XV CONGRESO NACIONAL
PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE
Y I ENCUENTRO INTERNACIONAL
ENTRENAMIENTO MENTAL EN EL DEPORTE

Hacia una gestión mental óptima en el deporte moderno
VALENCIA, 30 MARZO - 2 ABRIL 2016

Trabajo del departamento de psicología en el C.F San José

ROCÍO CHICO

ORGANIZA

F.E.P.D. Federación Española de Psicología del Deporte

A.P.E.C.V.A. 30 anys — ASSOCIACIÓ DE PSICOLOGIA DE L'ESPORT DE LA COMUNITAT VALENCIANA

MÁSTER GESTIÓN DE EMPRESAS DEPORTIVAS UPV

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

El departamento

DOS PILARES

- FILOSOFÍA
- VALORES

ORGANIGRAMA

Coordinadora → Psicóloga deportiva → Practicum

Queremos ofrecerte una experiencia deportiva de Calidad

Programa de juego limpio

Normativa interna.

Sanciones.

Re-educación de comportamientos inadecuados en situaciones de entrenamiento o partido por parte del departamento.

FUNDACIÓN DEPORTIVA MUNICIPAL VALENCIA

¿Qué hacemos?

<u>Entrenadores</u>

Entrevistas de selección con evaluación del perfil de entrenador

Observación de comportamiento en la interacción con los jugadores en entrenamientos y partidos

Feedback de la observación

Formación en valores de la Escuela (programa juego limpio), clima motivacional, habilidades psicológicas básicas

Apoyo individual ante dificultades con jugadores o con el equipo.

¿Cómo observamos?

CBAS

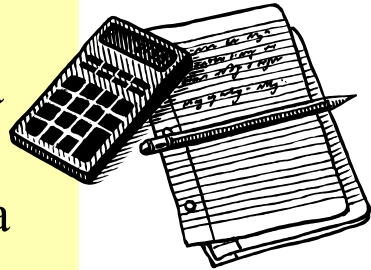
•DELANTE DE LOS ACIERTOS:

1. Reforzamiento
2. No reforzamiento

• ANTE MALOS COMPORTAMIENTOS

8. Mantener el control
9. Perder el control
10. Ignorarlo

- DELANTE DE LOS ERRORES:
  3. Ánimo al error
  4. Instrucción técnica positiva
  5. Castigo
  6. Instrucción técnica punitiva
  7. Ignorar el error



			Marcar cada ocurrencia	Total	% sobre total
Conductas reactivas	Aciertos/esfuerzo	Reforzamiento positivo			
		No reforzamiento			
	Errores	Ánimo contingente al error			
		Instrucción técnica continente al error			
		Castigo			
		Instrucción técnica punitiva			
		Ignorar los errores			
	Disruptivas	Mantener el control			
Conductas espontáneas	Relacionadas con el juego	Instrucción técnica general			
		Animo general			
		Organización general			
	Irrelevantes al juego	Comunicación general			
Observaciones					

Formación

Puesta en común de la propia experiencia.

Teoría de las metas-logro.

Teoría de la auto-determinación.

Clima motivacional.

Herramientas a utilizar.

Vídeos y actividades.

¿Qué hacemos?

<u>Jugadores</u>

Formación en valores de la Escuela (programa juego limpio)

Formación en habilidades psicológicas

Apoyo psicológico individual y/o grupal

Re-educación de comportamientos inadecuados en situaciones de comportamientos o partidos.

¿Qué hacemos?

<u>Madres y padres</u>
Formación en valores de la Escuela (programa juego limpio)

Observación durante partidos de su comportamiento

XV CONGRESO NACIONAL
PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE
Y I ENCUENTRO INTERNACIONAL
ENTRENAMIENTO MENTAL EN EL DEPORTE

¿Cómo observamos?

Equipo
Fecha

Entrenador

	Arbitro	Aficionados del equipo contrario	Jugadores del equipo	Entrenadores	**Total**	**% Sobre total**
Animar						
Instrucciones						
Recriminar						
Total						
% Sobre total						

RECOMENDACIONES PARA LOS PADRES

1 Ayudaré a que mi hijo realice deporte

2 Colaboraré en la medida de mis posibilidades con la institución en la que está mi hijo

3 Entenderé que la actividad que realiza mi hijo no es igual a la que realizan los profesionales del mismo deporte. Es un juego y los participantes -niños- están aprendiendo (inclusive los árbitros y los entrenadores)

4 Intentaré que el niño entienda el deporte como un juego y que se lo pase bien, apoyándolo en los momentos difíciles y disfrutando con él de las alegrías

5 No suplantaré el papel del entrenador

6 No presionaré al árbitro o juez

7 No entenderé que derrota es fracaso y éxito es victoria. Valoraré la evolución de mi hijo independientemente del resultado

8 Entenderé que la derrota es una parte del juego y sabré 'sacarle partido' como padre

9 No sobreprotegeré a mi hijo. La actividad deportiva es sana y las ventajas físicas que acarrea siempre son más beneficiosas que sus inconvenientes. Cualquier incidencia física la comentaré con un profesional

10 Si he de castigar no será eliminando la práctica del deporte, que supone la retirada del niño de una actividad formativa tutelada

11 Seré modelo de conducta en todas las actividades deportivas que realice con mi hijo

12 Atajaré siempre cualquier atisbo de violencia que pueda surgir

CLUB DE FUTBOL
SAN JOSE

C F S J

GRACIAS POR SU ATENCIÓN