



INESEM

BUSINESS SCHOOL

Máster en Psicología Deportiva

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Máster en Psicología Deportiva

duración total: 1.500 horas

horas teleformación: 450 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

El deporte adquiere actualmente una importante relevancia en nuestra sociedad. El avance de una vida sedentaria con las consecuencias negativas que acarrea en el desarrollo físico y psicológico, ha dado pie a una apuesta por el deporte como fomento de una vida activa y saludable que proporcionen una mejora de la calidad de vida.

La profesión de psicólogo/a deportivo/a está en auge en las últimas décadas, pues los deportistas, entrenadores/as y directivos/as de equipos deportivos, se han dado cuenta de que en este sector las variables psicológicas son igual de importantes que los aspectos físicos, técnicos o tácticos. Los psicólogos/as deportivos/as trabajan principalmente sobre variables como la motivación, la gestión emocional, el estrés, la autoconfianza, la atención o el nivel de activación.



+ Información Gratis

a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

objetivos

- Conocer el ámbito del deporte en relación con la Psicología.
- Adquirir conocimientos sobre las bases neurológicas del deporte.
- Integrar las habilidades básicas necesarias para llevar a cabo las funciones del Psicólogo Deportivo.
- Conocer la relación entre psicología, deporte y salud.
- Transmitir los conocimientos necesarios para llevar a cabo la planificación del entrenamiento psicológico.
- Indagar en la intervención psicológica en el deporte de competición.
- Adquirir conocimientos básicos sobre Coaching Deportivo.

para qué te prepara

Este Máster en Psicología Deportiva te prepara para desenvolverte de manera profesional en el entorno de la Psicología Deportiva. Se ha diseñado para responder de manera completa a las necesidades que hoy en día demanda la práctica deportiva. Este Máster te permitirá afianzar todos los conocimientos relacionados con los procesos psicológicos básicos y descubrir su importancia en la práctica deportiva para optimizar el rendimiento y desarrollar al máximo las potencialidades físicas de los y las deportistas.

salidas laborales

Desarrolla tu carrera profesional en el ámbito de la Psicología del Deporte, ejerciendo como psicólogo/a deportivo/a en equipos de diversos deportes o con deportistas de élite en deportes individuales. Otras salidas: Asesor en intervención, de centros de iniciación y tecnificación deportivas; Asesor en intervención, de federaciones, entidades y clubes deportivos; Asesor en intervención, de centros de alto rendimiento deportivo; Asesor en intervención, en gabinetes de psicología y centros de salud.

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) de (año)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello



NOMBRE DEL ALUMNO/A

forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Psicología del Deporte'
- Manual teórico 'Intervención Psicológica en el Deporte'
- Manual teórico 'Fundamentos Psicobiológicos del Deporte'
- Manual teórico 'Técnicas de Trabajo del Psicólogo del Deporte'
- Manual teórico 'Psicología del Entrenamiento y Coaching Deportivo'
- Manual teórico 'Psicología de la Iniciación Deportiva'



+ Información Gratis

profesorado y servicio de tutorías

Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.
- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.
- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de ineseem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

programa formativo

MÓDULO 1. FUNDAMENTOS PSICBIOLÓGICOS DEL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES NEUROLÓGICAS BÁSICAS

1. Clasificación del Sistema Nervioso. Citología
2. Potencial de Reposo o de Membrana
3. Receptores. Potencial Generador
4. Potencial de Acción
5. Sinapsis
6. Circuitos neuronales
7. Morfogénesis del Sistema Nervioso Central
8. Morfología del Sistema Nervioso Central

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES NEUROLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

1. Sistema somatosensorial. Exterocepción y nociocepción
2. Sistema sensorial. Propiocepción
3. Organización funcional del Sistema Motor
4. Sistema Nervioso Vegetativo o Autónomo

UNIDAD DIDÁCTICA 3. HABILIDADES Y APRENDIZAJE MOTRIZ

1. El aprendizaje motor
2. Principales modelos del aprendizaje motor
3. Teorías del aprendizaje motor
4. El proceso de enseñanza-aprendizaje
5. Mecanismos que intervienen en el aprendizaje motor
6. Factores que intervienen en el proceso de aprendizaje motor
7. Las habilidades motrices

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ANATOMÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Sistema óseo: aparato locomotor y el movimiento
2. El sistema muscular
3. Articulaciones y movimiento
4. Los tendones

UNIDAD DIDÁCTICA 5. FISIOLÓGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Fisiología muscular y sistemas energéticos
2. Fisiología cardio-circulatoria
3. Fisiología respiratoria
4. El sistema nervioso

UNIDAD DIDÁCTICA 6. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

1. Resistencia
2. Fuerza
3. Velocidad
4. Flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 7. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO

1. Características preliminares de la psicomotricidad
2. El esquema corporal
3. El proceso de lateralización
4. Coordinación
5. Equilibrio
6. Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
7. Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

