

Curso



Inicio
27 OCT

Psicología del Deporte: Fundamentos de la Psicología del Rendimiento

Modalidad virtual en tiempo real con el profesor vía Zoom.

40 horas académicas repartidas en 9 semanas.

Valor de la inversión:

\$400

- Tarifa Pronto Pago: \$340 (1 OCT).
- Grupal 1 (2 pax): \$380
- Grupal 2 (3-4 pax): \$360
- Grupal 3 (+5 pax): \$352
- ALUMNI EDC USFQ: \$352
- Comunidad colaboradores USFQ: \$340
- Familiares Comunidad USFQ: \$352

USFQ | EDUCACIÓN
CONTINUA



Descripción



Ante un creciente interés en la Psicología del Deporte, este diplomado está diseñado para proporcionar a los estudiantes una comprensión más amplia de los principios psicológicos aplicados al ámbito deportivo. A lo largo del diplomado, los estudiantes explorarán cómo los factores mentales afectan el rendimiento físico y cómo se pueden utilizar estrategias psicológicas para mejorar la motivación, la concentración y la resiliencia en atletas de todos los niveles. El curso está orientado a la práctica, combinando teoría con casos de estudio reales y simulaciones que permiten aplicar los conocimientos en situaciones deportivas específicas.

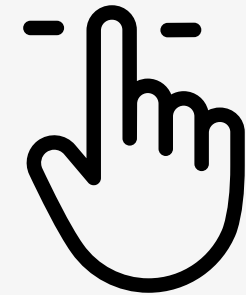


Objetivo General

Formar profesionales competentes en la aplicación de la psicología al deporte que puedan diseñar, implementar y evaluar intervenciones psicológicas con el propósito de mejorar el rendimiento en el deporte y apoyar la salud mental de los atletas en una amplia gama de contextos deportivos, desde organizaciones profesionales hasta proyectos comunitarios y educativos.

Cronograma

Descargar el cronograma



El curso está dirigido a:

El programa está dirigido a:

- Psicólogos y estudiantes avanzados de psicología interesados en especializarse en el ámbito deportivo.
- Entrenadores deportivos que desean adquirir conocimientos en psicología para optimizar el rendimiento de sus equipos.
- Profesionales de la educación física y la fisioterapia interesados en integrar aspectos psicológicos en su práctica.
- Atletas o exatletas que buscan una formación académica en psicología del deporte.

***Es deseable pero no mandatorio, que el candidato tenga una formación previa en psicología.**

***Requisitos: Tener título de tercer nivel en psicología, educación, educación física, título de entrenador deportivo o carreras afines (o ser estudiante de último año de dichas carreras).**



Los participantes que culminen del programa serán capaces de:

- ✓ Aplicar la comprensión de la psicología al liderar y gestionar equipos deportivos.
- ✓ Desarrollar intervenciones psicológicas para mejorar habilidades mentales de los deportistas/entrenadores.
- ✓ Trabajar en equipo con entrenadores, fisioterapeutas y otros especialistas para manejar el rendimiento deportivo de manera integral.
- ✓ Contribuir a la promoción del bienestar mental en el ámbito deportivo, tanto en la prevención como en la intervención.



Resultados de Aprendizaje Específicos del Curso

NRO	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	NIVEL
1	Aplicar teorías y principios de la psicología al análisis de comportamientos en el contexto deportivo.	Medio
2	Desarrollar y aplicar técnicas de intervención psicológica para mejorar el rendimiento y el bienestar de los atletas.	Medio
3	Evaluar la eficacia de las estrategias psicológicas implementadas en programas deportivos.	Medio
4	Desarrollar e implementar programas de intervención en aspectos psicosociales del deporte.	Alto



Modalidad

- Duración total del curso es de **40 horas académicas** repartidas en **10 semanas**.
- **32 horas** de clase en tiempo real vía zoom y **8 horas** de trabajo autónomo.

El curso se realizará en línea con clases en tiempo real, donde el profesor fomentará la interacción entre los estudiantes. Las sesiones seguirán la malla curricular, abordando tanto la teoría como casos reales y aplicaciones prácticas. Los participantes tendrán acceso a la **plataforma E-Learning USFQ**, con materiales del profesor, videos, artículos breves, foros y discusiones sobre los temas tratados en clase.



MODULO I.

Fundamentos de la Psicología Deportiva

Objetivo de Aprendizaje: Proporcionar los conceptos esenciales de la psicología del deporte, presentados de manera accesible y práctica para que los participantes puedan comprender el impacto de los factores psicológicos en el rendimiento deportivo.

