

UNIVERSIDAD INTERAMERICANA DE PUERTO RICO
RECINTO METROPOLITANO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y PROFESIONES DE LA CONDUCTA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE TECNOLOGÍA DEPORTIVA

PRONTUARIO

I. INFORMACIÓN GENERAL

Título del Curso	:	Psicología del Deporte
Código y Número	:	HPER-3010
Créditos	:	Tres (3)
Término Académico	:	Semestre II: Enero 2023 - Mayo 2023 (2023-30)
Profesor	:	Edgar Lopategui Corsino
Lugar y Horas de Oficina	:	Oficina de Educación (#533) MW: 12:15 p.m.- 2:00 p.m.; TR: Texto; F: Cita
Teléfono de la Oficina	:	787-250-1912, X2286, 2245, 2410
Correo Electrónico	:	elopategui@intermetro.edu; elopateg@gmail.com

II. DESCRIPCIÓN

Investigaciones y teorías relacionadas con los aspectos mentales, emocionales y psicológicos de los participantes en actividades atléticas y de educación física.

III. OBJETIVOS

Se espera que al finalizar el curso el estudiante pueda:

1. **Reconocer** la importancia de la psicología deportiva en actividades atléticas y de educación física.
2. **Definir** psicología deportiva
3. **Señalar** los aspectos psicológicos envueltos en la enseñanza, aprendizaje y ejecución de destrezas motoras.
4. **Reconocer** la importancia de la integración del cuerpo y la mente en actividades deportivas y de educación física.
5. **Aplicar** teorías, métodos y resultados de las investigaciones sobre el estrés psicológico en actividades deportivas y de educación física.
6. **Definir** estrés
7. **Mencionar** las técnicas de reducción de estrés
8. **Señalar** los pasos a seguir en la evaluación del estrés
9. **Reconocer** la importancia de la motivación en las actividades deportivas
10. **Reconocer** la importancia de los esfuerzos y la retroalimentación en actividades deportivas.
11. **Establecer** la relación entre despertamiento y ejecución
12. **Mencionar** las teorías de la agresión en el deporte

IV. CONTENIDO

- A. Introducción a la psicología deportiva
 - 1. ¿Qué es psicología deportiva?
 - 2. Importancia de la integración del cuerpo y la mente en actividades deportivas y de educación física.
- B. Despertamiento (“*Arousal*”)
 - 1. Relación “*Arousal*” – Ejecución Motriz
- C. Atención
 - 1. Dirección y amplitud
 - 2. Relación atención – “*arousal*” – stress
- D. Ansiedad
 - 1. Definición
 - 2. Teorías sobre el “stress”
 - 3. Respuestas individuales al “stress”
 - 4. Técnicas de reducción de “stress”
 - 5. Evaluación del “stress”
- E. Motivación
- F. Retroalimentación
- G. Refuerzos
 - 1. Usos y manipulación del refuerzo
- H. Fijación de metas
- I. Agresión en el deporte
 - 1. Teorías de agresión
 - 2. Comportamiento violento del atleta
- J. Personalidad
- K. Unión en el equipo / (clase) – cohesión

V. ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS

- A. Experiencias Prácticas de Laboratorio
 - 1. **L1:** Trabajos en grupos, de tres a cinco estudiantes, para la reflexión introspectiva de estudios de caso.
 - 2. **L2:** Meditación crítica, en equipos de colaboración, concerniente a la discusión de términos y abreviaciones vinculado con la psicología deportiva.
- B. Análisis grupal de artículos profesionales
- C. Trabajos en colaboración
- D. Foros de discusión
- E. Bitácoras virtuales (Blogs, Twitter)
- F. Estrategias de pedagógicas de la clase invertida o “flipping”.

VI. EVALUACIÓN

- A. Criterios de Evaluación
 - 1. **Midterm:** 15% de la calificación final
 - 2. Dos **Exámenes Parciales:** 10% de la nota final
 - 3. Cuatro **Pruebas Cortas:** 20% de la nota total
 - 4. **Examen final:** 15% de la calificación final
 - 5. **Laboratorios:** 10% de la nota final
 - 6. **Asignación 1:** Análisis de un estudio de caso (10% peso).
 - 7. **Asignación 2:** Análisis de una investigación publicada en una revista arbitrada (10% peso).
 - 8. **Asignación 3:** 10 horas de experiencias prácticas con los atletas de la LIDE o LAI, pertenecientes a la Universidad Interamericana de Puerto Rico, Recinto Metropolitano (10% peso).
 - 9. **Participación y asistencia:** 5 % de la calificación final

B. Determinación de las Calificaciones

Los criterios de evaluación del curso se exponen en la próxima tabla:

Actividades Evaluativas	Puntuación	% de la Nota Final
1 Midterm	100	15
2 Exámenes Parciales	200	10
4 Pruebas Cortas	100	20
1 Examen Final o Evaluación	100	15
Laboratorios	100	5
Asignación 1	100	10
Asignación 2	100	10
Asignación 3	100	10
Participación y Asistencia	100	5
Total:	1000	100%

El establecimiento de la nota final seguirá la escala estándar subgraduada.

