



# PROGRAMA FORMATIVO

**Máster en Psicología del Deporte + 60  
Créditos ECTS**

## Máster en Psicología del Deporte + 60 Créditos ECTS

Duración: 1.500 horas

Precio: 2.195 € \*

Modalidad: Online

\* Materiales didácticos, titulación y gastos de envío incluidos.



Titulación Expedida por  
EUROINNOVA BUSINESS  
SCHOOL y Avalada por la  
Escuela Superior de  
Cualificaciones Profesionales

### 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.

### A quién va dirigido

El Master en Psicología del Deporte está dirigido a profesionales del entorno deportivo que deseen especializarse en psicología deportiva, así como a cualquier persona graduada o licenciada en educación física, psicología, medicina o educación primaria con mención en educación física, interesada en adquirir los conocimientos y especializarse en el ámbito de la Psicología del Deporte.

## 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 que te prepara

Este Master en Psicología del Deporte 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

Título Propio Master de Formación Permanente en Psicología del Deporte expedido por la Universidad Europea Miguel de Cervantes acreditada con 60 ECTS Universitarios (Master Profesional de la Universidad Europea Miguel de Cervantes)



### EUROINNOVA FORMACION

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación  
EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

**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 EUROINNOVA en la convocatoria de 2014  
Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en  
Granada, a 23 de Abril de 2014

La dirección General

El/La interesado/a

Sello



INTERNATIONAL COMMISSION ON DISTANCE EDUCATION  
Con Estatuto Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Plan. Resolución 604E)

## Forma de pago

### Tarjeta de Crédito / PayPal

Eligiendo esta opción de pago, podrá abonar el importe correspondiente, cómodamente en este mismo instante, a través de nuestra pasarela de pago segura concertada con Paypal

### Transferencia Bancaria

Eligiendo esta opción de pago, deberá abonar el importe correspondiente mediante una transferencia bancaria.

No será aceptado el ingreso de cheques o similares en ninguna de nuestras cuentas bancarias.

### Contrareembolso

Podrá pagar sus compras directamente al transportista cuando reciba el pedido en su casa. Eligiendo esta opción de pago, recibirá mediante mensajería postal, en la dirección facilitada en el formulario, el material del curso, abonando el importe correspondiente a la recepción.

## Metodología

Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios. Además recibirá los materiales didácticos que incluye el curso para poder consultarlos en cualquier momento y conservarlos una vez finalizado el mismo. La metodología a seguir es ir avanzando a lo largo del itinerario de aprendizaje online, que cuenta con una serie de temas y ejercicios. Para su evaluación, el alumno/a deberá completar todos los ejercicios propuestos en el curso. La titulación será remitida al alumno/a por correo una vez se haya comprobado que ha completado el itinerario de aprendizaje satisfactoriamente.

## *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'



## Profesorado y servicio de tutorías

"RedEduca" está formado por un equipo multidisciplinar de profesionales especialistas en incorporar las Nuevas Tecnologías al ámbito educativo.

Nuestro principal objetivo es conseguir una formación didáctico-pedagógica innovadora y de calidad. Por ello, ponemos al alcance de nuestro alumnado una serie de herramientas y recursos que les permitirán potenciar su aprendizaje a lo largo del curso.

Además, a lo largo del curso, nuestro alumnado cuenta con un equipo de tutores expertos en las distintas especialidades ofertadas, con una amplia experiencia en el mundo de la enseñanza que resolverán todas tus dudas y consultas y con un equipo de soporte técnico que le ayudarán con



## Bolsa de empleo y Prácticas

El alumnos tendrá posibilidad de incluir su currículum en nuestra Bolsa de Empleo y Prácticas, participando así en los distintos procesos de selección y empleo gestionados por empresas y organismos públicos colaboradores en territorio nacional y abrir su abanico de posibilidades en el mundo laboral.

## Plazo de Finalización

El alumnado cuenta con un periodo máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo del curso elegido:

- **Master a distancia y online:** El plazo de finalización será de 12 meses a contar desde la fecha de recepción de las materiales del curso.