Introducción a la Psicología del Deporte:

- ¿Qué es la psicología del deporte y por qué es relevante?
- Beneficios de aplicar la psicología en el deporte, tanto a nivel amateur como profesional.
- El rol del entrenador y del deportista en la salud mental y el rendimiento.

Control del Estrés y la Ansiedad en el Deporte

- Estrés y ansiedad: ¿qué son y cómo afectan al rendimiento?
- Estrategias para reducir el estrés antes y durante la competencia.
- Técnicas prácticas de relajación y visualización.

Motivación en el Deporte

- Diferencias entre motivación intrínseca y extrínseca.
- Cómo motivar a los deportistas y mantener el interés a largo plazo.
- Estrategias sencillas para motivar en contextos deportivos.
- Ejercicios prácticos para fomentar la motivación individual y grupal.

MODULO I.

Fundamentos de la Psicología Deportiva

Objetivo de Aprendizaje: Proporcionar los conceptos esenciales de la psicología del deporte, presentados de manera accesible y práctica para que los participantes puedan comprender el impacto de los factores psicológicos en el rendimiento deportivo.

Concentración y Control Mental

- Importancia de la concentración en el deporte.
- Cómo mejorar la atención y el enfoque durante los entrenamientos y competencias.
- Ejercicios mentales para mejorar la concentración de manera práctica.

Autoconfianza

- ¿Qué es la autoconfianza y cómo impacta en el rendimiento deportivo?
- Estrategias para construir la confianza en uno mismo y en los demás
- Técnicas prácticas para superar el miedo al fracaso

MODULO II.

Aplicación práctica de la psicología del deporte

Objetivo de Aprendizaje: Dotar a los participantes de herramientas psicológicas para mejorar el rendimiento y bienestar de los deportistas a través del conocimiento aplicado de aspectos psicológicos fundamentales en el deporte.

Desarrollo de Mentalidad Ganadora y Entornos Competitivos:

- Resiliencia y manejo de la presión
- Establecimiento de metas y objetivos
- Cultura de aprendizaje

Ética y Responsabilidad en la Psicología del Deporte

- Principios éticos básicos para entrenadores y profesionales en el deporte
- Cómo gestionar de manera ética las relaciones con los deportistas

Trabajo en Equipo y Dinámicas Grupales

- Importancia del trabajo en equipo en el deporte
- Cómo fomentar la cohesión grupal
- Estrategias para mejorar la comunicación entre los miembros del equipo
- Ejercicios y dinámicas de equipo aplicadas al deporte

MODULO II.

Aplicación práctica de la psicología del deporte

Objetivo de Aprendizaje: Dotar a los participantes de herramientas psicológicas para mejorar el rendimiento y bienestar de los deportistas a través del conocimiento aplicado de aspectos psicológicos fundamentales en el deporte.

Psicología de las Lesiones Deportiva

- Impacto psicológico de las lesiones en los deportistas
- Cómo ayudar emocionalmente a un deportista durante su rehabilitación
- Estrategias para mantener la motivación durante el proceso de recuperación

Psicología del Rendimiento Deportivo

- Factores psicológicos que afectan al rendimiento
- Cómo los entrenadores pueden influir en el rendimiento mental de los deportistas
- Ejercicios prácticos para aplicar técnicas de rendimiento psicológico en el deporte

Liderazgo y comunicación en el deporte

- Diferentes estilos de liderazgo y cómo aplicarlos en el deporte
- Manejo de comunicación en entornos deportivos
- Herramientas para desarrollar un liderazgo efectivo en equipos y grupos deportivos

Evaluación del Curso

	Descripción	Porcentaje de la nota final
Módulo 1	Quiz, Deber	10%
Módulo 1	Quiz	10%
Módulo 1	Deber	10%
Módulo 2	Deber	10%
Módulo 2	Quiz	10%
Módulo 2	Trabajo Final	25%
Asistencia y participación	El participante debe asistir al 80% de las sesiones	25%

*Los parámetros de calificación pueden estar sujetos a ajustes si los instructores creen pertinente, en función de las necesidades del grupo o del desarrollo del curso

Emisión del CERTIFICADO

Certificado de aprobación

El participante al finalizar el programa deberá cumplir con un mínimo del 80% de asistencia total y el 80% de componentes globales para recibir el certificado otorgado por la Universidad San Francisco de Quito.

Credenciales digitales

El participante al finalizar el programa deberá cumplir con los parámetros del certificado de aprobación para recibir su insignia digital (que despliega todas las habilidades adquiridas a lo largo del programa y pueden compartirla vía redes sociales).

