

**SÍLABO POR COMPETENCIAS**

ASIGNATURA: SOCIOLOGÍA Y PSICOLOGÍA DEPORTIVA

DOCENTE: MEZA SANTILLAN, JUAN JAIME

**I. DATOS GENERALES**

- 1. Departamento Académico** : Ciencias de la Educación y Tecnología Educativa.
- 2. Área Curricular** : Estudios de especialidad
- 3. Línea de Carrera** : Promoción y rehabilitación de la salud
- 4. Requisito** : Cultura física terapéutica.
- 5. Código de asignatura** : 455
- 6. Horas** : Totales 64 (32 práctica, 32 teoría), semanal 02 teoría y 02 práctica.
- 7. Créditos** : Tres (03)
- 8. Ciclo Académico** : VIII
- 9. Grupos o Secciones** : Única
- 10. Semestre Lectivo** : 2025-II, Inicio 08/09/2025 culmina clases el 26/12/2025 (16 semanas).
- 11. Correo electrónico** : [jmeza@unjfsc.edu.pe](mailto:jmeza@unjfsc.edu.pe)
- 12. Teléfono** : 965 766 804 (Claro).

**II. SUMILLA Y DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA**

La asignatura corresponde al área de Especialidad y en la línea de carrera a Promoción y Rehabilitación de la Salud, de carácter teórico práctico; se propone desarrollar la sociología deportiva y la psicología deportiva; por un lado, la comprensión del significado y funciones atribuidas a la naturaleza socio cultural del deporte y sus múltiples dimensiones ideológicas, políticas y socioeconómicas y culturales, con una visión crítica y reflexiva de dichos fenómenos; abarca los siguientes contenidos: la evolución histórica del deporte en relación con lo económico social; la socialización a través del deporte y el desarrollo de valores en niños, las normas morales y la ética de los participantes en el espectáculo deportivo.

Por otro lado, la descripción y el análisis de las características del comportamiento del deportista durante el entrenamiento deportivo y las competencias, orientando su seguridad emocional, neutralizando las inhibiciones y agresividad latente en una realidad psicosocial; comprende los contenidos siguientes: fundamentos y aportes de la psicología aplicada al deporte; el análisis, interpretación y reflexión de los casos reales en el ámbito deportivo y sus diferencias en los deportes practicados.

**III. COMPETENCIAS AL FINALIZAR LA ASIGNATURA**

- 1.** Comprende los aspectos sociológicos que intervienen en la Actividad Física y del Deporte desde una perspectiva innovadora y aplicada; con parámetros básicos: cognitivo; psicomotriz o afectivo.
- 2.** Analiza e investiga con estudios de casos, las características psicológicas de los atletas antes, durante y después de las competiciones en cada deporte.

#### IV. CAPACIDADES

N° UNIDAD	CAPACIDADES DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	NOMBRE DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	SEMANAS
I	Comprende el significado y funciones atribuidas a la naturaleza socio – cultural del deporte y sus múltiples dimensiones, ideológicas, políticas, económicas y de consumo comunicativo y de espectáculos organizativo escolar u ocupacional.	Lo socio cultural del deporte. <b>De 08 setiembre a 03 de octubre</b>	<b>1, 2, 3 Y 4</b>
II	Orienta el actuar con pleno compromiso ético y demuestra capacidad de trabajo en equipo. (sociología del deporte).	El compromiso ético y el trabajo de equipo. <b>De 06 a 31 octubre</b>	<b>5, 6, 7 y 8</b>
III	Analiza y debate la conducta y las vivencias en el marco de la vida de los actores de las actividades físicas y deportivas. (psicología del deporte).	La vida diferencial de un deportista. <b>De 03 a 28 noviembre</b>	<b>9, 10, 11 y 12</b>
IV	Analiza las características psicológicas de los atletas antes, durante y después de las competiciones deportivas. (psicología del deporte).	Los cambios psicológicos en las competiciones. <b>De 01 a 26 diciembre</b>	<b>13, 14, 15, 16 Total: 64 hrs.</b>

