

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BAJA CALIFORNIA

## COORDINACIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

### PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE

#### I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

- 1. Unidad Académica:** Facultad de Deportes, Extensión Ensenada, Facultad de Deportes, Mexicali y Facultad de Deportes, Extensión Tijuana
- 2. Programa Educativo:** Licenciado en Actividad Física y Deporte y Técnico Superior Universitario en Actividades Recreativas y Turísticas
- 3. Plan de Estudios:** 2021-2
- 4. Nombre de la Unidad de Aprendizaje:** Psicología de la Actividad Física
- 5. Clave:** 39114
- 6. HC:** 02 **HT:** 02 **HL:** 00 **HPC:** 00 **HCL:** 00 **HE:** 02 **CR:** 06
- 7. Etapa de Formación a la que Pertenece:** Básica
- 8. Carácter de la Unidad de Aprendizaje:** Obligatoria
- 9. Requisitos para Cursar la Unidad de Aprendizaje:** Nunguno



#### Equipo de diseño de PUA

Isis Jael Oviedo Rodríguez  
Michelle Barretos Ruvalcaba  
Lucia Teran Villalpando  
Eva Tatiana Maldonado Flores

#### Firma

#### Vo.Bo. de subdirector(es) de Unidad(es) Académica(s)

Samuel Nicolás Rodríguez Lucas  
Esteban Hernández Armas  
Juan José Calleja

#### Firma

**Fecha:** 10 de noviembre de 2020

## II. PROPÓSITO DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

La asignatura de Psicología de la Actividad Física se encuentra en la etapa básica, es de carácter obligatorio y forma parte del área de conocimiento Social Humanista y tiene como finalidad que el alumno cuente con el conocimiento y aplicación de la Psicología como especialidad dentro de su formación profesional, desde su origen hasta el mejoramiento de la salud y el bienestar. Desarrollando las habilidades de detección, análisis y diseños para la aplicación de estrategias de intervención, con actitud objetiva, respetuosa y responsable.

## III. COMPETENCIA GENERAL DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Analizar las variables psicológicas relacionadas con el rendimiento físico y deportivo de las personas que practican actividad física y deporte, a través de diferentes procesos fisiológicos involucrados en la actividad física para la selección y aplicación de técnicas psicológicas que favorezcan el rendimiento psicofísico y el mantenimiento de la salud; con actitud objetiva, respetuosa y responsable.

## IV. EVIDENCIA(S) DE APRENDIZAJE

Diseñar un programa de actividades que refleje la selección de técnicas de intervención psicológica, para incrementar el rendimiento físico y el mantenimiento de la salud.

El diseño del programa deberá contener:

- Objetivo
- Sustento teórico
- Desarrollo de las actividades
- Conclusiones
- Bibliografía en formato APA

**V. DESARROLLO POR UNIDADES**  
**UNIDAD I. Orígenes de la psicología deportiva**

**Competencia:**

Distinguir las funciones de la psicología en la actividad física y el deporte, por medio de la identificación de los principales acontecimientos en la historia desde su origen hasta su consolidación, para comprender la interacción de estos atributos psicológicos como influencias del rendimiento físico, mostrando actitud reflexiva, pensamiento crítico y objetivo.

**Contenido:**

**Duración:** 5 horas

- 1.1. Etapas de Evolución de la historia de la psicología deportiva
  - 1.1.1 Precursores
  - 1.1.2 Formación
  - 1.1.3 Crecimiento
  - 1.1.4 Consolidación
- 1.2. Función del Licenciado en Actividad Física y Deporte
  - 1.2.1. El pentágono deportivo

## UNIDAD II. Inserción y función de la psicología en la actividad física y deporte

### **Competencia:**

Identificar los recursos de evaluación en la psicología de la actividad física y deporte por medio del reconocimiento de diferentes instrumentos para la planificación y la inserción de diferentes estrategias, procedimientos y adaptaciones acorde a las etapas de la periodización. Actuando de manera reflexiva, con pensamiento objetivo y responsabilidad social.

