



Guía para el profesor

Evaluación Psicológica en el
Deporte
LSPS2148



Índice

Información general del curso	1
Metodología	1
Temario	2
Evaluación.....	3
Notas de enseñanza	4
Evidencia.....	10
Bibliografía y recursos especiales	18

Información general del curso

Modalidades

- Clave banner: LSPS2148
- Modalidad: presencial

Competencias del curso

Desarrolla estrategias de intervención psicológica para mejorar el rendimiento y bienestar de los deportistas de alto rendimiento en diversos contextos deportivos.



Metodología

Este curso ha sido diseñado con la finalidad de ser impartido por un docente líder con experiencia en el ámbito laboral, quien compartirá contigo su conocimiento, experiencia y las mejores prácticas que realiza en su labor profesional.

La experiencia de curso promueve la interacción entre aprendedores de la Universidad Tecmilenio como una forma de enriquecer tu formación, contrastando la realidad con la de otros compañeros. Durante cada sesión, el docente transmite su experiencia y actúa como guía en el proceso de aprendizaje durante la realización de las actividades.

El curso es semestral y tiene una distribución semanal; en cada semana, se lleva a cabo una sesión. La asistencia a estas sesiones es muy importante para aprendizaje.




Temario

Tema 1	Psicología deportiva
1.1	Conceptos y características
1.2	Principios del entrenamiento deportivo para deportistas de alto rendimiento
1.3	Exigencias psicológicas del deporte
1.4	Participación y rendimiento
1.5	Ámbitos de aplicación
1.6	Papel de psicólogo y del deportista de alto rendimiento
Tema 2	Deportistas de alto rendimiento
2.1	Subtema
2.2	Factores endógenos y exógenos
2.3	Esferas: familiar, social y deportiva
2.4	Estilos de vida
2.5	Condiciones de los deportistas, entrenadores y personas relacionadas con el atleta
2.6	Condiciones del deporte: directivos, espectadores, padres de deportistas
2.7	Comportamiento de los deportistas, entrenadores y personas relacionadas con el atleta
2.8	Relación entre actividad física, participación en el deporte, bienestar psico-físico, la salud y el desarrollo personal
Tema 3	Evaluación
3.1	Tipos: cognitiva, emocional, activación, atención, motivacionales, conductual, fisiológico-bioquímico
3.2	Test y cuestionarios
3.3	Entrevistas
3.4	Observación
3.5	Registros psicofisiológicos
3.6	Familiograma y sociograma
3.7	Pruebas psicológicas: SACT, PAR-P ₁ , Test de Tolouse Pieron, Rejilla de concentración Harris y Harris, Ecala de motivación en el deporte, TEAD-R, entre otras
3.8	Variables que inciden en la práctica deportiva
Tema 4	Preparación psicológica de deportistas de alto rendimiento
4.1	Control, disciplina y motivación
4.2	Entrenamiento psicológico
Tema 5	Preparación psicológica

5.1	Definición de metas y objetivos
5.2	Manejo adecuado del estrés
5.3	Manejo adecuado de la ira
5.4	Control de la activación
5.5	Gestión de la motivación y del esfuerzo en el deporte
5.6	Organización y planificación del tiempo disponible
5.7	Agudeza perceptiva
5.8	Atención y concentración en lo que se está llevando a cabo
5.9	Capacidad de razonamiento lógico y toma de decisiones
Tema 6	Estrategias
6.1	Relaciones interpersonales
6.2	Cohesión grupal
6.3	Hábitos saludables
Tema 7	Prevención, rehabilitación y recuperación
7.1	Programas de cuidado preventivo
7.2	Rehabilitación y recuperación



Evaluación

Unidades	Instrumento evaluador	Puntos
10	Actividades	60
2	Evidencias	20
1	Proyecto final	20
Total		100

Actividad	Ponderación
Actividad 1	6
Actividad 2	6
Actividad 3	6
Evidencia 1	10
Actividad 4	6

Actividad 5	6
Actividad 6	6
Evidencia 2	10
Actividad 7	6
Actividad 8	6
Actividad 9	6
Actividad 10	6
Proyecto final	20
Total	100



Notas de enseñanza

Tema 1 Psicología deportiva

Al finalizar este tema, es crucial comprender que la psicología del deporte va más allá de la actividad física, adentrándose en la complejidad emocional y psicológica de los deportistas. La participación activa y comprometida de los atletas es fundamental para alcanzar un rendimiento óptimo, involucrando compromiso, motivación y concentración mental. Los profesionales en esta disciplina investigan y abordan los procesos psicológicos en todas las etapas deportivas, desde el amateur hasta el profesional. Reconocer el papel del psicólogo del deporte como agente de cambio es vital, dado el creciente reconocimiento de su contribución al bienestar y rendimiento deportivo.

