

UNIVERSIDAD  
BERNARDO  
O'HIGGINS®

Subdirección de Educación  
Continua y Capacitación  
Dirección de Desarrollo



**Diplomado Estrategias  
Psicológicas Aplicadas a la  
Actividad Física y el Deporte**

## Fundamentación Técnica

La actividad físico-deportiva se ha transformado en un medio cada vez más relevante para fomentar la salud física y mental de la población, estimular una serie de beneficios a nivel psicosocial y proveer de experiencias que colaboren al desarrollo integral de las personas. Ello requiere de profesionales que comprendan la actividad físico-deportiva de una manera amplia y posean los recursos para intervenir en distintos contextos orientando esta actividad de una forma positiva. El presente diplomado persigue la entrega a profesionales ligados al área de una serie de recursos y estrategias para detectar, planificar e intervenir en realidades sociales e individuales para favorecer el óptimo aprovechamiento de la experiencia deportiva.

## Objetivo General

Adquirir un conocimiento profundo de los fundamentos teórico-científicos de la planificación, aplicación y evaluación del entrenamiento en la actividad física y el deporte, desarrollando habilidades para detectar y analizar las principales variables psicológicas implicadas. Además, se busca dotar a los participantes de recursos metodológicos y estrategias de intervención práctica aplicables en diversos contextos deportivos, tanto a nivel individual como colectivo.

## Desarrollo de la Actividad

170 horas cronológicas, en modalidad E-Learning.

Plan de Estudio		Modalidad	Duración
I	Bases psicológicas de la actividad física	E-Learning	30 horas
II	Habilidades psicológicas en deportes individuales	E-Learning	70 horas
III	Habilidades psicológicas en deportes colectivos	E-Learning	70 horas

## Dirigido a

Psicólogos, Deportistas, Profesores de educación física, Entrenadores deportivos, Preparadores físicos, Profesionales de la salud: Médicos, nutricionistas, kinesiólogos.

## Metodología de Estudio



Clases E-Learning (Asincrónico)



Discusión de textos científicos



Estudios de casos



Foro y Zoom a través de la plataforma

## Requisitos de Aprobación

Para aprobar el diplomado, el alumno debe cumplir con lo siguiente:

Aprobar cada módulo con nota mínima 4.0

- Prueba de contenidos: 30%
- Trabajo de investigación teórica: 30%
- Desarrollo de proyecto de intervención: 40%

## Contenido

### MÓDULO I: INTRODUCCIÓN AL ESTUDIO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA

- Antecedentes generales: actividad física y deportiva en Chile
- Deporte y salud
- Entrenamiento deportivo
- Ciencias del deporte
- Nociones básicas de psicología del deporte: historia, definición, preparación psicológica.

### MÓDULO II: HABILIDADES PSICOLÓGICAS EN DEPORTES INDIVIDUALES

- Intervención en procesos actitudinales y motivacionales
- Intervención en procesos atencionales
- Intervención en procesos cognitivos: toma de decisiones
- Intervención en procesos afectivos: emociones, ansiedad
- Intervención en situaciones especiales: lesiones y deporte adaptado.

### MÓDULO III: HABILIDADES PSICOLÓGICAS EN DEPORTES COLECTIVOS

- Habilidades psicológicas en el manejo de grupos deportivos.
- Habilidades psicológicas aplicadas a la comunicación en equipos.
- Habilidades psicológicas aplicadas a procesos grupales: cohesión y roles.
- Habilidades psicológicas asociadas al liderazgo.

## Ficha Técnica

Matrícula
\$100.000

Arancel
\$900.000

Duración
170 horas

## Descuentos

- 10% Exalumno cursos UBO.
- 15% Exalumno diplomas UBO.
- 20% Exalumno pregrado / magister UBO.
- 20% Funcionarios públicos.

**Los descuentos no son acumulables.**  
Consulte por otros descuentos y modalidades de pago.

Todos los programas están sujetos, en cuanto a su apertura y fecha de inicio, al logro de la matrícula mínima requerida.

La Universidad Bernardo O'Higgins se reserva el derecho de hacer modificaciones en cuanto cuerpo docente y calendarización de los programas. Los cursos y diplomados no generan grado académico.



Subdirección de Educación  
Continua y Capacitación  
Dirección de Desarrollo

**capacitacion@ubo.cl / +56 224772222**

General Gana 1702, Edificio Rondizzoni I, Santiago



/uboeducacioncontinuycapacitacion



/uboeducacion



/company/ubo-educación-continua-y-capacitación