MÓDULO 2. PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

+ Información Gratis

- 1.Introducción
- 2.Psicología del Deporte
- 3.Relación de la Psicología con la Psicología del Deporte
- 4.Funciones de la Psicología del Deporte
- 5.La Psicología del Deporte en la actualidad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL PSICÓLOGO/A DEL DEPORTE

- 1.El Psicólogo/a del Deporte
- 2.Funciones del Psicólogo del Deporte
- 3.¿Cuáles no son las funciones del Psicólogo del Deporte?
- 4.El Psicólogo del Deporte dentro de una organización deportiva
- 5.El Psicólogo del Deporte en alto rendimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 3. IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE

- 1.Necesidades psicológicas en el deporte
- 2.La finalidad de la intervención psicológica
- 3.Variables, habilidades y técnicas psicológicas
- 4.Entrenamiento de habilidades psicológicas
- 5.Tipos de intervención psicológica
- 6.El papel de la Psicología
- 7.PARTICIPACIÓN DE LOS DEPORTISTAS EN LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA MOTIVACIÓN Y AUTOCONFIANZA

- 1.La motivación
- 2.La Autoconfianza

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LAS EMOCIONES EN EL DEPORTE

- 1.Introducción: las emociones
- 2.Las emociones en el deporte
- 3.Emociones provocadas por el entrenamiento
- 4.Control emocional ante situaciones amenazantes
- 5.Emociones antes de la competición

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ACTIVACIÓN, ESTRÉS Y ANSIEDAD

- 1.Introducción
- 2.Activación, ansiedad y estrés
- 3.Manifestaciones de la ansiedad en la competición
- 4.Evaluación de la ansiedad, estrés y otros

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL CUERPO, LA MENTE Y EL DEPORTE

- 1.Cuerpo
- 2.Mente
- 3.Equilibrio cuerpo y mente

MÓDULO 3. TÉCNICAS DE TRABAJO DEL PSICÓLOGO DEL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. GESTIÓN DE LAS EMOCIONES

- 1.Mantener una actitud positiva
- 2.Motivación
- 3.Reconocer las posibilidades: autovaloración
- 4.Energía emocional
- 5.Intención ganadora

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTABLECIMIENTO DE METAS

- 1.¿Qué entendemos por meta?
- 2.Pautas para establecer una buena meta
- 3.Diseño de un sistema de establecimiento de metas
- 4.Plantear las metas
- 5.Conseguir las metas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESTABLECER OBJETIVOS

1. Diferencia entre objetivo y meta
2. Pautas para enunciar objetivos
3. Fases para establecer objetivos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA AUTOESTIMA: CONCEPTOS PARA LUCHAR CONTRA EL ESTRÉS

1. Definición de autoestima: autoestima alta, baja y su desarrollo
2. Auto-respeto
3. Como hacer frente a las críticas
4. Responder a las quejas
5. Creatividad y auto-realización en el trabajo

MÓDULO 4. INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EJERCICIO FÍSICO, PSICOLOGÍA Y SALUD

1. El ejercicio físico y sus fases
2. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
3. Proceso metabólico durante el desarrollo del ejercicio físico
4. La fatiga
5. Ejercicio físico y bienestar psicológico
6. Mecanismos explicativos de los efectos del ejercicio físico

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PSICOLOGÍA Y LESIONES DEPORTIVAS

1. Introducción a las lesiones deportivas
2. Definición
3. La prevención
4. Tratamiento
5. Lesiones deportivas frecuentes
6. ¿Qué debes hacer si te lesionas durante la realización del ejercicio físico?
7. ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
8. Causas más comunes de las lesiones en el entrenamiento
9. Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones
10. Relación entre factores psicológicos y lesiones deportivas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PSICOLOGÍA CLÍNICA DEL DEPORTE DE COMPETICIÓN

1. El psicólogo del deporte en el alto rendimiento
2. Deportistas de Alto Rendimiento
3. Psicología Clínica aplicada al deporte
4. Plan Psicológico de actuación
5. Actuaciones del Psicólogo del Deporte en el Alto Rendimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PSICOLOGÍA DE LA COMPETICIÓN

1. Competir y cooperar
2. Entrenamiento mental: preparación psicológica de entrenamientos y competiciones

UNIDAD DIDÁCTICA 5. VARIABLES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL DEPORTE

1. Características psicológicas de los deportistas
2. Personalidad y deporte
3. Perfiles deportivos

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EVALUACIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE

1. Autoinformes
2. Entrevistas
3. Observación
4. Registros psicofisiológicos

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE

1. Orientación psicológica o "counseling"
2. Entrenamiento psicológico

MÓDULO 5. PSICOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO Y COACHING

DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO E INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

- 1.El deporte
- 2.Entrenamiento deportivo
- 3.El rendimiento deportivo
- 4.Componentes generales de un programa de preparación psicológica
- 5.Principios significativos para la planificación del entrenamiento psicológico
- 6.Planificación del entrenamiento psicológico
- 7.Diseño de programas de entrenamiento psicológico
- 8.Intervención psicológica en arbitraje
- 9.Intervención psicológica en deportes individuales y colectivos
- 10.Psicología y deporte adaptado
- 11.Detección de talentos