#### V. DESARROLLO DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS.

Semana	Contenidos			Estrategia didáctica	Indicadores de logro de la capacidad	
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal			
	<b>CAPACIDAD DE UNIDAD DIDÁCTICA I:</b> Comprende el significado y funciones atribuidas a la naturaleza socio cultural del deporte y sus múltiples dimensiones, ideológicas, políticas, económicas y de consumo comunicativo y de espectáculos organizativo escolar u ocupacional.					
<b>Unidad Didáctica I: Lo socio cultural del deporte.</b>	<b>1</b>	Presentación del sílabo, Concepto de sociedad, cultura y deporte. Origen y evolución histórica. Teorías sociológicas aplicadas al deporte.	Análisis de la estructura social del deporte y escenarios de comprobación sociológica; interpreta fenómenos sociales, relacionando la sociología con otras ciencias.	Demuestra actitud proactiva en conocer sobre sociología del deporte.	Exposición dialogada, explorando conocimiento previo.  El debate y defensa de opiniones. Panel de discusión. Estudio de casos. <b>Examen de Módulo I</b>	Analiza la evolución del deporte y su incidencia en el desarrollo económico y social de un país; y reflexiona críticamente la participación activa de los deportistas en el contexto.
	<b>2</b>	El ingreso del deporte en el desarrollo económico de un país.	Análisis de la llamada industria del deporte y la participación de la población.	Compromiso de investigar la incidencia del deporte en la economía de un país y en pandemia.		
	<b>3</b>	Interpreta la relación entre deporte y cultura. Analiza la influencia mediática. Promueve la equidad y la inclusión.	Análisis del deporte como fenómeno cultural; los Medios de comunicación y deporte; la identidad cultural, género y diversidad.	<b>Examen del Módulo I</b>		
	<b>4</b>	<b>Examen del Módulo I</b>	<b>Examen del Módulo I</b>			
<b>EVALUACIÓN DE UNIDAD DIDÁCTICA I</b>						
<b>EVIDENCIA DE CONOCIMIENTOS</b>		<b>EVIDENCIA DE PRODUCTO</b>		<b>EVIDENCIA DE DESEMPEÑO</b>		
Resuelve cuestionario en prueba oral: Evidencias de la sociología en el deporte y el impacto de la pandemia post COVID-19 en el deporte.		Reporte de datos estadísticos de la industria del deporte y situación de deportistas post COVID-19.		Expone resultante del análisis e investigación de lo desarrollado.		

<p>❖ <b>Programación de evaluaciones del presente MÓDULO I: Del 29 setiembre a 03 octubre 2025 (4ta. Semana).</b></p> <p>❖ <b>Ingreso y publicación de notas en intranet: De 06 al 12 de octubre de 2025.</b></p>						
<b>Unidad Didáctica II: El compromiso ético y el trabajo de equipo.</b>	<p><b>CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA II:</b> Orienta el actuar con pleno compromiso ético y demuestra capacidad de trabajo en equipo en la promoción de la cultura física</p>					
	<b>semana</b>	<p align="center"><b>Contenidos</b></p>			<p align="center"><b>Estrategia didáctica</b></p>	<p align="center"><b>Indicadores de logro de la capacidad</b></p>
		<p><b>Conceptual</b></p>	<p><b>Procedimental</b></p>	<p><b>Actitudinal</b></p>		
	<p><b>5</b></p>	<p>La orientación ética en el sistema educativo y deportivo del Perú respecto al deporte y educación física.</p>	<p>Analiza crítica y reflexiva las prioridades educativas del gobierno y actitud de profesores.</p>	<p>Muestra esfuerzo y colaboración en sustentar su posición.</p>	<p>Lluvia de ideas, diálogo e ilustraciones.</p>	<p>Con esfuerzo y colaboración de equipo logran consensuar el compromiso ético para mejorar la presencia de la cultura física en el Perú.</p>
	<p><b>6</b></p>	<p>Las ideas y actuación de PP.FF. respecto a las clases de educación física y los deportes en el Perú.</p>	<p>Analiza e identifica el pensamiento de los PP.FF. en torno a la educación física y el deporte</p>	<p>Muestra esfuerzo y colaboración en sustentar su posición.</p>	<p>Panel de discusión y trabajo cooperativo.</p>	
	<p><b>7</b></p>	<p>La masificación de la cultura física y sus elementos, y el compromiso ético de los cultores físicos.</p>	<p>Identifica las limitaciones y fortalezas en el compromiso ético de los cultores físicos.</p>	<p>Muestra esfuerzo y colaboración en sustentar su posición.</p>	<p>Panel de discusión y trabajo cooperativo.</p>	
	<p><b>8</b></p>	<p><b>Examen Módulo II.</b></p>	<p><b>Examen Módulo II.</b></p>	<p><b>Examen Módulo II.</b></p>	<p><b>Examen Módulo II</b></p>	
	<p><b>EVALUACIÓN DE UNIDAD DIDÁCTICA II</b></p>					
	<p align="center"><b>EVIDENCIA DE CONOCIMIENTOS</b></p>		<p align="center"><b>EVIDENCIA DE PRODUCTO</b></p>		<p align="center"><b>EVIDENCIA DE DESEMPEÑO</b></p>	
	<p>Intervenciones orales respondiendo los desafíos planteados sobre el reto de contribuir al posicionamiento de la cultura física y sus elementos constitutivos.</p>		<p>Presentan su contribución al posicionamiento de la cultura física y sus elementos constitutivos</p>		<p>Con mucho esfuerzo colaborativo elaboran y formulan su contribución al posicionamiento.</p>	
<p>❖ <b>Programación de evaluaciones del presente MÓDULO II: Del 27 al 31 de octubre 2025 (8va. Semana).</b></p> <p>❖ <b>Ingreso y publicación de notas en intranet: Del 03 a 09 de noviembre de 2025.</b></p>						
<b>Unidad Didáctica III: Vida diferente del deportista</b>	<p><b>CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA III:</b> Analiza y debate la conducta y las vivencias en el marco de la vida de los actores de las actividades físicas y deportivas.</p>					
	<b>semana</b>	<p align="center"><b>Contenidos</b></p>			<p align="center"><b>Estrategia didáctica</b></p>	<p align="center"><b>Indicadores de logro de la capacidad</b></p>
		<p><b>Conceptual</b></p>	<p><b>Procedimental</b></p>	<p><b>Actitudinal</b></p>		
	<p><b>9</b></p>	<p>Define e identifica los fundamentos y el objeto de Estudio de la psicología deportiva.</p>	<p>Identifica el objeto de estudio de la psicología deportiva desde su desarrollo histórico, con los diferentes roles, especialidades, enfoques, tipos y niveles de intervención.</p>	<p>Participa analizando los aportes e importancia de la psicología.</p>	<p>Panel de discusión y trabajo cooperativo.</p>	<p>Con esfuerzo y colaboración de equipo logran entender la importancia de la psicología en El entrenamiento Deportivo.</p>
<p><b>10</b></p>	<p>Identifica la preparación psicológica como componente del entrenamiento deportivo valora su rendimiento.</p>	<p>Analiza la incidencia de la preparación psicológica en los componentes del entrenamiento.</p>	<p>Participa analizando los componentes.</p>	<p>Panel de discusión y trabajo cooperativo.</p>		
<p><b>11</b></p>	<p>Las consideraciones para una correcta preparación psicológica deportiva.</p>	<p>Reconoce los pasos para una correcta preparación psicológica deportiva.</p>	<p>Muestra esfuerzo en aprender los pasos de preparación.</p>	<p>Aprendizaje por Experimentación.</p>		

