



# Guía para el profesor

Asesoramiento Psicológico  
en el Deportista

LSPS2149



## Índice

Información general del curso .....	1
Metodología .....	2
Evaluación.....	3
Bibliografía.....	4
Tips importantes.....	5
Temario .....	6
Notas de enseñanza .....	7
Evidencia 1 .....	12
Evidencia 2 .....	13
Proyecto final .....	15

## Información general del curso

### Modalidades

- Clave banner: LSPS2149
- Modalidad: presencial y/o en línea

### Competencia del curso

Seleccionar métodos científicos adecuados para ofrecer un acompañamiento psicológico integral a deportistas, adaptando las estrategias a sus necesidades específicas según su nivel de rendimiento y desarrollo.





## Metodología

Un certificado es un programa académico breve que consta de varios cursos cuyos contenidos se elaboran con base en experiencias laborales y tiene como objetivo desarrollar competencias específicas en el estudiante, preparándolo para desempeñarse correctamente en un empleo.

Cada certificado está compuesto por tres o cuatro cursos, siendo el último el desarrollo de un proyecto o taller en el que se demuestra el logro de la competencia global establecida.

Un curso se divide en módulos y cada módulo se divide en temas.

En los temas se encontrará lo siguiente:

- **Explicación.** Consiste en un conjunto de conceptos teóricos y ejemplos reales de la vida laboral que ayudarán a ampliar el conocimiento.
- **Recursos educativos.** Conformados por una selección de lecturas y videos disponibles en sitios web que han sido debidamente curados por expertos y sirven como complemento de las explicaciones.
- **Actividades de aprendizaje.** Cuyo propósito es aplicar y experimentar con los conceptos estudiados.
- **Evidencias.** Consisten en actividades que engloban las habilidades de todo el curso y cuya función principal es demostrar que se ha alcanzado la competencia general del curso.

Los resultados de cada actividad o evidencia se deben enviar a través de la plataforma educativa y se evaluarán según los criterios o rúbrica que se indique.

### Importante

Guarda una copia digital de todos los trabajos, actividades y evidencias que realices en tus cursos, pues estos archivos serán indispensables para poder realizar tu proyecto integrador (última materia del certificado). Con ellos, formarás un portafolio personal de proyectos que será de mucha utilidad para organizar de manera estratégica el gran volumen de experiencias y aprendizajes obtenidos a lo largo de tu carrera; además, tu portafolio será un medio para enriquecer tu proyección profesional y demostrar todos tus conocimientos y habilidades, lo que permitirá exhibir tus logros ante posibles empleadores.

**Asegúrate de respaldar todos tus documentos en un dispositivo de almacenamiento físico, así como en algún servicio de nube (OneDrive, Google Drive, iCloud).**



## Evaluación

Evaluable	Ponderación
Actividad 1	5
Actividad 2	5
Actividad 3	5
Evidencia 1	15
Actividad 4	6
Actividad 5	6
Actividad 6	6
Evidencia 2	15
Actividad 7	6
Actividad 8	6
Actividad 9	5
Proyecto final	20
<b>Total</b>	<b>100</b>

## Bibliografía

### → Libro de texto

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

### → Libros de apoyo

- Roffé, M. (2023). *Salud mental y psicología del deporte*. Argentina: Imaginante.



## Tips importantes

### 1. Material de capacitación en la plataforma tecnológica Canvas

Para asegurar que aproveches al máximo tu experiencia educativa en esta modalidad de cursos, te recomendamos que sigas al pie de la letra las indicaciones de tu docente, así como revisar estos tutoriales.

- [¿Cómo entrar a Canvas?](#)
- [¿Cómo consulto mis calificaciones?](#)
- [¿Cómo entrego mis tareas?](#)
- [¿Cómo ingreso a la plataforma de multipresencia virtual?](#)
- [Tutoriales de Canvas para alumnos](#)
- [¿Cómo evalúo el desempeño de mi red?](#)

### 2. ¿En dónde o a quién reporto un error detectado en el contenido del curso?

Lo puedes reportar a la cuenta [atencioncursos@servicios.tecmilenio.mx](mailto:atencioncursos@servicios.tecmilenio.mx), pero te pedimos que también reportes sugerencias para el contenido y actividades del curso.

### 3. ¿Quién me informa de la cantidad de sesiones y tiempo de cada sesión en las semanas?

El coordinador docente te debe proporcionar esta información.

