

## “Introducción a la Psicología del deporte”

**Inicio:** jueves 3 de agosto de 2023

**Día y hora:** jueves de 19:00 a 22:00 hs

**Frecuencia:** Quincenal

**Duración:** 4 meses

**Categoría:** Introdutorio

**Modalidad:** Virtual

**Dirigido a:** Egresados/as (Psicología), Estudiantes avanzados (Psicología)

**Docentes a cargo:**

Lic. Psic. Gonzalo Ramos Idiart, especializado en psicología del deporte y la actividad física (UdelaR), Terapeuta EMDR (EMDR Uruguay), finalizando un posgrado para obtener el título de Psicoterapeuta cognitivo conductual especializado en niños y adolescentes (SUAMOC). Actualmente realizando una Maestría en Psicología del deporte y la actividad física (SIPD). Psicólogo deportivo en las categorías de la rama femenina de Liverpool FC y en las categorías formativas del Club Atlético Tabaré. Psicólogo Clínico y Docente de psicología del deporte en las licencias y cursos de Árbitros y Orientadores Técnicos en Fútbol Infantil en ONFI-SENADE. Coordinador del Área de Psicología del Deporte y la Actividad Física en CPU.

Lic. Jonathan Moreira, Psicólogo, egresado de UdelaR. Especializado en Psicología del Deporte y la Actividad Física (UdelaR). Integrante del Área de Psicología del Deporte y la Actividad Física en CPU. Psicólogo clínico de niños, niñas, adolescentes y adultos (desde 2013 a la fecha) y Psicólogo Deportivo en clubes deportivos del interior del País; intervenciones focales. Cuenta con experiencias en diferentes dispositivos en la Atención con personas en situación de calle en convenio con Mides e Inau, rol técnico y de coordinación (2014 -2022).

Lic. En Psicología David Sebastián Burges Raviolo. Especialización en Psicología de la Actividad Física y el Deporte (UdelaR). Posgrado en Psicología de la Actividad Física y el Deporte (SUPDE)

y Diploma internacional en “Aproximación a la Terapia Existencial” (Tejiendo Experiencias). Se ha desempeñado como psicólogo clínico en práctica privada, desde el año 2015. Docente G1 en Facultad de Psicología, UdelaR, en el marco del proyecto de sistematización “Dispositivos en Movimiento” (SCEAM). Formó parte del equipo de psicólogos del deporte del programa Gol al Futuro (SENADE, Uruguay), y realizó intervención y talleres de Psicología del Deporte en diversas organizaciones en fútbol y boxeo. Se ha desempeñado como técnico, educador y coordinador de proyectos socio educativos, en la órbita de MIDES e INAU (Uruguay). Ha desempeñado tareas de cuidado de equipos en dependencias de MIDES. Desempeña tareas docentes en los cursos de Orientadores Técnicos en Fútbol Infantil (ONFI, SENADE, y diversas Ligas de Fútbol Infantil, Uruguay).

**Objetivos:** Brindar a los Licenciados/as en Psicología y estudiantes avanzados una introducción de la Psicología del Deporte y Actividad Física.

Abordar los principales temas relacionados a la Psicología del Deporte, su campo de intervención y rol del Psicólogo/a Deportiva.

Acercamiento a diferentes técnicas de evaluación en Psicología Del Deporte.

Programa:

1. Introducción a la psicología del deporte
  - 1.1 Historia de la Psicología del Deporte
  - 1.2 Ámbitos de intervención de la Psicología del Deporte
2. Deporte y Personalidad
  - 2.1 Gestión Emocional
  - 2.2 Comunicación
  - 2.3 Liderazgo
3. Habilidades Psicológica
  - 3.1 Motivación
  - 3.2 Atención/Concentración
  - 3.3 Cohesión de equipo

#### 4. Entrenamiento de las Habilidades Psicológicas

##### 4.1 Autodiálogo

##### 4.2 Técnicas de Respiración y Relajación

##### 4.3 Técnica de Visualización

#### Sistema de evaluación:

- Análisis de caso clínico (viñeta).
- Preguntas a desarrollar.

#### Escala de evaluación:

- Ponderación cualitativa, considerando (ítems: pertinencia de las respuestas y propuestas, contenido teórico abordado...).
- Notas 1 - 10, siendo (6) el mínimo aceptable. O sistema de letras A B C D.

#### Referencias Bibliográficas:

- Balaguer, I (1994). Entrenamiento Psicológico en el Deporte. Valencia: Albatros, S.A.
- Buceta, J. M. (1998). Psicología del entrenamiento deportivo. Madrid: Dykinson.
- Cruz, J. (1997). Psicología del Deporte. Editorial Síntesis: España.
- Dosil, J. (2008). Psicología de la actividad física y del deporte. McGraw-Hill: España.
- Dosil, J. (2007). El Psicólogo del deporte. Asesoramiento e intervención. Editorial Síntesis: España
- Giesenow, C. (2011). Entrenando tu fortaleza mental para el deporte. Preparación psicológica para sobresalir bajo presión. Buenos Aires: Claridad.
- Weinberg, R. & Goud, D. (2010). Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico. Madrid: Panamericana.

