



Masters Profesionales

Master en Psicología Deportiva



INESEM
BUSINESS SCHOOL

INESEM BUSINESS SCHOOL

Índice

Master en Psicología Deportiva

1. Sobre Inesem

2. Master en Psicología Deportiva

[Descripción](#) / [Para que te prepara](#) / [Salidas Laborales](#) / [Resumen](#) / [A quién va dirigido](#) /

[Objetivos](#)

3. Programa académico

4. Metodología de Enseñanza

5. ¿Porqué elegir Inesem?

6. Orientación

7. Financiación y Becas

SOBRE INESEM BUSINESS SCHOOL



INESEM Business School como Escuela de Negocios Online tiene por objetivo desde su nacimiento trabajar para fomentar y contribuir al desarrollo profesional y personal de sus alumnos. Promovemos ***una enseñanza multidisciplinar e integrada***, mediante la aplicación de ***metodologías innovadoras de aprendizaje*** que faciliten la interiorización de conocimientos para una aplicación práctica orientada al cumplimiento de los objetivos de nuestros itinerarios formativos.

En definitiva, en INESEM queremos ser el lugar donde te gustaría desarrollar y mejorar tu carrera profesional. ***Porque sabemos que la clave del éxito en el mercado es la "Formación Práctica" que permita superar los retos que deben de afrontar los profesionales del futuro.***



Master en Psicología Deportiva



| | |
|-----------|--------|
| DURACIÓN | 1500 |
| PRECIO | 1795 € |
| MODALIDAD | Online |

Entidad impartidora:



INESEM
BUSINESS SCHOOL

Programa de Becas / Financiación 100% Sin Intereses

Titulación Masters Profesionales

- Titulación Expedida y Avalada por el Instituto Europeo de Estudios Empresariales “Enseñanza no oficial y no conducente a la obtención de un título con carácter oficial o certificado de profesionalidad.”

Resumen

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.