### 4. ¿En qué semanas se aplican los exámenes parciales y el examen final?

Consulta con tu coordinador docente los calendarios de acuerdo con la modalidad de impartición.

### 5. ¿Tengo que capturar las calificaciones en banner y en la plataforma educativa?

Sí, es importante que captures calificaciones en la plataforma para que los alumnos estén informados de su avance y reciban retroalimentación de parte tuya de todo lo que realizan en el curso. En banner es el registro oficial de las calificaciones de los alumnos.

Las actividades evaluables dentro de cada tema y del calendario, así como la presentación final del curso tienen asignadas una rúbrica con la cual es obligatorio que se califique, esto es muy importante para nuestro modelo de competencias, ya que es la forma en la que medimos el desarrollo de las competencias en nuestros alumnos. Cada rúbrica se encuentra en la sección de **tareas**, específicamente con el nombre de la semana evaluable.

Es importante evaluar con la rúbrica que aparece en el apartado de la evidencia final, ya que se les estará auditando constantemente su realización efectiva.

Video disponible para calificar con rúbricas.

- ¿Cómo busco una rúbrica?: <https://youtu.be/QgDKeZvgtAI>
- ¿Cómo califico con una rúbrica?: <https://youtu.be/mAblsLAgIp4>



## Temario

### **Tema 1. Métodos de evaluación en psicología del deporte**

- 1.1 Entrevista y observación en psicología del deporte
- 1.2 Uso de cuestionarios y autorregistros en psicología del deporte
- 1.3 Uso de tecnología para evaluar variables psicológicas en el deporte

### **Tema 2. Estilos de aprendizaje en el deporte**

- 2.1 Teorías del aprendizaje en el deporte
- 2.2 Principio de individualización en el aprendizaje deportivo
- 2.3 Características de los procesos de entrenamiento deportivo en la actualidad

### **Tema 3. Exigencias psicológicas de los deportes de arte competitivo**

- 3.1 Caracterización de los deportes de arte competitivo
- 3.2 Perfiles psicológicos óptimos en deportes de arte competitivo
- 3.3 Planes de competencia y preparación mental para deportes de arte competitivo

### **Tema 4. Exigencias psicológicas de los deportes de tiempo y marca**

- 4.1 Caracterización de los deportes de tiempo y marca
- 4.2 Perfiles psicológicos óptimos en deportes de tiempo y marca
- 4.3 Planes de competencia y preparación mental para deportes de tiempo y marca

### **Tema 5. Exigencias psicológicas en el deporte de combate**

- 5.1 Caracterización de los deportes de combate
- 5.2 Perfiles psicológicos óptimos en deportes de combate
- 5.3 Planes de competencia y preparación mental para deportes de combate

### **Tema 6. *Burnout*, el síndrome del deportista quemado**

- 6.1 Descripción del síndrome de desgaste profesional
- 6.2 Evaluación, diagnóstico y plan de recuperación psicológica
- 6.3 Técnicas de intervención en deportistas con *burnout*

### **Tema 7. Abandono deportivo**

- 7.1 Caracterización del fenómeno del abandono deportivo
- 7.2 Variables de contexto relacionadas con el abandono deportivo
- 7.3 Pautas de orientación psicológica en procesos de abandono deportivo