VII. NOTAS ESPECIALES

A. Servicios Auxiliares o Necesidades Especiales

Todo estudiante que requiera servicios auxiliares o asistencia especial deberá solicitar los mismos al inicio del curso, o tan pronto como adquiera conocimiento de que los necesita, a través del registro correspondiente, en la Oficina del Coordinador de Servicios a los Estudiantes con Incapacidades, con la **Dra. María de los Ángeles Cabello**, ubicada en el Programa de Orientación Universitaria, Salón 419, en el cuarto piso del Edificio John Will Harris, 787-250-1912, extensión 2306. El profesor y la institución aseguran la confidencialidad del estudiante.

B. Honradez, Fraude y Plagio

La falta de honradez, el fraude, el plagio y cualquier otro comportamiento inadecuado con relación a la labor académica constituyen infracciones mayores sancionadas por el **Reglamento General de Estudiantes**. Las infracciones mayores, según dispone el **Reglamento General de Estudiantes**, pueden tener como consecuencia la suspensión de la Universidad por un tiempo definido mayor de un año o la expulsión permanente de la Universidad, entre otras sanciones.

C. Uso de Dispositivos Electrónicos

Se desactivarán los teléfonos celulares y cualquier otro dispositivo electrónico que pudiese interrumpir los procesos de enseñanza y aprendizaje o alterar el ambiente conducente a la excelencia académica. Las situaciones apremiantes serán atendidas, según corresponda. Se prohíbe el manejo de dispositivos electrónicos que permitan acceder, almacenar o enviar datos durante evaluaciones o exámenes.

D. Cumplimiento con las disposiciones del Título IX

La Ley de Educación Superior Federal, según enmendada, prohíbe el discrimen por razón de sexo en cualquier actividad académica, educativa, extracurricular, atlética o en cualquier otro programa o empleo, auspiciado o controlado por una institución de educación superior independientemente de que esta se realice dentro o fuera de los predios de la institución, si la institución recibe fondos federales.

Conforme dispone la reglamentación federal vigente, en nuestra unidad académica se ha designado un(a) Coordinador(a) Auxiliar de Título IX que

brindará asistencia y orientación con relación a cualquier alegado incidente constitutivo de discrimen por sexo o género, acoso por sexo o agresión sexual. Se puede comunicar con el Coordinador Auxiliar, el **Sr. George Rivera**, al teléfono (787) 250-1912 extensión **2147**, o al correo electrónico: **grivera@metro.inter.edu**.

El Documento Normativo titulado **Normas y Procedimientos para Atender Alegadas Violaciones a las Disposiciones del Título IX** es el documento que contiene las reglas institucionales para canalizar cualquier querrela que se presente basada en este tipo de alegación. Este documento está disponible en el portal de la Universidad Interamericana de Puerto Rico (**www.inter.edu**).

VIII. RECURSOS EDUCATIVOS

A. Libro de Texto

Toner, J., & Moran, A. (2017). *Psicología del deporte*. México: Editorial El Manual Moderno S.A de C.V.

B. Lecturas Suplementarias

Baćanac, L. (2019). Sports psychology in Serbia: A critical review of the past, current condition and future challenges. *Physical Culture*, 73(1), 40–59. doi:10.5937/fizkul1901040B

Romero Pileta, I., Dopico Pérez, H. M., Fernández Téllez, I., Montoro Bombú, R., Chávez Cevallos, E., & Contreras Calle, W. T. (2019). Análisis integral de la motivación en boxeadores. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 38(2), 55–71. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/ibi/v38n2/1561-3011-ibi-38-02-56.pdf>

C. Recursos Audiovisuales: *Fuentes Multimediales*

1. Videos:

DGIREDeportes (2009, ? de ?). *Psicología del deporte* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=G-46r-YJiHI>

Ingenios Asociados (2015, 4 de noviembre). *La psicología deportiva* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=5YnDnRTvdhs>