El estudiante deberá comprender la importancia de la psicología deportiva, su definición, alcances y aplicaciones, los principios del entrenamiento deportivo, sus exigencias e implicaciones en el rendimiento deportivo, el rol principal del psicólogo deportivo en un equipo.

En este tema es recomendable buscar la experiencia de entrevistar a un experto en psicología deportiva, en caso de no ser posible, se recomienda también observar en clase la siguiente entrevista grabada en YouTube: https://youtu.be/UHos21ESAZQ?si=bkxfTuXysW_bd81D

Tema 2 Deportistas de alto rendimiento

Es importante que el estudiante comprenda el concepto de alto rendimiento y sus características para conocer lo que implica ser un deportista. Los factores endógenos (genéticos, fisiológicos, psicológicos, experiencia y entrenamiento) y exógenos (entorno social y cultural, recursos y apoyo, condiciones ambientales y estrategias de gestión y planificación) y la forma en la que estos interactúan entre sí

influyendo en el rendimiento deportivo del atleta. Las variables internas que influyen en el deportista tales como la predisposición fisiológica, la edad, los niveles de agresividad, el locus de control y el grado de desarrollo de habilidades personales para afrontar y resolver conflictos. Por otro lado, las variables externas que provienen del contexto deportivo y sociocultural del atleta como la naturaleza del deporte, la presión del club o equipo, los factores económicos familiares, los modelos agresivos y violentos, así como otras características del entorno que lo influyen.

Un aspecto relevante por considerar es el aprendizaje de los elementos del entrenamiento invisible; nutrición adecuada, descanso y recuperación, gestión del estrés, cuidado físico y desarrollo personal.

En este punto, es importante compartir ejemplos de deportistas profesionales como Cristiano Ronaldo, Kobe Bryant, Michael Jordan, Rafael Nadal, entre otros que fomenten y el entrenamiento invisible como estilo de vida para así conocer sus beneficios y el impacto en los resultados.

Tema 3 Evaluación

El estudiante comprenderá el objetivo principal de la evaluación y los tipos de evaluación que existen: cognitiva, emocional, activación, de atención, motivacional, conductual y fisiológica-bioquímica. La observación y su utilidad para recoger datos significativos será importante entender paso a paso cómo se realiza de una forma sistemática, además de saber elegir el tipo de observación a realizar según su objetivo: estructurada, abierta, semiestructurada y participante. Los psicólogos deportivos la utilizan al visitar los entrenamientos en cancha o en el gimnasio, así como también al asistir a competencias. En este subtema podrás practicar la observación sistemática con los estudiantes al asistir a algún entrenamiento presencial de un equipo representativo de tu campus, en caso de no ser posible, se podría transmitir una competencia en clase desde YouTube y hacer registros de observación.

La entrevista como técnica cualitativa de evaluación y sus diferentes modalidades: estructurada, semiestructurada y libre. Podrá complementarse la clase con la proyección de formatos de entrevista e incluso la aplicación en pares.

Hoy en día, conocer sobre las herramientas que nos ayudan a obtener datos fisiológicos del atleta cada vez es más importante, dado que la relación existente entre los datos cuantitativos y cualitativos de su evaluación nos ayudan a identificar el estado actual de indicadores psicofisiológicos como el estrés, ansiedad, fatiga, activación, nivel de concentración, entre otros que pueden influir en el desempeño deportivo.

Es importante utilizar aplicaciones o sitios web que faciliten a la comprensión de la aplicación de técnicas gráficas como lo es el familiograma y sociograma. Un sociograma es una herramienta para representar la organización interna de un grupo. Consiste en un gráfico que muestra las afinidades y desavenencias entre los integrantes de dicho grupo. Es como una radiografía interna del equipo deportivo.