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PSICOLOGÍA DE LOS ENTRENADORES DEPORTIVOS

- 1.Las expectativas y su influencia en el rendimiento
- 2.Las habilidades sociales y de comunicación (HHSS)
- 3.El liderazgo del entrenador
- 4.La modificación de conducta

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FUNDAMENTOS DEL COACHING

- 1.La formación de la identidad personal
- 2.¿Qué es el Coaching?
- 3.Orígenes del término “Coaching”
- 4.Principales corrientes de influencia
- 5.El coaching respecto a otras prácticas y herramientas
- 6.Nuevas tendencias en Coaching

UNIDAD DIDÁCTICA 4. COACHING DEPORTIVO

- 1.El Coaching en el entrenamiento deportivo
- 2.Optimización de la estrategia deportiva
- 3.La fluencia

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PERFIL DEL ENTRENADOR-COACH

- 1.Responsabilidad y funciones del entrenador-coach
- 2.Objetivos, misión y valores
- 3.Factores clave en el coaching deportivo
- 4.Roles e interacción

UNIDAD DIDÁCTICA 6. COACHING PASO A PASO

- 1.El contrato: evaluación inicial y establecimiento de la relación
- 2 Valoración y diseño del plan de acción
- 3.Sesiones de trabajo y entrenamiento
- 4.Evaluación del progreso
- 5.La primera sesión

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ÁREAS DE TRABAJO EN COACHING DEPORTIVO: LA CONCIENCIA PERSONAL

- 1.La concentración
- 2.El estilo atribucional
- 3.Autoconfianza y Seguridad
- 4.Prevenición de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ÁREAS DE TRABAJO EN COACHING DEPORTIVO: LA CONCIENCIA GRUPAL

- 1.Identidad y cohesión grupal
- 2.Grupo vs. Equipo
- 3.Factores individuales, colectivos y ambientales en la consecución de los objetivos del equipo

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ÁREAS DE TRABAJO EN COACHING DEPORTIVO: LA REGULACIÓN EMOCIONAL

- 1.Los pensamientos positivos

- 2.La motivación
- 3.Autovaloración y expectativas
- 4.Regulación de la tensión y la energía
- 5.Intención ganadora

UNIDAD DIDÁCTICA 10. ÁREAS DE TRABAJO EN COACHING DEPORTIVO: EL EQUILIBRIO CUERPO-MENTE

- 1.Cuidado de la salud física
- 2.Cuidado de la salud psicológica
- 3.El equilibrio cuerpo-mente

UNIDAD DIDÁCTICA 11. ÁREAS DE TRABAJO EN COACHING DEPORTIVO: EL LIDERAZGO

- 1.El entrenador-coach como líder y mentor
- 2.Influencia y poder
- 3.Enfoques centrados en el líder: rasgo y estilos de liderazgo
- 4.Teorías situacionales o de contingencia
- 5.Estilos de liderazgo

MÓDULO 6. PSICOLOGÍA DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PSICOLOGÍA Y DEPORTE ESCOLAR

- 1.La psicología de la educación física
- 2.Importancia de la educación física en el desarrollo de la personalidad
- 3.Regulación de acciones motrices

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES PSICOLÓGICAS Y MOTRICIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA

- 1.Motivación y voluntad
- 2.Sensaciones propioceptivas
- 3.Representaciones motoras
- 4.El trabajo de la atención
- 5.Tensiones psíquicas
- 6.Temperamento y carácter

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA FORMACIÓN INTEGRAL A TRAVÉS DEL DEPORTE

- 1.Valores personales y sociales
- 2.Formación deportiva y valores en el deporte
- 3.La importancia del fair play en el deporte juvenil
- 4.La influencia de la familia en la formación inicial deportiva

UNIDAD DIDÁCTICA 4. MOTIVACIÓN Y DEPORTE EN LA ADOLESCENCIA

- 1.Autoconcepto y práctica deportiva
- 2 Factores sociales y su influencia en la práctica deportiva
- 3.La actividad físico-deportiva como prevención ante conductas de riesgo en la adolescencia

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PSICOLOGÍA Y DEPORTE BASE

- 1.Funciones del psicólogo en la iniciación deportiva
- 2.Cohesión grupal y estructura social de grupo

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA

- 1.Intervención directa
- 2.Intervención indirecta

UNIDAD DIDÁCTICA 7. LESIONES Y REHABILITACIÓN PSICOLÓGICA

- 1.Lesiones deportivas y clasificación
- 2.Factores psicológicos relacionados con las lesiones deportivas
- 3.Intervención orientada a la prevención
- 4.Intervenciones orientadas a la rehabilitación

UNIDAD DIDÁCTICA 8. DETECCIÓN DE TALENTOS

- 1.El talentos deportivo
- 2.Aproximación tradicional a la detección del talento
- 3.Nuevas alternativas al proceso de detección de talento deportivo
- 4.Variables psicológicas e instrumentos de evaluación en la detección del talento

MÓDULO 7. PROYECTO FIN DE MÁSTER