Universidad Nacional de San Luis
Facultad de Psicología

SAN LUIS, 23 de julio de 2025

VISTO:

El EXPE 8350/2025 mediante el cual se solicita la autorización para realizar el Curso de extensión denominado "Psicologia Deportiva"; y

CONSIDERANDO:

Que mediante Ordenanza CD. N° 09/14 se reglamenta la presentación de actividades de formación y capacitación de extensión de la Facultad de Psicología, entre las cuales se contemplan los Cursos. -

Que se eleva la propuesta para el dictado del curso denominado "Psicología Deportiva", bajo la responsabilidad del Mgtr. Sebastián BLASCO y la coordinación de la Dra. Gladys LEOZ. -

Que se busca brindar herramientas conceptuales y prácticas a través de un espacio intensivo de formación combinando teoría actualizada y abordaje experiencial. -

Que la propuesta formativa es organizada por la Facultad de Psicología, mediante la Secretaría de Extensión y la Secretaría de Relaciones Interinstitucionales. -

Que el curso está destinado a Graduados/as en Psicología, Educación Física, Medicina, Kinesiología, Psicopedagogía y carreras afines. -

Que la Comisión Asesora de Extensión, reunida el día 21 de julio de 2025, sugiere la aprobación de la propuesta.-

Que corresponde su protocolización.

Por ello, y en uso de sus atribuciones,

LA DECANA DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA

RESUELVE:

ARTÍCULO 1º- Autorizar el dictado del Curso de extensión denominado "Psicología Deportiva", bajo la responsabilidad del Mgtr. Sebastián BLASCO (DU N° 33642148) y la coordinación de la Dra. Gladys LEOZ (DU N° 20300634); con una carga horaria de 25 horas reloj; con modalidad híbrida; a dictarse entre los meses de septiembre y octubre del corriente, según ANEXO ÚNICO de la presente Resolución. -

ARTÍCULO 2°- Comuníquese, publíquese en el Digesto Administrativo de la Universidad Nacional de San Luis, insértese en el Libro de Resoluciones y archívese.-

FRL

Documento Firmado digitalmente según Ordenanza Rectoral N°15/2021 por: Decana Mgtr. María Claudia BRUSASCA - Secretaria de Extensión, Mgtr. María Belén PIOLA.

ANEXO ÚNICO

1. TÍTULO DE LA PROPUESTA
Psicología Deportiva

2. MODALIDAD:
CURSO

3. RESPONSABLE/S
Apellido y Nombre: BLASCO Sebastián
Título/s: Licenciado en Psicología. Magister en Psicología Deportiva
Documento de Identidad: 33642148
Institución laboral actual: Universidad Austral
e-mail: sblasco@austral.edu.ar
Teléfono: 1156518571

4. COORDINADORA
Dra. Gladys Leoz

5. ORGANIZADORES: Facultad de Psicología, mediante la Secretaría de Extensión y la Secretaría Relaciones Interinstitucionales.

6. PROGRAMA

6.1. FUNDAMENTACIÓN
El deporte contemporáneo exige profesionales con una mirada integral que contemple no solo los aspectos físicos y técnicos, sino también el desarrollo mental, emocional y vincular de los deportistas. La psicología del deporte se ha consolidado como una herramienta clave para optimizar el rendimiento, cuidar la salud mental y acompañar los procesos formativos en diferentes niveles de competencia.
Esta propuesta busca brindar herramientas conceptuales y prácticas a profesionales del deporte, la psicología, la educación física y áreas afines, a través de un espacio intensivo de formación que combina teoría actualizada y abordaje experiencial.

6.2. OBJETIVOS
Objetivo General:
• Brindar una formación introductoria en psicología del deporte, abordando sus principales fundamentos, ámbitos de aplicación y herramientas prácticas

Objetivos Específicos:
• Comprender el rol del psicólogo/a deportivo/a en diferentes contextos (formativo, competitivo, recreativo).

• Explorar estrategias de intervención en motivación, concentración, manejo emocional y cohesión grupal.
• Fomentar el trabajo interdisciplinario con entrenadores, familias y otros agentes deportivos.

