases, también será obligatoria y evaluada.

6. RECURSOS

Materiales: Medios audiovisuales, impresos, diario de campo e infomes.

Humanos: Profesor de la asignatura, conferencistas invitados, expertos cooperadores consultados grupal o individualmente por los estudiantes.

Interinstitucionales: Centros educativos, de recreación, deportivos, de promoción de la salud, de rehabilitación y de asistencia social; empresas y entidades gubernamentales.

7. EVALUACIÓN

- Primer parcial	25%
- Segundo parcial	25%
- Trabajos y talleres	25%
- Evaluación final	25%

La asignatura se pierde automáticamente con la inasistencia al 20% de las clases, incluyendo las que se programen en la correspondiente intensidad horaria como salidas de observación y de campo. El reporte final en la hoja de calificaciones en el caso de la pérdida de la asignatura por inasistencia será "0.0". Al estudiante que ingrese a clase y luego la abandone sin causa justificada le corre la inasistencia.

Para la evaluación de los trabajos y de los talleres, con el fin de garantizar un óptimo nivel en la calidad de los mismos, se considerarán los siguientes parámetros:

- En los trabajos se evaluarán: la presentación, la estructura, el contenido (cantidad y calidad de conceptos y variables estudiadas), la metodología, los recursos utilizados, la estética, la originalidad y las fuentes consultadas.



- En la sustentación, que se evaluará individualmente, se considerarán: la estructura, el orden, la coherencia, la claridad e ilustración de conceptos y experiencias, las ayudas audiovisuales utilizadas, el dominio del tema, la calidad y la fluidez semántica.

Los alumnos que sustenten entregarán inmediatamente un resumen o material fotocopiado a sus compañeros, documento que se tendrá en cuenta en las evaluaciones parciales o final.

Los talleres, las consultas y los trabajos que no se presenten en las fechas y en las condiciones indicadas no serán recibidos y se calificaran con nota de "0.0".

8. BIBLIOGRAFIA

- ANTONELLI, F. Y SALVINI, A. Psicología del Deporte. Roma: Editorial Miñón, 1998.
- COX, Richard. Psicología del deporte. Madrid: E. Panamericana, 2008
- DOSIL, Joaquín. Psicología de la actividad física y del deporte. Madrid: Edit. Interamericana, 2004.
- GARCIA M, Sandra Y. Construyendo Psicología del deporte. Armenia: Edit. Kinesis, 2006.
- GARFIELD, A, C. Y BENETTI, H. Z. Rendimiento Máximo. Barcelona: Editorial Martínez Roca, 1998.
- LOHER, James E. La Excelencia en los Deportes. Buenos Aires: Editorial Planeta, 1990.
- MARTIN L, Garry. Psicología del deporte. Madrid: E. Pearson, 2008
- ROFFE, M. y GARCIA U, F. Alto rendimiento. Buenos Aires: Edit. Lugar, 2004
- SANCHEZ A, María E. La preparación psicológica del deportista. Armenia: Edit. Kinesis, 2002.
- SILVA A, R. Psicología del Deporte y de la Preparación del Deportista.
- TAMORRI; Stefano. Neurociencia y deporte. Barcelona: E. Paidotribo, 2004



- THOMAS, Alexander. Psicología del Deporte. Barcelona: Editorial Herder, 1982.
- TUTKO, A. Y RICHARDS, J. Psicología del Entrenamiento Deportivo. Madrid: Editorial Augusto E. Pila, 1994.
- VALDES C, Hiram M. Personalidad, Actividad Física y Deporte. Armenia: Editorial Kinesis, 1996.
- VALDES C, Hiram M. Preparación Psicológica del Deportista. Zaragoza: Editorial Inde. 2000.
- WEINBERG, R. y GOULD, D. Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico. Barcelona: Editorial Ariel, 2002.