### **Contenido:**

**Duración:** 5 horas

#### 2.1. Evaluación

- 2.1.1. Entrevista con el entrenador, identificar necesidades, metodología, procedimientos.
- 2.1.2. Planificación
- 2.1.3. Preparación Psicológica (directa e indirecta)

## UNIDAD III. Procesos de sensación y percepción en la actividad física y deporte

### **Competencia:**

Analizar la influencia de los sentidos en la recepción de estímulos internos y externos que impactan el ser humano, a través de bibliografías, video y documentales para identificar cómo influyen en el comportamiento y rendimiento físico, con actitud crítica, reflexiva y responsable.

### **Contenido:**

**Duración:** 4 horas

#### 3.1 Bases fisiológicas sensación y percepción

##### 3.1.1 Sensación

##### 3.1.2 Percepción

##### 3.1.3 La percepción como proceso psicológico fundamental

#### 3.2 Tipos de Sensación y Percepción en el deporte.

##### 3.2.1 Tipos de umbrales

##### 3.2.2..Aspecto subliminal y adaptación sensorial

#### 3.3 Función e importancia de los sentidos en los contextos de actividad física y deporte

##### 3.3.1 Sensación y percepción Deportiva

##### 3.3.2 Importancia e influencia de la percepción en el rendimiento físico y deportivo.

## UNIDAD IV. Variables psicológicas involucradas en el rendimiento físico y deportivo

### Competencia:

Relacionar las variables psicológicas que influyen en el rendimiento físico mediante la revisión de videos, artículos y bibliografía para la identificación de variables individuales o colectivas que impactan en el rendimiento físico, con actitud objetiva, de empatía y respetuosa.

### Contenido:

**Duración:** 8 horas

#### 4.1 Variables psicológicas individuales

##### 4.1.1. Conceptos de Activación, estrés y angustia

4.1.2.1 Relación entre rendimiento, activación y la angustia.

4.1.2.3. Síndrome de “burnout” (desgaste profesional) en el deporte

##### 4.1.2 Motivación

4.1.2.1. Teoría de la Autodeterminación

4.1.2.2. Déficits de motivación de los deportistas de la competencia.

4.1.2.3. Adherencia al entrenamiento.

##### 4.1.3 Autoconfianza

4.1.3.1 La autoconfianza de los deportistas

4.1.3.2 Principales características de la autoconfianza

4.1.3.3 Estrategias para fortalecer la autoconfianza

##### 4.1.4 Atención

4.1.4.1 Foco atencionales

4.1.4.2 Conectar la concentración para un rendimiento óptimo.

4.1.4.3 Ejercicios para mejorar la concentración y atención.

##### 4.1.5 Emociones y estados de ánimo

4.1.8.3. Instrumento de Evaluación POMS

4.1.8.4. Perfil Témpano de Hielo por Morgan

#### 4.2 Variables psicológicas colectivas

##### 4.2.1 Cohesión de equipo

4.2.1.1 Modelo conceptual de cohesión.

4.2.1.2 Relación entre cohesión y el rendimiento.

4.2.1.3 Estrategias para mejorar la cohesión.

4.2.2. Relación Entrenador-Jugadores

4.2.1.7 Relación del entrenador con el grupo del entrenamiento

4.2.1.8 Disciplina colectiva

4.2.3 Liderazgo

4.2.3.1 Definición de liderazgo.

4.2.3.2 Cuatro componentes del liderazgo efectivo.

## UNIDAD V. Métodos y técnicas

### Competencia:

Analizar los beneficios de las técnicas de intervención psicológica que reducen los síntomas relacionados con el estrés, ansiedad o comportamientos negativos en el ser humano, mediante la selección de técnicas enfocadas a generar el bienestar psicológico para aplicarlas en escenarios deportivos, con actitud proactiva, reflexiva, respetuosa y analítica.