- **Curso a distancia y online:** El plazo de finalización será de 6 meses a contar desde la fecha de recepción de los materiales del curso.

En ambos casos, si una vez cumplido el plazo no se han cumplido los objetivos mínimos exigidos (entrega de ejercicios y evaluaciones correspondientes), el alumno podrá solicitar una prórroga con causa justificada de 3 meses

## Red Social Educativa

La Red Social Educativa es un lugar de encuentro para docentes y opositores donde poder compartir conocimiento. Aquí encontrarás todas las novedades del mundo de la educación que puedan ser de tu interés, así como noticias relacionadas con oposiciones. Es un espacio abierto donde podrás escribir y participar en todas las noticias y foros.

Te invitamos a registrarte y a comenzar a participar en esta red de profesionales de la educación.

Visítanos en: [www.redsocial.rededuca.net](http://www.redsocial.rededuca.net)





## Campus Virtual

Es el aula virtual donde encontrarás todos los contenidos de los cursos, cuidadosamente revisados y actualizados por nuestro equipo de profesores y especialistas.

El campus virtual se convierte en el principal escenario de aprendizaje y es aquí donde el alumnado podrá acceder a los contenidos del curso con tan sólo un clic.

Este nuevo sistema de aprendizaje online puede facilitar el trabajo del alumnado y del equipo docente en varios sentidos:

La presentación online de la acción formativa hace posible incluir contenidos en muy diversos



## Máster en Psicología del Deporte + 60 Créditos ECTS

Asimismo, el alumnado puede descargarse en pdf el temario de su curso conforme vaya avanzando en los contenidos para que pueda tenerlos guardados.

Además, el campus virtual permite establecer contacto directo con el tutor o tutora a través del sistema de comunicación por correo electrónico que también permitirá intercambiar archivos entre las partes.

El entorno virtual simplifica y agiliza la evaluación y seguimiento del alumnado, tanto para el propio alumno o alumna como para el equipo docente. Por un lado, el alumnado podrá observar su avance a lo largo del itinerario formativo y recibirá retroalimentación inmediata sobre sus resultados en las pruebas de evaluación. En segundo lugar, el equipo docente verá simplificado su trabajo, puesto que todos los datos acerca de la actividad del alumnado en la plataforma, así como los resultados de las pruebas quedan registrados de manera automática, evitando así la labor de corrección manual y permitiendo al profesor o profesora tener una visión del progreso de sus alumnos/as con tan sólo un clic.

Puede acceder a nuestro Campus Virtual a través de: <https://campusrededuca.euroinnova.edu.es>

## Programa formativo

### MÓDULO 1. FUNDAMENTOS PSICBIOLÓGICOS DEL DEPORTE

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES NEUROLÓGICAS BÁSICAS

- - Clasificación del Sistema Nervioso. Citología
- - Potencial de Reposo o de Membrana
- - Receptores. Potencial Generador
- - Potencial de Acción
- - Sinapsis
- - Circuitos neuronales
- - Morfogénesis del Sistema Nervioso Central
- - Morfología del Sistema Nervioso Central

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES NEUROLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

- - Sistema somatosensorial. Exterocepción y nociocepción
- - Sistema sensorial. Propiocepción
- - Organización funcional del Sistema Motor
- - Sistema Nervioso Vegetativo o Autónomo

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. HABILIDADES Y APRENDIZAJE MOTRIZ

- - El aprendizaje motor
- - Principales modelos del aprendizaje motor
- - Teorías del aprendizaje motor
- - El proceso de enseñanza-aprendizaje
- - Mecanismos que intervienen en el aprendizaje motor
- - Factores que intervienen en el proceso de aprendizaje motor
- - Las habilidades motrices

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. ANATOMÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

- - Sistema óseo: aparato locomotor y el movimiento
- - El sistema muscular
- - Articulaciones y movimiento

- - Los tendones

## UNIDAD DIDÁCTICA 5. FISIOLÓGIA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

- - Fisiología muscular y sistemas energéticos
- - Fisiología cardio-circulatoria
- - Fisiología respiratoria
- - El sistema nervioso