Uno de los subtemas más importantes será el de pruebas psicológicas. Aquí el estudiante conocerá los principales objetivos de su utilización en el ámbito deportivo. Algunas de las variables que más son investigadas y evaluadas son la autoconfianza, concentración de la atención, ansiedad y rendimiento psicológico, por lo que el estudiante conocerá los cuestionarios más utilizados en la psicología deportiva. Se recomienda complementar en clase con la visualización de las pruebas en línea para así conocer las preguntas y su forma de interpretar los resultados como lo facilita la plataforma de menpas.com, la cual es diseñada y dirigida por psicólogos deportivos españoles.

Tema 4 Preparación psicológica de deportistas de alto rendimiento

Uno de los temas más abordados por la psicología del deporte es la motivación. En este tema el estudiante comprenderá la definición científica de motivación y sus dos tipos: motivación intrínseca y motivación extrínseca. Esta variable está relacionada estrechamente con la disciplina, será importante conocer los principales hábitos tanto en el deporte como en su vida diaria.

Se aborda la importancia del entrenamiento mental como clave para la obtención del éxito deportivo, por lo que conocer sus principios es fundamental: principio de individualización, consistencia, estructura y planificación, especificidad, retroalimentación y evaluación, integración con el entrenamiento físico, aplicabilidad en la competencia y, por último, la adaptación y flexibilidad.

Estos principios ayudan al diseño efectivo del entrenamiento mental, para que, una vez diseñado, se aplique en las fases correspondientes: fase educativa, fase de adquisición y fase práctica, logrando así el fin último de la intervención psicológica, que el deportista lo aplique de forma efectiva por sí mismo, sin la indicación constante del entrenador o del propio psicólogo deportivo.

En este tema será importante complementar con artículos de investigación o tesis aplicadas donde se detalle la estructura de las sesiones aplicadas, sus objetivos y metodología, para así corroborar los beneficios del entrenamiento mental en deportistas.

Tema 5 Preparación psicológica: habilidades mentales, enfoque preventivo, rendimiento y adaptación, entre otras

En este tema será importante que el estudiante defina e identifique la relevancia tan grande que tiene la preparación mental o psicológica en el rendimiento deportivo del atleta, ya que no funciona como “por arte de magia”. Es por ello que, en este tema, conocerá la importancia y forma de estructurar objetivos deportivos de desempeño y resultados utilizando la técnica SMART: específico, medible, alcanzable, realista y temporal. Se puede utilizar plantillas ya elaboradas por aplicaciones o plataformas en línea.

Para los deportistas, el manejo del estrés y la ira puede convertirse en la clave para obtener buenos resultados en una competencia, por eso, el estudiante conocerá los síntomas de los atletas en el desarrollo de su actividad para que, una vez identificados, pueda planificarse las estrategias a enseñar al atleta para aplicarlo en competencia. Esto dependerá del tipo de estrés ya sea somático, cognitivo o de ambos. Será importante mostrar al estudiante los pasos a seguir para la aplicación de la relajación progresiva de Jacobson y la respiración abdominal o diafragmática, siendo estas dos técnicas las más utilizadas por científicos y psicólogos deportivos en la práctica. Para ello, se recomienda utilizar elementos dinámicos para su correcto aprendizaje, como pueden ser videos de YouTube o aplicación por parte del docente a algún deportista o, en su defecto, a un estudiante.

El control de la activación lo explica con mayor eficacia la Teoría de la Zona Individual del Funcionamiento Optimo (IZOF), por lo que se debe enfatizar la comprensión de esta teoría mediante artículos de investigación, videos de YouTube o tesis de posgrado. Por otro lado, la gestión de la motivación es explicada por la Teoría de la Autodeterminación, aplicada e investigada ampliamente en el ámbito deportivo con buenos resultados.

El subtema de organización y planificación del tiempo libre nos enseñará a utilizar cuatro técnicas o estrategias para lograr una organización y planificación eficaz: la técnica Pomodoro, el método Getting Things Done (GTD), la matriz de Eisenhower y el establecimiento de límites claros. Estas estrategias no solo ayudarán al atleta, sino que también será importante recalcar al estudiante los beneficios que se tendrían al auto aplicarlas en ellos mismos.

Definir a lo que se refiere la competencia perceptivo-cognitivo en un deportista. El concepto de affordances y su influencia en el aumento de la agudeza perceptiva en competencia.