### Contenido:

**Duración:** 5 horas

- 5.1. Establecimiento de metas
  - 5.1.1 Definición de meta.
  - 5.1.2 Diseño de un sistema de establecimiento de metas.
- 5.2 Visualización.
  - 5.2. 1 Definición de visualización.
  - 5.2.2 Visualización en el deporte Dónde, qué, cuándo y por qué?
  - 5.2.3 Claves para el uso efectivo de la visualización.
- 5.3 Técnicas para reducir estrés y ansiedad.
  - 5.3.1. Relajación progresiva de Jacobson
  - 5.3.2. Respiración 4x4x4x4
- 5.4. Retroalimentación.
  - 5.4.1. Sandwich
  - 5.4.1. Modelamiento
  - 5.4.1. Análisis de video de retroalimentación.
- 5.5. Técnicas de modificación de conducta.
  - 5.5.1. Beneficio, Costes (toma de decisiones).
  - 5.5.2 .Economía de fichas.
  - 5.5.3. Reforzador positivo y negativo.

## UNIDAD VI. El mejoramiento de la salud y el bienestar

### **Competencia:**

Determinar los factores que influyen en el bienestar psicológico mediante la revisión bibliográfica para la identificación de síntomas relacionados con la fatiga crónica, prevención de lesiones o sobreentrenamiento en el deportista, con actitud analítica, colaborativa y respeto.

### **Contenido:**

**Duración:** 4 horas

6.1. Ejercicio y bienestar psicológico.

6.1.1 Comprensión de los efectos del ejercicio en el bienestar psicológico.

6.1.2 Los factores psicológicos que influyen en las lesiones deportivas.

6.1.3 Función de psicología del deporte en la rehabilitación de las lesiones.

6. 2. El síndrome de fatiga crónica y el sobreentrenamiento.

6.2.1. Factores que conducen al sobreentrenamiento y al síndrome de fatiga crónica en los atletas.

6.2.2. Síntomas que caracterizan el sobreentrenamiento y la fatiga crónica.

## VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS DE TALLER

No.	Nombre de la Práctica	Procedimiento	Recursos de Apoyo	Duración
<b>UNIDAD I</b>				
1	Línea del tiempo en formato electrónico.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente dividirá al grupo en equipos.</li> <li>2. A partir de los datos históricos de la Psicología deportiva, los estudiantes extraerán los datos que consideren relevantes para la consolidación de la Psicología deportiva.</li> <li>3. Presentarla en clase.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material Bibliográfico</li> <li>- Repositorio UABC para la creación de líneas del tiempo.</li> </ul>	2 horas
2	Mapa mental	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El docente dividirá al grupo en equipos.</li> <li>2. Partiendo de los datos obtenidos y consultas Bibliográficas, los alumnos plasmarán los datos relevantes sobre la historia y consolidación de la Psicología Deportiva.</li> <li>3. Presentar sus mapas en clase.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material Bibliográfico.</li> </ul>	2 horas
3				
<b>UNIDAD II</b>				
4	Entrevista	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dividir al grupo en tercias.</li> <li>2. Diseño de guion de entrevista para aplicarlo a un entrenador.</li> <li>3. Realizar la entrevista.</li> <li>4. Presentar los resultados por escrito y ante grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guion de Entrevista.</li> <li>- Cuaderno, pluma.</li> <li>- Cañón, laptop.</li> </ul>	3 horas
5	Planificación	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dividir el grupo en binas</li> </ol>		