## UNIDAD DIDÁCTICA 6. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

- - Resistencia
- - Fuerza
- - Velocidad
- - Flexibilidad

## UNIDAD DIDÁCTICA 7. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZA DESARROLLO

- - Características preliminares de la psicomotricidad
- - El esquema corporal
- - El proceso de lateralización
- - Coordinación
- - Equilibrio
- - Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
- - Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

## MÓDULO 2. PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

- - Introducción
- - Psicología del Deporte
- - Relación de la Psicología con la Psicología del Deporte
- - Funciones de la Psicología del Deporte
- - La Psicología del Deporte en la actualidad

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL PSICÓLOGO/A DEL DEPORTE

- - El Psicólogo/a del Deporte
- - Funciones del Psicólogo del Deporte

## Máster en Psicología del Deporte + 60 Créditos ECTS

- - ¿Cuáles no son las funciones del Psicólogo del Deporte?
- - El Psicólogo del Deporte dentro de una organización deportiva
- - El Psicólogo del Deporte en alto rendimiento

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE

- - Necesidades psicológicas en el deporte
- - La finalidad de la intervención psicológica
- - Variables, habilidades y técnicas psicológicas
- - Entrenamiento de habilidades psicológicas
- - Tipos de intervención psicológica
- - El papel de la Psicología
- - PARTICIPACIÓN DE LOS DEPORTISTAS EN LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA MOTIVACIÓN Y AUTOCONFIANZA

- - La motivación
- - La Autoconfianza

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. LAS EMOCIONES EN EL DEPORTE

- - Introducción: las emociones
- - Las emociones en el deporte
- - Emociones provocadas por el entrenamiento
- - Control emocional ante situaciones amenazantes
- - Emociones antes de la competición

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. ACTIVACIÓN, ESTRÉS Y ANSIEDAD

- - Introducción
- - Activación, ansiedad y estrés
- - Manifestaciones de la ansiedad en la competición
- - Evaluación de la ansiedad, estrés y otros

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

- - Cuerpo
- - Mente
- - Equilibrio cuerpo y mente

## MÓDULO 3. TÉCNICAS DE TRABAJO DEL PSICÓLOGO DEPORTE

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. GESTIÓN DE LAS EMOCIONES

- - Mantener una actitud positiva
- - Motivación
- - Reconocer las posibilidades: autovaloración
- - Energía emocional
- - Intención ganadora

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTABLECIMIENTO DE METAS

- - ¿Qué entendemos por meta?
- - Pautas para establecer una buena meta
- - Diseño de un sistema de establecimiento de metas
- - Plantear las metas
- - Conseguir las metas

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESTABLECER OBJETIVOS

- - Diferencia entre objetivo y meta
- - Pautas para enunciar objetivos
- - Fases para establecer objetivos

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

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

## MÓDULO 4. INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. EJERCICIO FÍSICO, PSICOLOGÍA Y SALUD

- - El ejercicio físico y sus fases
- - Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
- - Proceso metabólico durante el desarrollo del ejercicio físico

## Máster en Psicología del Deporte + 60 Créditos ECTS

- - La fatiga
- - Ejercicio físico y bienestar psicológico
- - Mecanismos explicativos de los efectos del ejercicio físico

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. PSICOLOGÍA Y LESIONES DEPORTIVAS

- - Introducción a las lesiones deportivas
- - Definición
- - La prevención
- - Tratamiento
- - Lesiones deportivas frecuentes
- - ¿Qué debes hacer si te lesionas durante la realización del ejercicio físico?
- - ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
- - Causas más comunes de las lesiones en el entrenamiento
- - Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones
- - Relación entre factores psicológicos y lesiones deportivas

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. PSICOLOGÍA CLÍNICA DEL DEPORTE DE COMPETICIÓN

- - El psicólogo del deporte en el alto rendimiento
- - Deportistas de Alto Rendimiento
- - Psicología Clínica aplicada al deporte
- - Plan Psicológico de actuación
- - Actuaciones del Psicólogo del Deporte en el Alto Rendimiento