D. Recursos Electrónicos: *Internet/Web*

1. Literatura y artículos:

a. **Psicología del deporte:**

https://www.ecured.cu/Psicolog%C3%ADa_del_deporte

2. Asociaciones, Organizaciones y Sociedades:

- a. **Association for Applied Sport Psychology (AASP):**
<https://appliedsportpsych.org/>

IX. BIBLIOGRAFÍA

A. Libros

- Andersen, M. B. (2015). *Doing exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Beauchamp, M. R. (2017). *Dinámicas de grupo: En el ejercicio y en la psicología del deporte*. Badalona, España: Editorial Paidotribo.
- Beckmann, J. (2015). *Sport psychological interventions in competitive sports*. Newcastle Upon Tyne, UK: Cambridge Scholars Publishers.
- Biddle, S. J. H., Mutrie, N., & Gorely, T. (2014). *Psychology of physical activity: determinants, Well-Being and Interventions* (3ra ed.). New York, NY: Routledge Taylor & Francis Group.
- Buckworth, J., & Dishman, R. (2013). *Exercise psychology* (2da. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Cohen, R. (2015). *Sport psychology: The basics: Optimising human performance*. London, UK: Bloomsbury Publishing Plc.
- Cotterill, S. (2012). *Team psychology in sports: Theory and practice*. New York, NY: Routledge Taylor & Francis Group.
- García-Naveira Vaamonde, A., & Locatelli Dalimier, L. (2015). *Avances en psicología del deporte*. Badalona, España: Editorial Paidotribo.
- Hanrahan, S., & Anderson, M. B. (Eds.). (2012). *Routledge handbook of applied psychology: A comprehensive guide for students and practitioners*. New York, NY: Routledge Taylor & Francis Group.
- Jiménez, L. A., & Vázquez, P. F. (2016). *Manual de ejercicios en psicología del deporte: Cinco habilidades psicológicas para el éxito deportivo*. Madrid, España: Editorial DYKINSON, S.L.
- Knowles, A.-M., Shanmugan, V., & Lorimer, R. (2015). *Social psychology in sport and exercise: Linking theory to practice*. Basingstoke, UK: Palgrave Macmillan.
- Lane, A. M. (Ed.). (2016). *Sport and exercise psychology*. New York, NY: Routledge, an imprint of the Taylor & Francis Group, an informa business.

- Lidor, R., & Ziv, G. (Eds.). (2022). *The psychology of closed self-paced motor tasks in sports*. New York, NY: Routledge, an imprint of the Taylor & Francis Group, an informa business.
- Mellalieu, S. D., & Hanton, S. (Eds.) (2015). *Contemporary advances in sport psychology: A review*. New York, NY: Routledge Taylor & Francis Group.
- Mora Merida, J. A., Garcia Rodriguez, J., Toro Bueno, S., & Zarco Resa, J. A. (2004). *Psicología aplicada a la actividad físico-deportiva*. Madrid, España: Ediciones Pirámide.
- Nicholls, A. R. (2022). *Psychology in sports coaching: Theory and practice*. New York, NY: Routledge, an imprint of the Taylor & Francis Group, an informa business.
- Papaioannou, A. G. (2014). *Routledge companion to sport and exercise psychology: Global perspectives and fundamental concepts*. New York, NY: Routledge Taylor & Francis Group.
- Perry, J. (2015). *Sports psychology - A complete introduction: Teach yourself*. London, UK: Mulholland Books, an imprint of Little, Brown and Company.
- Razon, S., & Sachs, M. L. (Eds.). (2018). *Applied exercise psychology: The challenging journey from motivation to adherence*. New York, NY: Routledge, an imprint of the Taylor & Francis Group, an informa business.
- Reel, J. J. (2015). *Working Out: The psychology of sport and exercise*. Santa Barbara, CA: Greenwood Publishing Group.
- Smith, L. H., & Kays, T. M. (2022). *Sports psychology for dummies* (2da ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Tenenbaum, G., & Eklund, R. C. (Eds.) (2020). *Handbook of sport psychology* (4ta ed., Vols. I-II). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Tenenbaum, G., & Eklund R. (Eds.). (2014). *Exercise psychology*. New York, NY: Routledge Taylor & Francis Group.
- Tenenbaum, G., & Eklund R. (Eds.). (2014). *Sport psychology*. New York, NY: Routledge Taylor & Francis Group.
- Tod, D., & Eubank, M. (Eds.). (2020). *Applied sport, exercise, and performance psychology: Current approaches to helping clients*. New York, NY: Routledge, an imprint of the Taylor & Francis Group, an informa business.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology* (6ta. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Williams, J. M. (2015). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.

REVISADO: por el: Profesor Edgar Lopategui Corsino: *13 de febrero de 2023*