Para el trabajo de la atención y concentración, en primera instancia, será importante definir correctamente cada uno de los conceptos y sus diferencias, así como las principales estrategias utilizadas por los psicólogos del deporte en los entrenamientos: el test de tachado de Toulouse - Pierón y el Test de rejilla de concentración. Aquí se recomienda utilizar los recursos de video para ejemplificar a los estudiantes su aplicación en los entrenamientos.

Por último, para el trabajo de la estimulación de la toma de decisiones el estudiante conocerá las principales variables psicológicas influenciadas en ella, así como también los instrumentos que ayudan a la medición de la inteligencia contextual percibida en el deporte como lo es la Batería BANFE, el

Cuestionario de Inteligencia Contextual Percibida en el Deporte (ICD) y el CETD para la medición de la toma de decisiones.

Tema 6 Estrategias

El estudiante comprenderá las variables implicadas en el éxito deportivo de los deportes de conjunto como lo son las relaciones interpersonales, cohesión grupal y el entrenamiento invisible.

Reconocerá la diferencia entre un grupo y un equipo, así como los principales rasgos de este. La figura importante del líder y sus principales características. Se conocerá un ejemplo claro de ello en la frase hecha vida de Michael Jordan.

La cohesión grupal como principal variable en la formación de equipos deportivos. Conocerá las definiciones de cohesión a la tarea y cohesión social, siendo ambas complementarias y necesarias a trabajar dentro del equipo deportivo. Aprenderá los aspectos importantes para la construcción del equipo, así como la Teoría de Jerarquía Piramidal de Olmedilla (coordinación, cohesión, cooperación, integración e identificación), las cuales comúnmente trabaja el psicólogo del deporte en los equipos deportivos.

Una de las estrategias más utilizadas a nivel práctico y en investigación es el team building, el estudiante conocerá lo que implica este proceso de aplicación de las actividades bajo esta estrategia. En este punto, se recomienda aplicar dinámicas de team building con los estudiantes para mayor comprensión de su elaboración y funcionamiento.

Y, por último, conocerá a los principales profesionales involucrados en el desarrollo de hábitos saludables en la vida del deportista como parte de la disciplina, llamado también equipo multidisciplinario: psicólogo deportivo, nutriólogo deportivo, médico del deporte y fisioterapeuta. Es importante recordar que parte de las habilidades del psicólogo deportivo es el trabajar en equipo, ya que el trabajo en conjunto con el equipo multidisciplinario enriquece y agiliza el rendimiento deportivo del atleta.

Tema 7 Prevención, rehabilitación y recuperación

El estudiante conocerá el significado de lesión y lesión deportiva, sus diferentes clasificaciones según la gravedad de afectación en la funcionalidad del deportista en la realización del deporte.

Identificará las principales causas de las lesiones, aquellas que son provocadas por factores internos y factores externos del atleta, así como la importancia de su reconocimiento para la elaboración de una mejor propuesta de prevención o intervención de la lesión desde el aspecto psicológico.

Es importante que el estudiante comprenda la relación entre la respuesta psicológica del estrés en el proceso de rehabilitación de las lesiones, ya que es la principal causa de estas.

Comprenderá lo que implica la primera fase de evaluación en el proceso de lesión y los principales cuestionarios aplicados en el proceso de rehabilitación evaluando aspectos como estrés, ansiedad, estados de ánimo, depresión, pensamientos, calidad del sueño, adherencia al programa de rehabilitación y el alta del programa.

En la segunda fase de intervención es importante reafirmar las técnicas más eficientes como lo son las técnicas de relajación, la visualización, establecimiento de metas. El programa de prevención de Cuatro Bloques de Recuperación post-esfuerzo (4BR) es importante para evitar el síndrome de sobreentrenamiento, la cual es eficaz para disminuir el riesgo de lesiones deportivas originadas por factores internos: bloque de nutrición e hidratación, bloque de relajación-estiramientos y descanso, bloque de vida social y bloque de momentos personales.