6.3. CONTENIDOS

CONTENIDOS MINIMOS:

-Cómo trabaja la psicología deportiva. Definición y objetivos de la psicología deportiva. Ámbitos de intervención. Funciones del psicólogo dentro del deporte.

-Hacia un nuevo paradigma deportivo: el sentido como pilar. La necesidad de una perspectiva integral y humana. El disfrute como camino esencial.

-Implementación del entrenamiento de habilidades psicológicas. Programa de entrenamiento mental: ¿qué, ¿cómo? y ¿cuándo?

- Aspectos psicosociológicos de la violencia en el deporte. La competencia, el entorno y las presiones. ¿Podemos pensar en una cultura del encuentro? Un camino hacia la deportividad.

- Iniciación deportiva. Beneficios del deporte en la infancia. Especialización precoz y prematura. Stress y síndrome de fatiga crónica en el deporte competitivo infantil. La importancia de la influencia de entrenadores, formadores y padres.

- El retiro del deportista, ¿somos lo que hacemos?.

- Lesiones deportivas. Relación entre stress y lesiones. Prevención: la importancia de la palabra. Etapas de duelo de la lesión deportiva. ¿Cómo acompañar la lesión del deportista?

- La motivación en el deporte. Características y factores motivacionales específicos de los deportistas de alto rendimiento. El impacto del ambiente en la motivación individual y colectiva. Estrategias para fomentar la motivación. La voluntad de sentido. Establecimiento de metas.

- ¿Qué es la autoconfianza? Cómo influyen pensamientos, emociones y experiencias en la percepción de uno mismo. Modelo de autoeficacia de Bandura. ¿Cómo optimizar los niveles de confianza?

- Concentración en el deporte. Estilos atencionales. Elementos distractores en las competencias. Pensamiento mágico en el deporte: las cábalas. ¿Qué son los rituales? Cómo pueden generar un sentido de control y reducir la ansiedad. ¿Qué son los anclajes? El uso del autodiálogo para mejorar la concentración.

- El flow en el deporte. Definición del flow y su impacto en el rendimiento deportivo. Dimensiones de la experiencia de flujo. ¿Cómo promover el despliegue del estado de flow?

- Equipos deportivos. Dimensión antropológica del trabajo en equipo. Cohesión grupal. ¿Cómo crear un clima de equipo efectivo? Buenas prácticas de equipos deportivos.

- Liderando desde el propósito. La importancia de tener un propósito claro como líder deportivo. El impacto de la empatía en la creación de un ambiente de confianza y apoyo mutuo. Principios del liderazgo de Ted Lasso: enfoque en la humanidad, la confianza y la motivación positiva.

Unidad 1: Psicología deportiva: perspectivas actuales y desafíos

¿Qué es y cómo trabaja la psicología deportiva? Definición, objetivos, ámbitos de intervención y funciones del psicólogo en el ámbito deportivo.

Hacia un nuevo paradigma deportivo: el sentido como pilar del rendimiento. Enfoque integral y humanista. El disfrute como componente esencial.

Implementación de programas de entrenamiento mental: qué habilidades se entrenan, cómo y en qué momento aplicarlas.

Unidad 2: El entorno del deporte

Aspectos psicosociológicos de la violencia en el deporte. Competencia, presiones externas y posibilidad de construir una cultura del encuentro.

Iniciación deportiva: beneficios del deporte en la infancia, riesgos de la especialización temprana, fatiga crónica y estrés en contextos competitivos. Rol clave de entrenadores, formadores y familias.

El retiro del deportista: ¿somos lo que hacemos? Acompañar el tránsito hacia el después.

Lesiones deportivas: relación con el estrés, prevención desde la palabra, etapas del duelo y estrategias para acompañar el proceso de recuperación.

Unidad 3: Fortaleciendo la mente deportiva

La motivación en el deporte: factores específicos del alto rendimiento, impacto del entorno y estrategias de intervención. La voluntad de sentido. Técnicas de establecimiento de metas.

Autoconfianza y autoeficacia: modelo de Bandura, influencia de pensamientos y emociones, estrategias para su fortalecimiento.

Concentración y atención en el deporte: tipos de enfoque, distractores, rituales, cábalas y anclajes como recursos psicológicos. Uso del autodiálogo.