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. PSICOLOGÍA DE LA COMPETICIÓN

- - Competir y cooperar
- - Entrenamiento mental: preparación psicológica de entrenamientos y competición

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. VARIABLES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL DEPORTE

- - Características psicológicas de los deportistas
- - Personalidad y deporte
- - Perfiles deportivos

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. EVALUACIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE

- - Autoinformes
- - Entrevistas

- - Observación
- - Registros psicofisiológicos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EL DEPORTE**

- - Orientación psicológica o “counseling”
- - Entrenamiento psicológico

## **MÓDULO 5. PSICOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO Y COACHING DEPORTIVO**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO E INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

- - El deporte
- - Entrenamiento deportivo
- - El rendimiento deportivo
- - Componentes generales de un programa de preparación psicológica
- - Principios significativos para la planificación del entrenamiento psicológico
- - Planificación del entrenamiento psicológico
- - Diseño de programas de entrenamiento psicológico
- - Intervención psicológica en arbitraje
- - Intervención psicológica en deportes individuales y colectivos
- - Psicología y deporte adaptado
- - Detección de talentos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. PSICOLOGÍA DE LOS ENTRENADORES DEPORTIVOS**

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

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. FUNDAMENTOS DEL COACHING**

- - La formación de la identidad personal
- - ¿Qué es el Coaching?
- - Orígenes del término “Coaching”
- - Principales corrientes de influencia
- - El coaching respecto a otras prácticas y herramientas



- - Nuevas tendencias en Coaching

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. COACHING DEPORTIVO

- - El Coaching en el entrenamiento deportivo
- - Optimización de la estrategia deportiva
- - La fluencia

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. PERFIL DEL ENTRENADOR-COACH

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

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. COACHING PASO A PASO

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

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

- - La concentración
- - El estilo atribucional
- - Autoconfianza y Seguridad
- - Prevención de lesiones

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

- - Identidad y cohesión grupal
- - Grupo vs. Equipo
- - 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

- - Los pensamientos positivos
- - La motivación

## Máster en Psicología del Deporte + 60 Créditos ECTS

- - Autovaloración y expectativas
- - Regulación de la tensión y la energía
- - Intención ganadora

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

- - Cuidado de la salud física
- - Cuidado de la salud psicológica
- - El equilibrio cuerpo-mente

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

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

## MÓDULO 6. PSICOLOGÍA DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. PSICOLOGÍA Y DEPORTE ESCOLAR

- - La psicología de la educación física
- - Importancia de la educación física en el desarrollo de la personalidad
- - Regulación de acciones motrices

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES PSICOLÓGICAS Y MOTRICIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA

- - Motivación y voluntad
- - Sensaciones propioceptivas
- - Representaciones motoras
- - El trabajo de la atención
- - Tensiones psíquicas
- - Temperamento y carácter

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA FORMACIÓN INTEGRAL A TRAVÉS DEL DEPORTE

- - Valores personales y sociales
- - Formación deportiva y valores en el deporte
- - La importancia del fair play en el deporte juvenil

- - La influencia de la familia en la formación inicial deportiva

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. MOTIVACIÓN Y DEPORTE EN LA ADOLESCENCIA

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

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. PSICOLOGÍA Y DEPORTE BASE

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

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN LA INICIACIÓN DEPORTE

- - Intervención directa
- - Intervención indirecta

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. LESIONES Y REHABILITACIÓN PSICOLÓGICA

- - Lesiones deportivas y clasificación
- - Factores psicológicos relacionados con las lesiones deportivas
- - Intervención orientada a la prevención
- - Intervenciones orientadas a la rehabilitación

### UNIDAD DIDÁCTICA 8. DETECCIÓN DE TALENTOS

- - El talento deportivo
- - Aproximación tradicional a la detección del talento
- - Nuevas alternativas al proceso de detección de talento deportivo
- - Variables psicológicas e instrumentos de evaluación en la detección del talento

## MÓDULO 7. PROYECTO FIN DE MÁSTER