En caso de no cumplir con los parámetros de aprobación, la USFQ no podrá emitir ningún certificado ni insignia a los participantes



*Credencial referencial



Perfil del Docente



Ana Carolina Lara

- Psicóloga graduada de la Universidad San Francisco de Quito con más de 10 años de experiencia en el deporte de alto rendimiento. Ha trabajado con deportistas de élite, incluyendo su reciente acompañamiento en los Juegos Olímpicos de París 2024, donde contribuyó al éxito de atletas medallistas. De 2015 a 2022, lideró el Área de Desarrollo Humano en Independiente del Valle, un proyecto innovador que potencia el rendimiento y desarrollo personal de los atletas.
- Actualmente, colabora con la USFQ en el acompañamiento de deportistas olímpicos y de alto rendimiento, y trabaja como psicóloga en Liga Deportiva Universitaria (equipo femenino) y Aucas (equipo masculino). En su práctica privada, apoya a atletas y entrenadores nacionales e internacionales en su desarrollo personal y profesional, complementado por su maestría en Gestión y Dirección Deportiva, lo que le permite asesorar de manera integral a entidades deportivas.



Perfil del Docente



Ivonne Montaleza

- Psicóloga Deportiva con 15 años de experiencia en intervención y acompañamiento a deportistas de todos los niveles, incluyendo olímpicos y profesionales, así como a sus cuerpos técnicos y familiares. También asesora a dirigentes deportivos y cuerpos arbitrales. Es Máster en Psicología de la Actividad Física y del Deporte (UNED, España), con una diplomatura en Neurociencias del Deporte (Universidad de Gran Rosario, Argentina) y una especialización en Psicología Deportiva aplicada al Fútbol.
- Docente de posgrado en la Universidad Central del Ecuador, ESPE y Universidad Católica de Cuenca, además de coordinadora y docente de la Carrera de Administración Deportiva en el Instituto Tecnológico Wissen. Ex-seleccionada ecuatoriana de Tenis de Mesa y entrenadora Nivel III de la ITTF.

Registro

TARIFA	INVERSIÓN
Pronto Pago	\$340 (1 OCT)
Grupal 1 (2 pax)	\$380
Grupal 2 (3-4 pax)	\$360
Grupal 3 (+5 pax)	\$352
ALUMNI EDC USFQ	\$352

TARIFA	INVERSIÓN
ALUMNI USFQ	\$352
Comunidad colaboradores USFQ	\$340
Familiares Comunidad USFQ	\$352
Tarifa Público General	\$400

Formas de Pago

Transferencia o Deposito

Banco Bolivariano
Universidad San Francisco de Quito
Cuenta corriente: 5075003350
RUC: 1791836154001

Banco Pichincha
Universidad San Francisco de Quito
Cuenta corriente: 3407330004
RUC: 1791836154001

Tarjeta de Crédito

- Dar click en el siguiente botón y complete la información solicitada por el formulario.
- Al finalizar quedará registrado automáticamente en el sistema

[Pago con Tarjeta de crédito](#)



Con Diners, Banco Pichincha, Guayaquil, Bolivariano o Produbanco podrás acceder al siguiente financiamiento:

- 3 y 6 meses sin intereses
- 9 y 12 meses con intereses

Confirmación del Pago y Registro

Confirmación de tu Pago

Transferencia/Depósito:

Enviar una copia del comprobante de depósito (escaneado) y sus datos personales: (nombres completos, cédula, teléfono y dirección) al siguiente mail: rordonez@usfq.edu.ec

Tarjeta de Crédito

No es necesario confirmar su pago, el sistema registrará sus datos automáticamente.

Factura

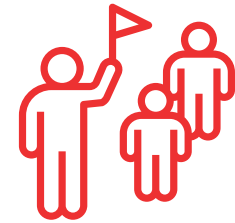
Si requiere factura con datos distintos al del participante, detallar en el correo los siguientes datos (razón social, RUC/cédula, teléfono, dirección y correo electrónico).

Confirmación de registro

Recibirá un mail de confirmación de registro con la información pertinente al curso.

*La coordinación del programa se reserva el derecho de suspender o reprogramar la realización del actividad si no cuenta con el mínimo de alumnos requeridos o por motivos de fuerza mayor. En tal caso, se devuelve a los alumnos matriculados la totalidad del dinero a la brevedad posible.

Contáctate con Nosotros

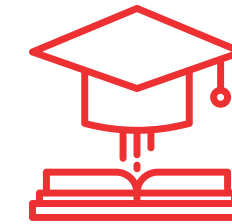


Servicio y Atención al Cliente

Francisco Leon

fleont@usfq.edu.ec

 +593 99 970 4773 



Nuestros Programas

Programas Educación
Continua Universidad San
Francisco de Quito

