



Curso

Integración del entrenamiento psicológico al entrenamiento deportivo



Conoce más sobre el curso

En el deporte uno de los mayores retos es la optimización del tiempo y procesos de entrenamiento de entrenamiento y los metodólogos y entrenadores son por lo tanto quienes tienen la capacidad para lograrlo. Esto incluye el entrenamiento psicológico de los deportistas, sin embargo este entrenamiento continuo y especializado implica altos costos, por ende capacitar a los entrenadores para el trabajo interdisciplinario con los psicólogos del deporte con el fin de integrar e identificar momentos y oportunidades para el entrenamiento de habilidades psicológicas en las actividades deportivas y de entrenamiento diario representará para ellos una oportunidad de optimización del entrenamiento de manera integral e interdisciplinaria.



Dirigido a

- ▶ Entrenadores deportivos y Psicólogos deportivos
-



Horario:

Miércoles y viernes de 6:00 p. m. a 9:00 p. m.

- ▶ **Inicio de clases:**
julio 22, 2026
- ▶ **Finaliza:**
agosto 28, 2026

Módulo

Temas

01

Introducción a la psicología del deporte

- Definición y objetivos de la psicología del deporte
- Habilidades psicológicas básicas en deporte

02

Planificación del entrenamiento deportivo

- Etapas de la planificación del entrenamiento
- Estrategias para la programación del entrenamiento atendiendo a la interconexión de las cargas

03

Fatiga psicológica

- Periodización cognitiva y carga mental
- Fatiga y recuperación mental

04

Integración de la planificación del entrenamiento psicológico al deportivo

- Diagnóstico y caracterización psicológica
- Planificación del Entrenamiento psicológico



División de Educación
Continuada



Inscríbete al programa aquí

División de Educación Continua
Teléfono móvil: 317 399 08 43
E-mail: educacion.continuada@unbosque.edu.co
Cr. 7 B bis # 132 - 28 Edificio Hub iEX
Bogotá, Colombia