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Identificación de las diferentes etapas de un período de entrenamiento</li> <li>3. Identifica las cualidades volitivas requeridas por etapa de la periodización.</li> <li>4. Exposición de las etapas</li> </ol>		
<b>UNIDAD III</b>				
6	Experimentando los sentidos.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se conforman grupos de 5 personas.</li> <li>2. Se le asignan un sentido a cada persona.</li> <li>3. Cada integrante experimentará un sentido y compartirá con sus compañeros el sentido que más le agrada.</li> <li>4. En equipo jerarquizan los sentidos con base a sus preferencias.</li> <li>5. Comparten con el grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material que estimule los cinco sentidos del ser humano (gusto, oído, olfato, tacto y vista).</li> <li>- Cuaderno y lápiz.</li> </ul>	2 horas
7	Registro Senso-percepción	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se conforman grupos de 3 personas.</li> <li>2. Se dividen funciones de registro, cuestionamiento y elaboración de ejercicio.</li> <li>3. Cada integrante seleccionará una actividad en donde podrá estimular sus diferentes sentidos.</li> <li>4. Elaborarán por medio de esta actividad la conciencia de la senso-percepción.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Plantilla con formato de registro para el proceso de la senso-percepción.</li> <li>- Lápiz o pluma.</li> <li>- Implementos para la elaboración de la actividad elegida.</li> </ul>	2 horas
8	Propioceptivos	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se conforman grupos en parejas.</li> <li>2. Se les entrega un papel al azar, en este mismo viene</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pañuelos.</li> <li>- Lista de ejercicios.</li> <li>- Registro de datos.</li> <li>- Lápiz o pluma.</li> </ul>	4 horas

		<p>el nombre de un ejercicio.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. cada integrante se venda los ojos con un pañuelo por turnos.</li> <li>4. El integrante con ojos vendados comienza a mencionar que partes de su cuerpo siente que está trabajando.</li> <li>5. El compañero que no está vendado lleva un registro.</li> </ol>		
<b>UNIDAD IV</b>				
9	Infografía	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide al grupo en equipos.</li> <li>2. Se sortean las variables psicológicas individuales y colectivas.</li> <li>3. Realizar una infografía con base a la variable psicológica que corresponde a cada equipo.</li> <li>4. Se presenta al grupo.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Laptop.</li> <li>- Cañón.</li> <li>- Material bibliográfico.</li> <li>- Repositorio UABC para la creación de infografías.</li> </ul>	2 horas
10	Documental variables psicológicas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide al grupo en tercias.</li> <li>2. Se consulta la bibliografía necesaria para identificar las variables psicológicas y su desarrollo en la práctica de la actividad física y/o el deporte.</li> <li>3. Realiza un video donde se incluya la importancia de su entrenamiento y una sugerencia para el desarrollo positivo de cada una.</li> <li>4. Se presenta el video ante</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material bibliográfico</li> <li>- Computadora</li> </ul>	2 horas

		grupo.		
11	Elaboración de página Google Site	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se integran equipos para el desarrollo de los Temas de mínimo 2 alumnos máximo 4.</li> <li>2. Los temas de las variables psicológicas se sortean para que trabajen en su investigación, integración y desarrollo.</li> <li>3. Los temas serán delimitados a la aplicación del deporte o la actividad física, la educación física o la recreación.</li> <li>4. Cada tema será integrado por equipo en un Google Site como propuesta de presentación.</li> <li>5. Se guía y supervisa en las sesiones para que cumplan los criterios previamente entregados en una rúbrica de elaboración.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Artículos de investigación mínimo 4, 2 Libros y 2 revistas, para material de apoyo</li> <li>- Internet</li> <li>- Google o su correo UABC</li> <li>- Rúbrica de contenido a desarrollar.</li> </ul>	2 horas
12	Seminarios de Variables Psicológicas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Con el material integrado y su Google site terminado, cada equipo lo utiliza como material para presentar</li> <li>2. Se programa el evento con formalidad para presentar en Google meet o zoom.</li> <li>3. Cada equipo tiene 15 min de presentación de su Google site y 5 min de preguntas y observaciones.</li> <li>4. La evidencia es su material terminado y exposición.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Google site</li> <li>- Internet</li> <li>- link de Meet o Zoom</li> <li>- Programa para el orden de exposición</li> </ul>	2 horas