### **Tema 8. Retiro deportivo**

- 8.1 Caracterización del proceso de retiro deportivo

8.2 Análisis del proceso emocional y el proyecto de vida en atletas que deciden retirarse

8.3 Pautas para el acompañamiento psicológico en atletas en proceso de retiro deportivo

### **Tema 9. Intervención psicológica en lesiones deportivas**

9.1 Relación entre las lesiones y el estado psicológico-emocional en deportistas

9.2 Modelos de estudio sobre los factores psicológicos implicados en lesiones deportivas

9.2 Pautas para la intervención psicológica en deportistas lesionados

### **Tema 10. Acompañamiento a los padres de familia**

10.1 Resoluciones

10.2 El ciclo de vida de la familia y su relación con el ciclo de vida del deportista

10.3 Recomendaciones para el acompañamiento a padres de familia de niños y jóvenes deportistas

### **Tema 11. Determinación y disciplina, hábitos de éxito en el deporte**

11.1 Preparación invisible, descripción del concepto

11.2 Relación entre la preparación académica del deportista y el rendimiento deportivo

11.3 Desarrollo de hábitos de éxito como parte del proceso educativo

### **Tema 12. Relación entre liderazgo y rendimiento deportivo**

12.1 Relación entre liderazgo y rendimiento deportivo

12.2 Principales teorías del liderazgo en el deporte

12.3 Estrategias para desarrollar liderazgo en el deporte

### **Tema 13. Rueda de la excelencia**

13.1 Relación entre el concepto de excelencia y el rendimiento deportivo

13.2 La propuesta de "Rueda de excelencia" de Terry Orlick

13.3 Estrategias para desarrollar excelencia en deportistas

### **Tema 14. Inteligencia competitiva**

14.1 Revisión teórica del concepto de inteligencia

14.2 Relevancia actual del concepto de inteligencia en el deporte

14.3 Pautas para el desarrollo de la inteligencia competitiva

### **Tema 15. Planes de competencia**

15.1 Análisis de los procesos de planeación y su relación con el éxito

15.2 Análisis de los eventos deportivos, elementos para dimensionar

15.3 Recomendaciones para realizar planes de competencia



## **Notas de enseñanza**

**Tema 1** Métodos de evaluación en psicología del deporte

### **Notas para la enseñanza del tema**

En este tema se sugiere que se contextualice al aprendiz en los métodos de evaluación que ya conoce hacia la psicología del deporte. Para iniciar, se puede hacer una dinámica en donde se pregunte cuáles son los métodos de evaluación conocidos por los aprendices. Adicional, se puede realizar un foro o un debate (dependiendo de la modalidad del curso) acerca del uso de la tecnología como método de evaluación y las ventajas y desventajas que se observan.

## **Tema 2** Estilos de aprendizaje en el deporte

### **Notas para la enseñanza del tema**

En este tema se profundiza en los métodos de aprendizaje deportivo, por lo cual se recomienda realizar un análisis personal con los aprendices acerca de sus inicios en algún deporte que actualmente practiquen o que hayan practicado en algún momento, cómo es que cada uno inició en la práctica deportiva y cómo fue aprendiendo hasta irlo desarrollando. Aquí es importante hacer una diferencia con el aprendizaje escolar y establecer también las semejanzas.

## **Tema 3** Exigencias psicológicas de los deportes de arte competitivo

### **Notas para la enseñanza del tema**

Para este tema se sugiere observar algunos videos de diferentes deportes de arte competitivos para que el aprendiz logre analizar los requerimientos tanto físicos como psicológicos de este tipo de deportes. Se puede realizar un ejercicio en donde se presenten videos acerca de los distintos tipos de deporte de este grupo y realizar observaciones que sean enlazadas con los requerimientos psicológicos necesarios para la práctica del deporte, así como su evaluación.

## **Tema 4** Exigencias psicológicas de los deportes de tiempo y marca

### **Notas para la enseñanza del tema**

Para este tema se sugiere observar algunos videos de diferentes deportes de tiempo y marca para que el aprendiz logre analizar los requerimientos tanto físicos como psicológicos de este tipo de deportes. Se puede realizar un ejercicio en donde se presenten videos acerca de los distintos tipos de deporte de este grupo y realizar observaciones que sean enlazadas con los requerimientos psicológicos necesarios para la práctica del deporte, así como su evaluación.

**Tema 5** Exigencias psicológicas en el deporte de combate**Notas para la enseñanza del tema**

Para este tema se sugiere observar algunos videos de diferentes deportes de combate para que el aprendiz logre analizar los requerimientos tanto físicos como psicológicos de este tipo de deportes. Se puede realizar un ejercicio donde se presenten videos acerca de los distintos tipos de deporte de este grupo y realizar observaciones que sean enlazadas con los requerimientos psicológicos necesarios para la práctica del deporte, así como su evaluación.

**Tema 6** *Burnout*, el síndrome del deportista quemado**Notas para la enseñanza del tema**

Para este tema se sugiere preguntar a los aprendedores a través de foro o en clase (dependiendo de la modalidad) qué es el *burnout* y los principales síntomas, así como realizar la pregunta ¿por qué se habla de *burnout* en el deporte? Para que el aprendiz pueda relacionar el concepto en el ámbito deportivo, ya que es poco explorado en este contexto. Asimismo, se puede cerrar con analizar la importancia de observarlo y documentarlo en deportistas.