La experiencia de flow: definición, dimensiones y claves para promover el estado de flujo en la competencia.

Unidad 4: El poder del equipo: liderazgo y comunicación

Trabajo en equipo desde una mirada antropológica. Cohesión grupal y construcción de un clima positivo. Buenas prácticas para equipos deportivos.

Liderar desde el propósito: cómo construir una identidad de liderazgo centrada en el sentido. Inspiración en el modelo de liderazgo de Ted Lasso: humanidad, motivación positiva y vínculo genuino con los jugadores.

6.4. ACTIVIDADES:

El curso está organizado en cuatro unidades temáticas, que se desarrollarán a lo largo de tres semanas mediante una modalidad combinada, que integra instancias presenciales intensivas y clases virtuales sincrónicas.

Como instancia de cierre, se propone la realización de un trabajo final integrador, basado en el análisis de una viñeta clínica, con el fin de articular los contenidos teóricos y prácticos desarrollados durante el curso.

6.5. CARGA HORARIA:

25 horas

6.6. EVALUACIÓN FINAL

Aprobar el trabajo de integración final del curso. El objetivo del trabajo es desarrollar una intervención desde la base profesional de cada alumno a partir de una viñeta clínica, integrando los contenidos teóricos del curso y proponiendo su aplicación en el campo de la psicología deportiva.

6.7. BIBLIOGRAFÍA

- Blasco, S. (2022). Detrás del deportista: la realización personal como victoria. Club House Publisher.

- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). Psicología del deporte y del ejercicio físico. Fundamentos (7.ª ed.). Human Kinetics.

7. CUPO:

• 50 Graduados/as en Psicología, Educación Física, Medicina, Kinesiología, Psicopedagogía y carreras afines.

• 20 estudiantes avanzados de las carreras mencionadas

8. DESTINATARIAS/OS:

Graduados/as en Psicología, Educación Física, Medicina, Kinesiología, Psicopedagogía y carreras afines.

9. CRONOGRAMA

El curso está organizado en cuatro unidades temáticas, que se desarrollarán a lo largo de tres semanas mediante una modalidad combinada, que integra instancias presenciales intensivas y clases virtuales sincrónicas.

Los encuentros presenciales tendrán lugar los días viernes 26 y sábado 27 de septiembre, de 9:00 a 18:00 horas, en el campus de la Universidad Nacional de San Luis.

Las clases virtuales sincrónicas se dictarán los días jueves 2 y 9 de octubre, de 18:30 a 21:00 horas.

Como instancia de cierre, se propone la realización de un trabajo final integrador, basado en el análisis de una viñeta clínica, con el fin de articular los contenidos teóricos y prácticos desarrollados durante el curso.

Fecha	Tipo de actividad/temas a desarrollar	Ámbito
26 de septiembre	¿Qué es y cómo trabaja la psicología deportiva? Hacia un nuevo paradigma deportivo: el sentido como pilar del rendimiento. Implementación de programas de entrenamiento mental. Aspectos psicosociológicos de la violencia en el deporte Presencial. Iniciación deportiva.	Presencial
27 de septiembre	El retiro del deportista Lesiones deportivas La experiencia de flow Trabajo en equipo Liderar desde el propósito.	Presencial

2 de octubre	La motivación en el deporte Autoconfianza y autoeficacia.	Virtual
9 de octubre	Concentración y atención en el deporte.	Virtual

10. RECURSOS NECESARIOS:
Aula equipada con proyector.

11. ARANCEL:

• Para profesionales: $25.000
• Para estudiantes avanzados: sin arancel

12. COORDINADORA FINANCIERA:
Dra. Gladys LEOZ

Hoja de firmas

Sistema: SUDOCU UNSL
Firmado por: SUDOCU UNSL
Fecha: 24/07/2025 08:44:29
Razon: Cargado por SIU-Documentos

Sistema: SUDOCU UNSL
Firmado por: SUDOCU UNSL
Fecha: 29/07/2025 09:04:42
Razon: Autorizado por Maria Belen Piola

Sistema: SUDOCU UNSL
Firmado por: SUDOCU UNSL
Fecha: 29/07/2025 23:13:52
Razon: Autorizado por Maria Claudia Brusasca