UNIDAD V				
13	Registro de metas individuales y en conjunto. Seguimiento de las mismas.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide al grupo en equipos.</li> <li>2. En cada equipo tendremos a un entrenador y un asistente.</li> <li>3. A cada equipo se le asigna un deporte distinto.</li> <li>4. De acuerdo a una situación planteada por el maestro, el entrenador entregará un formato de metas Individuales a cada integrante del equipo y al obtener la información de estos tomará y analizará en conjunto cuáles serán nuestras metas en equipo a trabajar. Tiempo, medición y plan de acción (enfocados en metas SMART)</li> <li>5. Exponer frente al grupo sus datos y el plan de acción.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formato de registro de metas individuales.</li> <li>- Formato de registro de metas grupales</li> <li>- Pluma o lápiz.</li> </ul>	2 horas
14	Seguimiento de caso	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En equipos realizan la integración de atención de un caso real</li> <li>2. Entrevistan a un deportista, atleta o entrenador.</li> <li>3. Detectar las necesidades a intervenir (Variable psicología)</li> <li>4. Realizar diagnóstico a meta de intervención, objetivo y técnica a aplicar.</li> <li>5. Aplicar la técnica correspondiente a la variable psicológica detectada.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formato de entrevista y observación.</li> <li>- Rúbrica de integración de la actividad.</li> <li>- Laptop</li> <li>- Plataforma Meet o Blackboard Collaborate</li> </ul>	2 horas

		6. Se integra el material elaborado y video para presentación de integración de la experiencia y evidencias.		
<b>UNIDAD VI</b>				
15	Guía para utilizar el ejercicio para mejorar el estado de ánimo	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se divide el grupo en tercias.</li> <li>2. Se elabora una guía para establecer un procedimiento de práctica de ejercicio para mejorar el estado anímico.</li> <li>3. Se presenta esta guía frente a grupo</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material bibliográfico</li> <li>- Computadora</li> <li>- Lonas para cartel</li> </ul>	2 horas
16	Programa de grupos guiados	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se forman equipos para desarrollar un programa aplicable a un grupo de personas, deportistas y/o atletas.</li> <li>2. El programa contiene un inicio, un ejercicio de desarrollo y un cierre.</li> <li>3. Se determina el grupo elegido a aplicar el programa (mínimo 4 personas)</li> <li>4. Las sesiones son mínimo 3 y máximo de 5 sesiones</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formato del programa</li> <li>- Cronograma de aplicación</li> <li>- Laptop</li> </ul>	3 horas

## VII. MÉTODO DE TRABAJO

**Encuadre:** El primer día de clase el docente debe establecer la forma de trabajo, criterios de evaluación, calidad de los trabajos académicos, derechos y obligaciones docente-alumno.

### **Estrategia de enseñanza (docente):**

- El docente proporciona material de consulta e implementación de práctica, mediante herramientas tecnológicas como Classroom, Google Docs, entre otras.
- Guía y retroalimenta los aprendizajes logrados en las prácticas realizadas por los estudiantes.
- Utiliza estrategias de aprendizaje significativo enfocadas a la solución de problemas mediante la implementación de estudios de caso reales

### **Estrategia de aprendizaje (alumno):**

- El estudiante realiza actividades relacionadas con la identificación, comprensión.
- Participa de manera dinámica en clase y prácticas.
- Investiga de manera individual y grupal.
- Presenta ante el grupo los productos obtenidos a partir de las prácticas.
- Desarrolla una carpeta de evidencias en la que plasma la aplicación y análisis de los resultados de cada una de las prácticas.

## VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

### Criterios de acreditación

- Para tener derecho a examen ordinario y extraordinario, el estudiante debe cumplir con los porcentajes de asistencia que establece el Estatuto Escolar vigente.
- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio según Estatuto Escolar vigente.