En la fase de rehabilitación y recuperación, conocerá el término Return to Play (RTP) utilizado en esta fase para que el deportista pueda regresar de manera segura a los entrenamientos y competencias. Dentro de esta misma fase, se desglosan otras dos según la funcionalidad: fase de inmovilización y fase de movilización. En cada una de ellas es importante identificar las estrategias recomendables a utilizar según el impacto socioemocional en el deportista, por ejemplo: habilidades de comunicación con el equipo médico, relajación, visualización, diálogo interno, objetivos semanales, biofeedback, entre otros.

En este tema se puede abordar la técnica de mindfulness para la disminución del dolor y lograr la relajación, ya que es una de las estrategias más utilizadas en el tratamiento de las lesiones en los últimos años tanto por psicólogos deportivos como fisioterapeutas. Puedes recurrir a herramientas audiovisuales como las mostradas en el tema para la explicación en clase.



Evidencia

Evidencia 1

Instrucciones

1. Investiga sobre la vida de un reconocido atleta profesional, olímpico o paralímpico.
2. Elabora una introducción donde se explique la importancia de la psicología del deporte en el alto rendimiento, el objetivo de la evidencia y los datos generales sobre la vida del atleta a analizar y su fotografía.
3. Desarrolla el caso del atleta e identifica los siguientes conceptos vistos en clase:
 - a. Conceptos y características de los deportistas de alto rendimiento.
 - b. Factores endógenos y exógenos que influyen en el rendimiento deportivo.
 - c. Esferas de influencia: familiar, social y deportiva.
 - d. Estilos de vida de los deportistas de alto rendimiento.
 - e. Condiciones de los deportistas, entrenadores y personas relacionadas con el atleta.
 - f. Condiciones del deporte: directivos, espectadores, padres de deportistas.
 - g. Comportamiento de los deportistas, entrenadores y personas relacionadas con el atleta.
 - h. Relación entre actividad física, participación en el deporte, bienestar psicofísico, salud y desarrollo personal.
4. Elabora una conclusión donde menciones la relevancia que tienen los factores del punto anterior en el rendimiento del atleta y una reflexión personal sobre el tema.
5. Agrega las referencias bibliográficas en formato APA de donde se obtuvo la información.

Rúbrica Evidencia 1

Nivel de desempeño				
Criterios de evaluación	Altamente competente 100%-86%	Competente 85%-70%	Aún sin desarrollar la competencia 69%-0%	%
1. Introducción	25-21 puntos	20-17 puntos	16-0 puntos	25
	Desarrolla una introducción que proporciona una clara explicación de la importancia de la psicología del deporte en el alto rendimiento. Se presenta el objetivo de la evidencia y se proporcionan datos generales del atleta de manera completa y coherente.	Desarrolla una introducción que proporciona una explicación adecuada de la importancia de la psicología del deporte en el alto rendimiento. Se presenta el objetivo de la evidencia y se proporcionan datos generales del atleta, aunque podrían ser más detallados.	Desarrolla una introducción que carece de claridad en la explicación de la importancia de la psicología del deporte en el alto rendimiento. El objetivo de la evidencia y/o los datos generales del atleta están incompletos o ausentes.	
2. Desarrollo del caso del atleta	25-21 puntos	20-17 puntos	16-0 puntos	25
	Desarrolla el caso del atleta de manera completa y detallada. Se identifican y explican claramente los ocho puntos solicitados, relacionándolos con la vida del atleta seleccionado. Se presenta información relevante y actualizada sobre el atleta.	Desarrolla el caso del atleta de manera completa. Se identifican y explican adecuadamente los ocho puntos solicitados, relacionándolos con la vida del atleta seleccionado. Se presenta información relevante sobre el atleta, aunque podría haber más detalle en algunos aspectos.	Desarrolla el caso del atleta de manera incompleta o confusa. La identificación y explicación de los ocho puntos solicitados son insuficientes, incompletas o poco claras. La información presentada sobre el atleta es escasa o no está actualizada.	
3. Conclusiones	25-21 puntos	20-17 puntos	16-0 puntos	25
	Integra de manera coherente los conocimientos adquiridos durante la investigación y el análisis del caso del atleta. Se presenta una	Integra los conocimientos adquiridos durante la investigación y el análisis del caso del atleta. Se presenta una reflexión personal sobre el tema,	Desarrolla conclusiones que son poco claras o están ausentes. No se presenta una integración adecuada de los conocimientos adquiridos	