**Tema 7** Abandono deportivo**Notas para la enseñanza del tema**

Primero, se puede iniciar con una breve introducción sobre el fenómeno, enfatizando sus causas y efectos en el bienestar emocional y rendimiento de los atletas. Luego, los estudiantes pueden trabajar en pequeños grupos analizando casos reales o ficticios de abandono deportivo, identificando factores psicológicos y sociales involucrados. Para hacerlo más vivencial, se podría incluir testimonios en video de deportistas que compartan sus experiencias. Finalmente, se podrían realizar *role plays* donde los estudiantes simulen intervenciones psicológicas que puedan ayudar a un deportista en riesgo de abandonar, fomentando así el desarrollo de empatía y comprensión profunda de los factores detrás de este fenómeno. Este enfoque permite comprensión aplicada del tema, involucrando a los estudiantes activamente en su aprendizaje.

**Tema 8** Retiro deportivo**Notas para la enseñanza del tema**

Para este tema se sugiere el análisis de casos de diversos deportistas retirados y cómo se han preparado para este momento, así mismo, cómo han enfrentado el retiro. Se sugiere también analizar cómo realizar un plan de retiro exitoso y sugerir desde qué etapa consideran conveniente prepararse para el retiro, de tal manera que los aprendedores puedan concluir en la importancia de implementar un plan en paralelo.

### **Tema 9** Intervención psicológica en lesiones deportivas

#### **Notas para la enseñanza del tema**

Para este tema se sugiere el análisis de casos de deportistas que se han lesionado o que han terminado su carrera de manera abrupta por causas de lesiones, y cómo esto impacta tanto en su vida profesional como en su vida personal. Es importante enfocarse en las emociones que se derivan de esta situación y cómo se puede ayudar a enfrentar a los deportistas esta etapa.

### **Tema 10** Acompañamiento a los padres de familia

#### **Notas para la enseñanza del tema**

En este tema es importante analizar el impacto de la familia y sobre todo los padres de familia en el éxito o fracaso de la carrera deportiva del deportista. Aquí se pueden analizar casos como los de las tenistas Serena y Venus Williams, el cual está documentado a través de la película "King Richard". Adicional se puede debatir acerca de cómo enseñar a los padres a acompañar a sus hijos en el deporte de una manera sana.

### **Tema 11** Determinación y disciplina, hábitos de éxito en el deporte

#### **Notas para la enseñanza del tema**

En este tema es importante enfocarse en hablar de los hábitos que requieren los deportistas para ejecutar su deporte. Se puede iniciar preguntando cómo se establecen los hábitos desde las etapas tempranas hasta llegar al deporte de alto rendimiento. Finalmente, se puede analizar cómo los buenos hábitos llevan a los deportistas al éxito.

### **Tema 12** Relación entre liderazgo y rendimiento deportivo

#### **Notas para la enseñanza del tema**

En este tema es importante enfocarse en cómo el deportista puede ser un líder en el deporte y qué se requiere para serlo. Aquí se puede preguntar a los aprendedores qué es un líder y quiénes son los personajes famosos en el deporte que ellos consideran son líderes y qué características tienen (dependiendo de la modalidad, se puede realizar un foro o realizarlo como debate en clase). Aquí se puede establecer cómo es que se desarrolla liderazgo independientemente si el deporte es individual o de equipo.

### **Tema 13** Rueda de la excelencia

#### **Notas para la enseñanza del tema**

En este tema es importante enfocarse en cómo el deportista puede ser excelente en su deporte y qué se requiere para serlo. Aquí se puede preguntar a los aprendedores cómo saben que un deportista es excelente y quiénes son los personajes famosos en el deporte que ellos consideran excelentes y qué características tienen (dependiendo de la modalidad, se puede realizar un foro o realizarlo como debate en clase).

### **Tema 14** Inteligencia competitiva

#### **Notas para la enseñanza del tema**

En este tema se enfoca en los requerimientos psicológicos de los deportistas en competencia. Se puede realizar con los aprendedores un análisis acerca de la inteligencia y diferenciar un deportista con inteligencia competitiva y otros sin ella. Después de establecer el concepto, se sugiere presentar casos de éxito y casos de fracaso en donde los aprendedores busquen un caso y lo analicen.