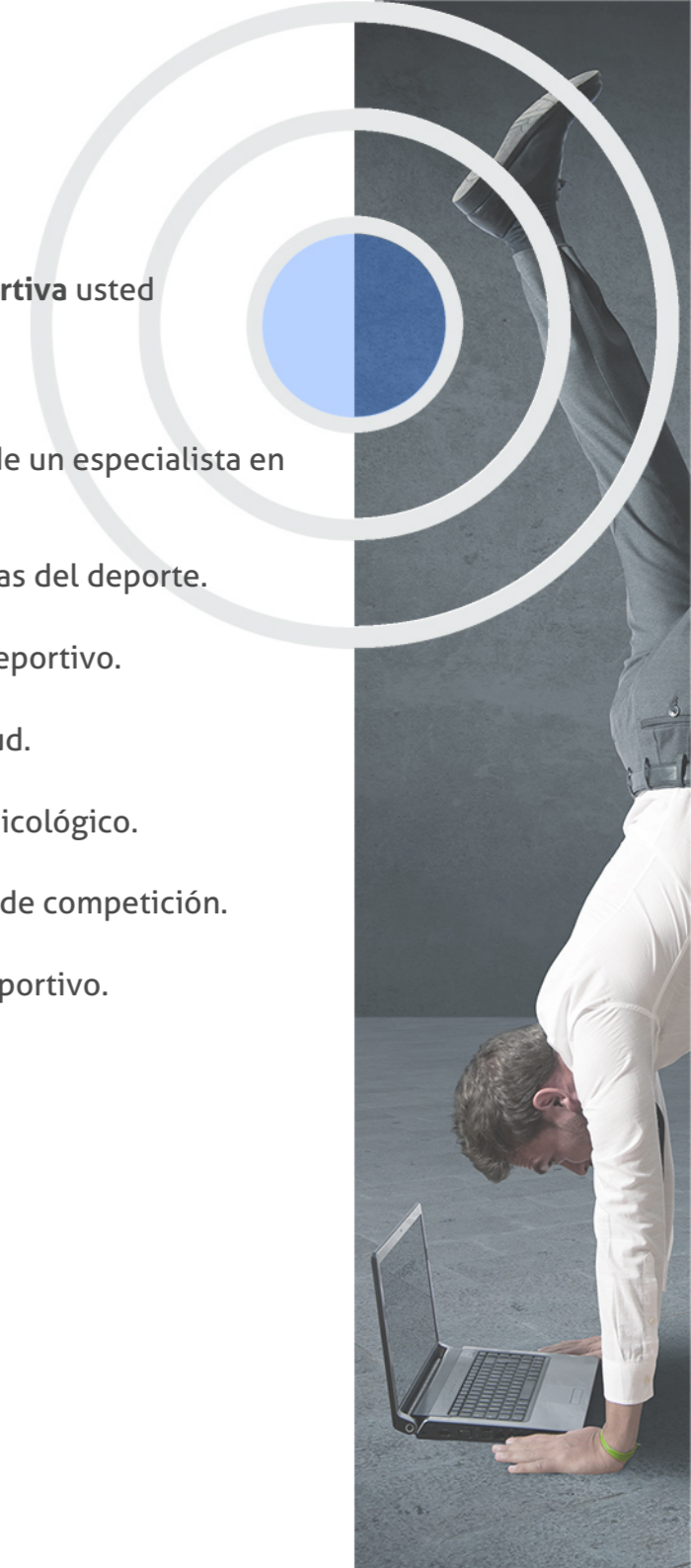
A quién va dirigido

Este Máster en Psicología Deportiva está dirigido a estudiantes y titulados en Psicología o disciplinas afines como Pedagogía, Psicopedagogía, Educación Física, Ciencias de la Actividad Física, etc., así como a profesionales del sector que desean ampliar sus conocimientos y competencias en el deporte con este máster.

Objetivos

Con el Masters Profesionales **Master en Psicología Deportiva** usted alcanzará los siguientes objetivos:

- Entender el ámbito del deporte desde el enfoque de un especialista en psicología deportiva.
- Obtener conocimientos sobre las bases neurológicas del deporte.
- Ser capaz de realizar las funciones del Psicólogo Deportivo.
- Conocer la relación entre psicología, deporte y salud.
- Llevar a cabo la planificación del entrenamiento psicológico.
- Realizar intervenciones psicológicas en el deporte de competición.
- Adquirir conocimientos básicos sobre Coaching Deportivo.





¿Y, después?

Para qué te prepara

El Máster en Psicología Deportiva te forma para desenvolverte de manera profesional en el entorno de la psicología deportiva. Aprenderás las técnicas y habilidades necesarias para realizar intervenciones de psicología aplicada al deporte de competición. Serás capaz de planificar el entrenamiento psicológico, además de realizar labores de coach deportivo en distintas áreas como: conciencia grupal, la inteligencia emocional o el liderazgo.

Salidas Laborales

Tras la realización del Máster en Psicología Deportiva adquieres la experiencia profesional junto con los conocimientos y habilidades necesarias para desarrollar tu carrera profesional como asesor/especialista en intervención en centros de iniciación deportiva, federaciones, entidades, clubes deportivos, centros de alto rendimiento deportivo, gabinetes o centros de salud.

¿Por qué elegir INESEM?



PROGRAMA ACADÉMICO

Master en Psicología Deportiva

Módulo 1. **Fundamentos psicobiológicos del deporte**

Módulo 2. **Psicología del deporte**

Módulo 3. **Técnicas de trabajo del psicólogo del deporte**

Módulo 4. **Intervención psicológica en el deporte**

Módulo 5. **Psicología del entrenamiento y coaching deportivo**

Módulo 6. **Psicología de la iniciación deportiva**

Módulo 7. **Proyecto fin de máster**

Módulo 1. Fundamentos psicobiológicos 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. Fisiología 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

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. Prevención 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 talento 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

metodología de aprendizaje

La configuración del modelo pedagógico por el que apuesta INESEM, requiere del uso de herramientas que favorezcan la colaboración y divulgación de ideas, opiniones y la creación de redes de conocimiento más colaborativo y social donde los alumnos complementan la formación recibida a través de los canales formales establecidos.



Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno comienza su andadura en INESEM Business School a través de un campus virtual diseñado exclusivamente para desarrollar el itinerario formativo con el objetivo de mejorar su perfil profesional. El alumno debe avanzar de manera autónoma a lo largo de las diferentes unidades didácticas así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes.

El 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.

Nuestro sistema de aprendizaje se fundamenta en *cinco pilares* que facilitan el estudio y el desarrollo de competencias y aptitudes de nuestros alumnos a través de los siguientes entornos:

Secretaría

Sistema que comunica al alumno directamente con nuestro asistente virtual permitiendo realizar un seguimiento personal de todos sus trámites administrativos.

Campus Virtual

Entorno Personal de Aprendizaje que permite gestionar al alumno su itinerario formativo, accediendo a multitud de recursos complementarios que enriquecen el proceso formativo así como la interiorización de conocimientos gracias a una formación práctica, social y colaborativa.

Revista Digital

Espacio de actualidad donde encontrar publicaciones relacionadas con su área de formación. Un excelente grupo de colaboradores y redactores, tanto internos como externos, que aportan una dosis de su conocimiento y experiencia a esta red colaborativa de información.

Webinars

Píldoras formativas mediante el formato audiovisual para complementar los itinerarios formativos y una práctica que acerca a nuestros alumnos a la realidad empresarial.

Comunidad

Espacio de encuentro que permite el contacto de alumnos del mismo campo para la creación de vínculos profesionales. Un punto de intercambio de información, sugerencias y experiencias de miles de usuarios.





SERVICIO DE **Orientación** de Carrera

Nuestro objetivo es el asesoramiento para el desarrollo de tu carrera profesional. Pretendemos capacitar a nuestros alumnos para su adecuada adaptación al mercado de trabajo facilitándole su integración en el mismo. Somos el aliado ideal para tu crecimiento profesional, aportando las capacidades necesarias con las que afrontar los desafíos que se presenten en tu vida laboral y alcanzar el éxito profesional. Gracias a nuestro Departamento de Orientación de Carrera se gestionan más de 500 convenios con empresas, lo que nos permite contar con una plataforma propia de empleo que avala la continuidad de la formación y donde cada día surgen nuevas oportunidades de empleo. Nuestra bolsa de empleo te abre las puertas hacia tu futuro laboral.



Financiación y becas

En INESEM

Ofrecemos a nuestros alumnos facilidades económicas y financieras para la realización del pago de matrículas,

todo ello
100%
sin intereses.

INESEM continúa ampliando su programa de becas para acercar y posibilitar el aprendizaje continuo al máximo número de personas. Con el fin de adaptarnos a las necesidades de todos los perfiles que componen nuestro alumnado.



| | | |
|-----|-----------------------|---|
| 20% | Beca desempleo | Para los que atraviesen un periodo de inactividad laboral y decidan que es el momento idóneo para invertir en la mejora de sus posibilidades futuras. |
| 15% | Beca emprende | Nuestra apuesta por el fomento del emprendimiento y capacitación de los profesionales que se han aventurado en su propia iniciativa empresarial. |
| 10% | Beca alumnos | Como premio a la fidelidad y confianza de los alumnos en el método INESEM, ofrecemos una beca a todos aquellos que hayan cursado alguna de nuestras acciones formativas en el pasado. |

Masters Profesionales

Master en Psicología Deportiva

Impulsamos tu carrera profesional



INESEM
BUSINESS SCHOOL

www.inesem.es



958 05 02 05 formacion@inesem.es

Gestionamos acuerdos con más de 2000 empresas y tramitamos más de 500 ofertas profesionales al año.

Facilitamos la incorporación y el desarrollo de los alumnos en el mercado laboral a lo largo de toda su carrera profesional.