### Criterios de evaluación

Exámenes teóricos: .....	20%
Prácticas.....	30%
○ Aplicación de técnicas de intervención psicológica.	
○ Bitácora de prácticas.	
○ Resolución de problemas.	
Trabajos de investigación y presentaciones.....	20%
Elaboración del programa de actividad física .....	40%
Participación en clase.....	10%
<b>Total</b> .....	<b>100%</b>

## IX. REFERENCIAS

Básicas	Complementarias
<p>García-Naveira, A y Cantón, E. (2020). Perfil profesional del psicólogo/a del deporte experto/a en esports. <i>Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico</i> (2020), 5, e13, 1-7 Recuperado de: Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico (2020), 5, e13, 1-7</p> <p>Keegan, R. (2015). <i>Being a sport psychologist</i>. Reino Unido: Macmillan International Higher Education.</p> <p>Morán, A. &amp; Toner J. (2017). <i>Psicología del Deporte</i>. México: El Manual Moderno.</p> <p>Cox, R. H., &amp; COX, R. (2008). <i>Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones</i>. Madrid España : Ed. Médica Panamericana.</p> <p>Jackson, S. A., &amp; Csikszentmihalyi, M. (2002). <i>Fluir en el deporte. Claves para las experiencias y actuaciones óptimas</i> (Vol. 70). Barcelona: Editorial Paidotribo. [clásica].</p> <p>Matilla, J.(2019). Neurociencia y entrenamiento en el deporte de alto rendimiento. <i>Rev.Ib.CC. Act. Fís. Dep.</i> 2019; 8(2): 79-90. Recuperado de: <a href="https://revistas.uma.es/index.php/riccafd/article/view/6698/6182">https://revistas.uma.es/index.php/riccafd/article/view/6698/6182</a></p> <p>Ramos, J. (2020). <i>Psicología del deporte. Entrenamiento mental para mejorar el rendimiento deportivo</i>. ISBN: 978-3-96633-427-3</p> <p>Tamorri, S. (2004). <i>Neurociencias y deporte. Psicología deportiva. Procesos mentales del atleta</i> (Vol. 70).</p>	<p>Aoyagi, M. W., Cohen, A. B., Poczwadowski, A., Metzler, J. N., &amp; Statler, T. (2018). <i>Models of performance excellence: Four approaches to sport psychology consulting</i>. <i>Journal of Sport Psychology in Action</i>, 9(2), 94-110.</p> <p>Carbajal, N. P., Rodríguez, J. L. T., Sánchez, J. C. J., Cuenca, L. T. R., &amp; Gómez, R. P. (2020). <i>Contexto social y su impacto en la personalidad resistente en deportistas mexicano universitarios</i>. <i>Cuadernos de Psicología del Deporte</i>, 20(2).</p> <p>García-Parra, N., González, J., &amp; de los Fayos, E. G. (2016). <i>Estado actual del estudio del síndrome de burnout en el deporte</i>. <i>Cuadernos de Psicología del Deporte</i>, 16(2), 21-28.</p> <p>Olmedilla, A; Sánchez-Aldeguer, M; Almansa, C; Gómez-Espejo V. y Ortega, E. (2018). Entrenamiento psicológico y mejora de aspectos psicológicos relevantes para el rendimiento deportivo en jugadoras de fútbol. <i>Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico</i> (2018), 3, e8, 1-11 Recuperado de: <a href="https://www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org/archivos/articulo20180717144637.pdf">https://www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org/archivos/articulo20180717144637.pdf</a></p>

Barcelona: Editorial Paidotribo. [clásica].

Weinberg, R. S., &Gould, D. (2010). *Fundamentals of Sport Psychology and Physical Exercise*. Estados Unidos de Norteamérica: Ed. Médica Panamericana.[Clásica]

## **X. PERFIL DEL DOCENTE**

Licenciatura en psicología con 3 años de experiencia impartiendo clases en nivel superior y preferentemente en el área de la actividad física. Con habilidades de liderazgo, trabajo en equipo, comunicación asertiva. Actitud crítica, objetiva, de respeto y responsabilidad social.