### **Tema 15** Planes de competencia

#### **Notas para la enseñanza del tema**

En este tema se enfoca en analizar los requerimientos para ejecutar con éxito los planes de competencia deportiva y trabajar a la par para preparar psicológicamente al deportista para enfrentar la competencia. Se sugiere analizar cuáles son las emociones asociadas a la competencia y qué técnicas son efectivas para ayudar a mejorar el rendimiento. Se puede cerrar estableciendo la importancia de contar con un plan enfocado a la preparación psicológica.



## Evidencia 1

### Evidencia 1. Análisis psicológico del deportista

#### Objetivo

Realizar un análisis psicológico completo de un deportista, considerando aspectos clave de su desarrollo y bienestar dentro del deporte que practica.

#### Instrucciones

1. Identifica un deportista o un equipo deportivo con el que puedas realizar esta actividad de forma completa. Asegúrate de que el deportista esté dispuesto a participar en una entrevista y compartir aspectos personales y deportivos.
2. Realiza una entrevista con el deportista, asegurándote de abordar los siguientes puntos durante la conversación.
  - **Contexto deportivo:** conoce el contexto en el que el deportista comenzó a practicar su deporte y cuánto tiempo ha estado involucrado en él.
  - **Motivación:** indaga sobre la fuente de motivación del deportista. ¿Qué lo impulsa a seguir entrenando y compitiendo?
  - **Relaciones interpersonales:** explora cómo se relaciona el deportista con sus compañeros de equipo y entrenadores.
  - **Relación con su familia:** investiga cómo la familia del deportista apoya o influye en su participación en el deporte.
  - **Metas personales y profesionales:** identifica las metas a corto y largo plazo del deportista, tanto en su vida personal como profesional dentro del deporte.
  - **Bienestar y salud mental:** evalúa el bienestar general del deportista, considerando su salud mental en relación con su práctica deportiva.
  - **Retos físicos y emocionales:** averigua qué desafíos físicos y emocionales ha enfrentado en la práctica de su deporte.
  - **Situaciones complicadas y resiliencia:** pregunta sobre las situaciones más difíciles que ha enfrentado y cómo ha logrado superarlas.
3. Con base en la entrevista, elabora un reporte psicológico en el que analices cada uno de los puntos mencionados. Asegúrate de incluir tus observaciones durante la entrevista, tomando en cuenta tanto lo verbal como lo no verbal.

4. A partir de tu análisis, elabora una sección de conclusiones donde identifiques las principales áreas a trabajar en el deportista (por ejemplo: mejora en la gestión del estrés, fortalecimiento de la motivación). Agrega recomendaciones específicas que ayuden al deportista a mejorar su rendimiento y bienestar general.
5. Integra como anexos el guion de la entrevista y las respuestas del deportista, detallando las preguntas que realizaste y las respuestas que obtuviste.

### Criterios de evaluación

Realiza la entrega de tu avance con base en los criterios de evaluación de la rúbrica correspondiente.

### Entregable

Documento en formato Word o PDF que incluya lo siguiente:

- El reporte psicológico con el análisis de todos los aspectos mencionados.
- Las observaciones del proceso de la entrevista.
- Las conclusiones y recomendaciones para el desarrollo del deportista.
- Los anexos con el guion de la entrevista y las respuestas del deportista.



### Evidencia 2

**Evidencia 2.** Acompañamiento con la familia del deportista

#### Objetivo

Analizar el entorno familiar de un deportista, comprendiendo la dinámica de acompañamiento familiar y su influencia en el rendimiento y bienestar del deportista.

#### Instrucciones

1. Continúa trabajando con el mismo deportista de la evidencia 1. Asegúrate de que, al menos un familiar, preferiblemente uno de los padres o tutores, esté dispuesto a participar en una entrevista y compartir detalles personales y deportivos sobre la trayectoria del deportista. Realiza una entrevista con un miembro directo de la familia del deportista (preferiblemente padres o tutores), abordando los siguientes puntos clave durante la conversación.