	reflexión personal profunda sobre el tema.	aunque podría ser más profunda.	ni una reflexión personal sobre el tema.	
	25-21 puntos	20-17 puntos	16-0 puntos	
4. Presentación y referencias bibliográficas.	Elabora un documento que está bien estructurado y presenta una organización clara y coherente. Se utilizan adecuadamente los recursos visuales, como la fotografía del atleta. La redacción es clara y precisa, sin errores gramaticales. Se proporciona una lista completa y adecuadamente formateada de las fuentes bibliográficas utilizadas en la evidencia. Las referencias son relevantes y actualizadas.	Elabora un documento que tiene una estructura adecuada, aunque podría mejorar la organización y claridad en la presentación de la información. Se utilizan algunos recursos visuales, pero podrían ser más relevantes o estar mejor integrados en el texto. La redacción es comprensible, aunque puede haber algunos errores gramaticales menores. Las referencias son adecuadas, pero podrían incluir fuentes más actualizadas.	Elabora un documento que tiene una estructura confusa o poco clara. La presentación de la información es desorganizada o incompleta. Los recursos visuales no están presentes o no son relevantes. La redacción presenta errores gramaticales que dificultan la comprensión. Las referencias bibliográficas son escasas o están ausentes. No se proporciona una lista completa de las fuentes utilizadas. Las referencias son poco relevantes o no están actualizadas.	25
Total				100%

Evidencia 2

Instrucciones

1. Retoma la información del atleta seleccionado en la Evidencia 1 para realizar esta evidencia. Incluye su nombre, deporte que realiza, fotografía y una breve descripción con datos relevantes sobre el atleta.
2. Elabora un análisis de las principales motivaciones en el atleta, sus hábitos de disciplina, así como su preparación mental.
3. De acuerdo con la información recolectada sobre el atleta profesional, determina al menos tres variables psicológicas a trabajar en el deportista con el objetivo de realizar una mejora y justifica tu respuesta.
4. Una vez seleccionadas las variables a trabajar, elabora una batería que incluya por lo menos cuatro pruebas a aplicar de forma simulada al deportista. Incluye el nombre de la prueba, qué variable medirás y los beneficios de aplicación.
5. Elabora una conclusión donde reflexiones sobre el impacto que puede tener la intervención del psicólogo deportivo en el desempeño de un atleta y la relevancia de medir las variables con las que se requiere trabajar.

Rúbrica Evidencia 2

Nivel de desempeño				
Criterios de evaluación	Altamente competente 100%-86%	Competente 85%-70%	Aún sin desarrollar la competencia 69%-0%	%
1. Información del atleta	10-9 puntos	8-7 puntos	6-0 puntos	10
	Incluye claramente el nombre del atleta, el deporte que realiza y una fotografía de alta calidad, además de una breve descripción con datos relevantes.	Incluye el nombre del atleta, el deporte que realiza y una fotografía, aunque puede faltar algún detalle menor en la descripción.	No incluye el nombre del atleta, el deporte que realiza, la fotografía o descripción del atleta.	
2. Análisis de motivaciones, hábitos y preparación mental	25-21 puntos	20-17 puntos	16-0 puntos	25
	Presenta un análisis detallado de las principales motivaciones, hábitos de disciplina y preparación mental del atleta, demostrando un entendimiento profundo.	Presenta un análisis adecuado de las principales motivaciones, hábitos de disciplina y preparación mental del atleta, aunque puede faltar algún detalle o profundidad.	Presenta un análisis superficial o incompleto de las motivaciones, hábitos de disciplina y preparación mental del atleta.	
3. Identificación de variables psicológicas	25-21 puntos	20-17 puntos	16-0 puntos	25
	Determina claramente tres variables psicológicas a trabajar en el deportista y justifica de manera sólida y lógica su elección con base en la información recolectada.	Determina claramente dos variables psicológicas a trabajar en el deportista y justifica adecuadamente su elección, aunque puede faltar alguna profundidad en la justificación.	Determina las variables psicológicas de manera superficial o sin una justificación adecuada basada en la información recolectada.	
4. Elaboración de la batería de pruebas	25-21 puntos	20-17 puntos	16-0 puntos	25
	Diseña una batería de pruebas completa con al menos cuatro pruebas claramente descritas, incluyendo el nombre, la variable a medir y los beneficios de aplicación de cada una.	Diseña una batería de pruebas con al menos cuatro pruebas descritas, aunque puede faltar algún detalle en la descripción de las variables o beneficios.	Diseña una batería de pruebas incompleta, con menos de cuatro pruebas o con descripciones poco claras de las variables y beneficios.	
	15-13 puntos	12-10 puntos	9-0 puntos	15

