

Curso de postgrado:

**“Psicología del Deporte: Evaluación e intervenciones para el rendimiento y el bienestar”**

Carga horaria: 20 hs

Docente a cargo: Dra. María Julia Raimundi

Docentes colaboradoras: Mg. María de los Ángeles Corró Molas, Mg. María Florencia Torres.

**JUSTIFICACIÓN**

La Psicología del Deporte y la actividad física es el estudio científico de las personas y su conducta en el contexto del deporte y la actividad física (Weinberg & Gould, 2010). Los estudios de esta disciplina se han dirigido a aprender el modo en que los factores psicológicos afectan el rendimiento físico de los individuos y la comprensión de la forma en que la participación en el deporte y la actividad física afecta el desarrollo, la salud y el bienestar personal. Los/as profesionales de la Psicología del Deporte trabajan con los aspectos psicosociales que inciden directamente en el rendimiento deportivo, en su aprendizaje y en el bienestar de sus participantes. La Psicología entonces, aporta un método científico para evaluar, planificar e intervenir sobre estos aspectos. Los/as profesionales de la Psicología del Deporte constituyen colaboradores dentro de los cuerpos técnicos de equipos y grupos deportivos y asesores de todas las personas vinculadas al deporte (i.e. deportistas, entrenadores, dirigentes, árbitros, padres, etc.), aportando herramientas y recursos desde el propio campo disciplinar, vinculándose así con los demás profesionales de las Ciencias del Deporte (Medicina, Fisiología, Kinesiología, Biomecánica, Nutrición, etc.). Por lo tanto, la formación en herramientas de evaluación psicológica y de intervención en el ámbito del deporte y la actividad física se vuelve fundamental para la posibilidad de aportar para la optimización de los recursos y fomentar el bienestar de todos los actores sociales involucrados.

**OBJETIVOS**

- Adquirir conceptos y herramientas de los marcos teóricos actuales de la Psicología del Deporte y la actividad física.
- Adquirir conocimientos sobre la evaluación de los fenómenos comportamentales que se producen durante la práctica deportiva o la actividad física.
- Adquirir herramientas para la planificación de intervenciones en el marco de la práctica deportiva o la actividad física para promover el bienestar y el rendimiento.

**PROGRAMA ANALÍTICO**

**Unidad I: Introducción a la Psicología del Deporte**

El rol de los/as profesionales de la Psicología del deporte y su participación dentro de los equipos interdisciplinarios. El papel de la investigación en la formación profesional.

Psicología del deporte vs. Psicología clínica en el deporte. Desafíos en la Psicología del deporte actual (4 hs).

Bibliografía:

García Naveira, A. (2010). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: Aportaciones y retos futuros. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 259-268. Recuperado de <http://www.cop.es/papeles>

Giesenow, C. (2007). *Psicología de los equipos deportivos*. Buenos Aires: Claridad. Capítulo 7.

Romero, A., García-Mas, A., & Brustad, R. (2009). Estado del arte y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en Psicología del Deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335-347.

Weinberg, R., & Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología del deporte y el ejercicio físico* (4ta ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana. Capítulo 1.

## **Unidad II: Evaluación de variables psicológicas asociadas al rendimiento deportivo**

VARIABLES psicológicas en la práctica deportiva: motivación, concentración, autoconfianza, control de la activación. Evaluación de variables psicológicas en procesos grupales en el deporte: liderazgo, cohesión, comunicación. Metodologías e instrumentos de evaluación (4 hs).

Bibliografía:

Buela-Casal, G. & Sierra, C. (1999). *Manual de evaluación psicológica: fundamentos, técnicas y aplicaciones*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Bugallo, L., Raimundi, M. J., Giménez, M., Cano, V., Vargas, Y., Tamay, M. E., ... Schmidt, V. (2016). *Intervención psicológica en el ámbito social-comunitario. Experiencias positivas en el aula para la promoción del bienestar y el desarrollo individual y colectivo*. Buenos Aires: EUDEBA.

Raimundi, M. J., Reigal, R., & Hernández-Mendo, A. (2016). Adaptación argentina del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED): Validez, fiabilidad y precisión. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 211-222.

Schmidt, V., Gimenez, M., Cano, V., Tamay, M. E., Cataldi, S., González, M. A., ... Donatti, S. (2016). *Evaluación psicológica en el ámbito social-comunitario. De la teoría clásica de la medición hacia la evaluación al servicio de la transformación social*. Buenos Aires: EUDEBA.

Taylor, J. (2018). *Assessment in Applied Sport Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.

## **Unidad III: Evaluación de variables asociadas a la prevención de situaciones de riesgo en el deporte**

Evaluación del impacto de las lesiones y detección de situaciones de riesgo: burnout, intención de abandono. Evaluación y planificación del retiro del deportista y proyecto de vida. El informe psicológico deportivo (4 hs).

Bibliografía:

Arbinaga, F., & Cantón, E. (2013). *Psicología del deporte y la salud: Una relación compleja*. Madrid: EOS.

Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J., Quested, E., & Morales-Sánchez, V. (2011). Predictores socio-contextuales y motivacionales de la intención de continuar participando: Un análisis desde la SDT en danza. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(25), 305-319. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02505>

Palacios, C. D. F. (2015). Versión reducida del Athlete Burnout Questionnaire ( ABQ ): propiedades

psicométricas preliminares, 24, 177-183.

Quested, E., Ntoumanis, N., Viladrich, C., Haug, E., Ommundsen, Y., Van Hoye, A., ... Duda, J. (2013). Intentions to drop-out of youth soccer: A test of the basic needs theory among European youth from five countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 395-407. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.830431>

#### **Unidad IV: Planificación del trabajo psicológico dentro del equipo interdisciplinario**

Planificación y puesta en marcha del entrenamiento psicológico: integración de la evaluación. Estructuras de trabajo para deportes individuales y colectivos. Evaluaciones de proceso (8 hs.)

Bibliografía:

Álvarez, O., Falco, C., Estevan, I., Molina-García, J., & Castillo, I. (2013). Intervención psicológica en un equipo de gimnasia rítmica deportiva: Estudio de un caso. *Revista de Psicología Del Deporte*, 22(2), 395-401.

Balaguer, I., & Castillo, I. (1994). Entrenamiento psicológico en el deporte. En I. Balaguer (Ed.), *Entrenamiento psicológico en el deporte. Principios y aplicaciones*. Valencia: Albatros.

Reyes Bossio, M., Raimundi, M. J., & Gómez Correa, L. (2012). Programa de entrenamiento en habilidades psicológicas en jugadoras de voleibol de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 9-15.

Triulzi, M., Celsi, I., & Raimundi, M. J. (en prensa). Una experiencia de evaluación e intervención con adolescentes deportistas de alto rendimiento de Argentina. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires*.

#### **DESTINATARIOS/AS**

El presente curso ha sido pensado para la formación de profesionales de la Psicología (Licenciados en Psicología) que se orienten al trabajo en el ámbito aplicado del deporte y la actividad física. Asimismo, sus contenidos buscan brindar herramientas teóricas y metodológicas para la realización de tesis de postgrado.

#### **ARANCEL**

\$3500 graduados/as universitarios/as

\$2800 docentes Facultad de Psicología UNMdP

El docente percibirá el 70% de lo recaudado, una vez deducido el 10% en concepto de costos indirectos. Dicho porcentaje incluye honorarios, pasajes y viáticos (hospedaje y comidas) si correspondiese.

**Para percibir el monto correspondiente al honorario docente, el responsable de la actividad deberá indefectiblemente estar inscripto en la AFIP (Administración Federal de Ingresos Públicos).**

#### **LUGAR Y MODALIDAD DE CURSADA**

A través de la plataforma virtual de la Facultad (Psicocampus). El curso se realizará durante un mes: cada semana se realizará una actividad sincrónica (clase online de 3 hs.) y una actividad asincrónica (propuesta de trabajo a través del campus con intercambios

entre alumnos y docentes) que se desarrollará durante la semana posterior a la clase sincrónica.

### **Fechas de las actividades sincrónicas:**

Sábado 14, 21 y 28 de noviembre y 5 de diciembre, de 9 a 12 hs.

### **SISTEMA DE EVALUACIÓN**

#### **Requisitos para aprobar el curso:**

- Tener una asistencia superior o igual al 75% de las clases (3 unidades).
- Aprobar la evaluación final

Nota mínima de aprobación: 6 (seis)

La evaluación final será individual o en grupos de hasta 4 personas (a elección de los/as estudiantes): se realizará una evaluación psicológica a un deportista o equipo deportivo, un informe de resultados y una propuesta de intervención.

#### **Cronograma de dictado del curso “Psicología del Deporte: Evaluación e intervenciones para el rendimiento y el bienestar”**

|          | <b>Contenido</b> | <b>Docente/s</b>     | <b>Actividad sincrónica</b>                     | <b>Actividad asincrónica</b>  |
|----------|------------------|----------------------|---|---|
| Semana 1 | Unidad I         | Raimundi             | Conferencia 3 hs<br>(Sábado 14/11 de 9 a 12 hs) | Reflexiones sobre el papel del/la profesional de PDD.<br>(durante la semana del 14 al 20/11)      |
| Semana 2 | Unidad II        | Raimundi             | Conferencia 3 hs<br>(Sábado 21/11 de 9 a 12 hs) | Habilidad psicológica y su evaluación.<br>(durante la semana del 21 al 27/11)                     |
| Semana 3 | Unidad III       | Raimundi             | Conferencia 3 hs<br>(Sábado 28/11 de 9 a 12 hs) | Informes psicológicos.<br>(durante la semana del 28 al 4/12)                                      |
| Semana 4 | Unidad IV        | Corró Molas - Torres | Conferencia 3 hs (Sábado 5/12 de 9 a 12 hs)     | Planificación de intervenciones psicológicas en el deporte.<br>(durante la semana del 5 al 11/12) |