- a. **Apoyo emocional:** ¿cómo apoya la familia emocionalmente al deportista en momentos de éxito y fracaso?
  - b. **Comunicación familiar:** ¿cómo es la comunicación entre el deportista y la familia acerca de las presiones y exigencias del deporte?
  - c. **Expectativas familiares:** ¿qué expectativas tiene la familia sobre la carrera deportiva del atleta? ¿Se perciben estas expectativas como una fuente de presión?
  - d. **Relación con el entrenador:** ¿cómo interactúa la familia con el entrenador del deportista y qué papel juegan en decisiones importantes relacionadas con su carrera?
  - e. **Impacto del deporte en la dinámica familiar:** ¿cómo afecta la carrera del deportista a la vida diaria de la familia en términos de horarios, vacaciones, relaciones, etcétera?
2. Con base en la entrevista, elabora un **reporte psicológico** donde analices cada uno de los puntos mencionados. Ten en cuenta las observaciones verbales y no verbales del entrevistado. Asegúrate de detallar cómo las respuestas del familiar influyen en el bienestar emocional, psicológico y deportivo del deportista.
  3. A partir del análisis, desarrolla una sección de **conclusiones** donde identifiques las áreas familiares que requieren trabajo o ajuste. Proporciona **recomendaciones específicas** para mejorar la relación entre el deportista y su familia, con el fin de optimizar tanto su bienestar general como su rendimiento deportivo.
  4. **Anexos**
    - Integra como anexos el guion de la entrevista y las respuestas del familiar, detallando tanto las preguntas realizadas como las respuestas obtenidas durante la conversación.

### Criterios de evaluación

Realiza la entrega de tu avance con base en los criterios de evaluación de la rúbrica correspondiente.

### Entregable

Documento en formato Word o PDF que incluya lo siguiente:

- Reporte psicológico con el análisis de todos los aspectos familiares mencionados.
- Observaciones detalladas del proceso de la entrevista.
- Conclusiones y recomendaciones para mejorar la relación entre el deportista y su familia.

- Anexos que incluyan el guion de la entrevista y las respuestas obtenidas.



## Proyecto final

**Proyecto final:** acompañamiento psicológico con el entrenador del deportista.

### Objetivo

Realizar un análisis psicológico integral del deportista en colaboración con su entrenador para identificar y desarrollar sus fortalezas y áreas de mejora en aspectos como liderazgo, inteligencia emocional, excelencia deportiva, disciplina y preparación para competencias.

### Instrucciones

1. Continúa trabajando con el mismo deportista de la evidencia 1 y 2.
2. Realiza una entrevista detallada con el entrenador del deportista utilizando los puntos clave descritos a continuación. Asegúrate de observar tanto las respuestas como el lenguaje no verbal del entrenador para obtener un contexto más amplio.
  - a. **Disciplina deportiva:** indaga sobre los hábitos positivos y negativos del deportista, así como la calidad de su “entrenamiento invisible” (esfuerzo fuera del entrenamiento visible).
  - b. **Liderazgo:** pregunta acerca de las habilidades de liderazgo que tiene y las que necesita desarrollar.
  - c. **Excelencia deportiva:** identifica cuáles elementos de la Rueda de la Excelencia están presentes y cuáles son áreas de oportunidad.
  - d. **Inteligencia deportiva:** explora qué emociones influyen más en el deportista y cómo las maneja en diversas situaciones (entrenamiento, competencia, conflictos, lesiones).
  - e. **Planes de competencia:** indaga sobre el enfoque psicológico para competencias, el manejo emocional y la toma de decisiones en esos momentos y cómo responde al *feedback* postcompetencia.
3. Con base en la entrevista, desarrolla un reporte que analice cada uno de los puntos mencionados, considerando las observaciones verbales y no verbales del entrenador. Describe cómo estos aspectos afectan el bienestar emocional, psicológico y el rendimiento del deportista.
4. En una sección final, identifica las áreas que necesitan ajustes o trabajo adicional. Proporciona recomendaciones prácticas que el deportista pueda implementar para mejorar su bienestar general, alcanzar sus objetivos y optimizar su rendimiento.
5. Incluye como anexos el guion de la entrevista y las respuestas del entrenador, especificando tanto las preguntas formuladas como las respuestas detalladas que obtuviste.

## Criterios de evaluación

Realiza la entrega de tu avance con base en los criterios de evaluación de la rúbrica correspondiente.

## Entregable

Documento en formato Word o PDF que incluya lo siguiente:

- Reporte psicológico con el análisis de todos los aspectos mencionados.
- Observaciones detalladas del proceso de la entrevista.
- Conclusiones y recomendaciones para mejorar el perfil del deportista y sus habilidades.
- Anexos que incluyan el guion de la entrevista y las respuestas obtenidas.