5. Conclusión sobre la intervención del psicólogo deportivo.	Reflexiona de manera profunda y bien fundamentada sobre el impacto de la intervención del psicólogo deportivo en el desempeño del atleta y la relevancia de medir las variables.	Reflexiona adecuadamente sobre el impacto de la intervención del psicólogo deportivo y la relevancia de medir las variables, aunque puede faltar alguna profundidad.	Reflexiona de manera superficial o sin fundamento sobre el impacto de la intervención del psicólogo deportivo y la relevancia de medir las variables.	
Total				100%

Evidencia 3

Instrucciones

1. Retoma la información desarrollada en las evidencias 1 y 2, aplica las correcciones de acuerdo con la retroalimentación que te brindó tu docente y adjunta las evidencias modificadas en el documento entregable.
2. Analiza la información recabada a lo largo del curso en las evidencias anteriores. Elabora una introducción donde describas la vida del atleta profesional, olímpico o paralímpico elegido desde el inicio del curso y los diferentes conceptos abordados.
3. De acuerdo con las variables que trabajaste en las evidencias pasadas, elabora un plan de intervención de cinco sesiones que incluya las estrategias aprendidas durante el módulo.
4. Las sesiones individuales o grupales, según el deporte que practique el deportista, deberán contener la siguiente información:
 - a. Número de sesión
 - b. Variables psicológicas por trabajar
 - c. Objetivo de la sesión
 - d. Técnicas o estrategias por utilizar (nombre del juego o dinámica)
 - e. Desarrollo de la sesión (paso a paso)
 - f. Materiales por utilizar
 - g. Tiempo estimado de aplicación
5. Elabora una conclusión enriquecedora sobre tu aprendizaje al realizar la evidencia completa y el resultado que esperarías de la aplicación de las evaluaciones y sesiones propuestas, así como la importancia del trabajo psicológico y aplicación de la psicología con los deportistas.

Rúbrica de Evidencia 3

Nivel de desempeño				
Criterios de evaluación	Altamente competente 100%-86%	Competente 85%-70%	Aún sin desarrollar la competencia 69%-0%	%
1. Correcciones	20-17 puntos	16-14 puntos	13-0 puntos	20
	Aplica todas las correcciones sugeridas por el docente de manera precisa y completa.	Aplica la mayoría de las correcciones sugeridas, pero con algunas omisiones menores.	Aplica pocas o ninguna de las correcciones sugeridas, omitiendo aspectos clave.	
2. Introducción	25-21 puntos	20-17 puntos	16-0 puntos	20
	Describe de manera detallada y precisa la vida del atleta, incluyendo todos los conceptos abordados.	Describe de manera adecuada la vida del atleta, pero falta integrar algunos conceptos abordados en el curso.	Describe de manera superficial la vida del atleta, omitiendo muchos conceptos importantes.	
3. Plan de intervención	40-34 puntos	33-28 puntos	27-0 puntos	40
	Diseña un plan de intervención de cinco sesiones, bien estructurado y abarcando todas las variables psicológicas y estrategias aprendidas.	Diseña un plan de intervención de cinco sesiones adecuado, pero con algunas áreas que podrían ser más detalladas o estructuradas.	Diseña un plan de intervención de cuatro sesiones o menos, omitiendo variables y estrategias clave.	
4. Elaboración de la batería de pruebas	25-21 puntos	20-17 puntos	16-0 puntos	20
	Elabora una conclusión detallada y reflexiva sobre el aprendizaje y resultados esperados, mostrando una comprensión profunda.	Elabora una conclusión adecuada sobre el aprendizaje y resultados esperados, pero falta mayor profundidad.	Elabora una conclusión superficial, mostrando poca reflexión sobre el aprendizaje y resultados esperados.	
TOTAL				100%



Bibliografía y recursos especiales

Libro de apoyo

→ Lapuente, I. (2020). *Psicología y rendimiento deportivo*. España: Wanceulen.