## Rúbrica de evidencia 1

Unidades de competencia y criterios correspondientes		Valor	¿Cumple?	Puntaje
<b>Elementos para el diseño</b>				
<b>1. Entrevista y recopilación de información</b>				
a.	Comprensión detallada del contexto deportivo del deportista y su tiempo de práctica.	5		
b.	* Exploración clara de las fuentes de motivación del deportista y sus factores impulsores.	15		
c.	Análisis profundo de las relaciones del deportista con sus compañeros y entrenadores.	10		
d.	Descripción detallada de la influencia familiar en la participación del deportista en su disciplina.	5		
<b>2. Análisis psicológico</b>				
e.	Identificación de metas a corto y largo plazo del deportista tanto personales como profesionales.	10		
f.	* Evaluación exhaustiva del bienestar mental del deportista en relación con su práctica deportiva.	15		
g.	* Análisis de los retos físicos y emocionales enfrentados por el deportista a lo largo de su carrera.	15		
h.	Exploración de situaciones difíciles y de la capacidad de resiliencia del deportista para superarlas.	10		
<b>3. Conclusiones, recomendaciones y documentación</b>				
i.	* Identificación clara de áreas de mejora y recomendaciones accionables para optimizar el rendimiento y el bienestar.	10		
j.	Inclusión completa y bien estructurada del guion de la entrevista y las respuestas del deportista.	5		

## Rúbrica de evidencia 2

Unidades de competencia y criterios correspondientes		Valor	¿Cumple?	Puntaje
<b>Elementos para el diseño</b>				
<b>1. Entrevista y recopilación de información</b>				
a.	Análisis detallado del apoyo emocional brindado por la familia en momentos de éxito y fracaso del deportista.	10		
b.	Evaluación de la calidad de la comunicación entre el deportista y la familia respecto a las presiones del deporte.	10		
c.	Descripción de las expectativas familiares y su impacto como posible fuente de presión para el deportista.	10		
d.	Análisis de la interacción de la familia con el entrenador y su influencia en las decisiones relacionadas con la carrera del deportista.	5		
e.	Evaluación de cómo la carrera del deportista afecta la vida familiar en términos de horarios, vacaciones, relaciones, entre otros.	5		
<b>2. Análisis psicológico</b>				
f.	* Análisis completo de las respuestas del familiar, tomando en cuenta observaciones verbales y no verbales.	15		
g.	* Descripción clara de cómo las respuestas del familiar impactan el bienestar emocional, psicológico y deportivo del atleta.	20		
<b>3. Conclusiones y recomendaciones</b>				
h.	* Identificación de las áreas familiares que requieren ajuste o mejora basadas en el análisis.	15		
i.	Propuestas claras y accionables para mejorar la relación entre el deportista y su familia, con el fin de optimizar su bienestar y rendimiento.	10		

## Rúbrica de proyecto final

Unidades de competencia y criterios correspondientes		Valor	¿Cumple?	Puntaje
<b>Elementos para el diseño</b>				
<b>1. Recopilación de información y evaluación de aspectos psicológicos</b>				
a.	Análisis de los hábitos del deportista y calidad de su "entrenamiento invisible".	10		
b.	Evaluación de las habilidades de liderazgo del deportista y áreas a desarrollar.	10		
c.	Identificación de los elementos presentes de la Rueda de la Excelencia y áreas de mejora.	10		
d.	Análisis de la influencia de las emociones en el deportista y su manejo en situaciones críticas.	10		
<b>2. Análisis e interpretación de datos</b>				
e.	Análisis del enfoque psicológico y manejo emocional en competencias, así como la respuesta al <i>feedback</i> postcompetencia.	10		
f.	Interpretación de las respuestas y observaciones no verbales del entrenador para cada aspecto clave.	10		

g.	* Evaluación de cómo cada aspecto analizado impacta el bienestar emocional, psicológico y rendimiento del deportista.	15		
<b>3. Conclusiones y recomendaciones</b>				
h.	Identificación de áreas de ajuste o mejora necesarias en el perfil psicológico del deportista.	5		
i.	* Propuestas específicas y alcanzables que el deportista pueda implementar para mejorar su rendimiento y bienestar.	15		
<b>4. Documentación y evidencia</b>				
j.	Inclusión del guion de la entrevista y las respuestas del entrenador con preguntas formuladas y respuestas detalladas.	5		