1	Examen de Módulo III	Examen de Módulo III	Examen de Módulo III	Ex. Módulo II		
2						
<b>EVALUACIÓN DE UNIDAD DIDÁCTICA III</b>						
<b>EVIDENCIA DE CONOCIMIENTOS</b>		<b>EVIDENCIA DE PRODUCTO</b>		<b>EVIDENCIA DE DESEMPEÑO</b>		
Identifica la valía de la preparación psicológica en el entrenamiento deportivo.		Seleccionan los aportes más relevantes de la psicología para su gestión como profesional del deporte y la educación física.		Expone resultante de la identificación y selección de los aportes de la psicología deportiva.		
❖ <b>Programación de evaluaciones del presente MÓDULO III: Del 24 a 28 de noviembre de 2025 (12va. Semana).</b>						
❖ <b>Ingreso y publicación de notas en intranet: Del 01 a 07 diciembre de 2025.</b>						
<b>CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA IV:</b> Analiza las características psicológicas de los atletas antes, durante y después de las competiciones deportivas.						
<b>Unidad Didáctica IV: Los cambios psicológicos en las competiciones.</b>	<b>Contenidos</b>			<b>Estrategia didáctica</b>	<b>Indicadores de logro de la capacidad</b>	
	<b>Conceptual</b>	<b>Procedimental</b>	<b>Actitudinal</b>			
	<b>1 3</b>	Las variables del rendimiento deportivo, la motivación, la autoconfianza y la actitud.	Identifica las variables psicológicas del rendimiento deportivo.	Muestra esfuerzo y colaboración	Lluvia de ideas, diálogos	La actitud proactiva en seleccionar esencia de la preparación psicológica
	<b>1 4</b>	La preparación psicológica competitiva y estudios de casos reales. Parte 1.	Realiza el proceso inicial de la preparación psicológica competitiva.	Muestra esfuerzo y colaboración en sustentar su posición.	Panel de discusión y trabajo cooperativo.	
	<b>1 5</b>	La preparación psicológica competitiva y estudios de casos reales. Parte 2.	Diferencia las características de los deportes para aplicar la preparación psicológica.	Muestra esfuerzo y colaboración en sustentar su posición.	Panel de discusión y trabajo cooperativo.	
	<b>1 6</b>	<b>Examen de Módulo IV</b>	<b>Examen de Módulo IV</b>	<b>Examen Módulo IV</b>	<b>Examen de Módulo IV</b>	
	<b>EVALUACIÓN DE UNIDAD DIDÁCTICA IV</b>					
	<b>EVIDENCIA DE CONOCIMIENTOS</b>		<b>EVIDENCIA DE PRODUCTO</b>		<b>EVIDENCIA DE DESEMPEÑO</b>	
Explica lo esencial de la preparación psicológica competitiva.		Elabora una propuesta considerando las variables del rendimiento.		Logra tener una actitud proactiva para seleccionar las variables los estudios de casos.		
❖ <b>Programación de evaluaciones del MÓDULO IV: Del 22 a 26 diciembre 2025 (16a. Semana) Completa 64 horas</b>						
❖ <b>Ingreso y publicación de notas en intranet Del 27 al 30 de diciembre 2025.:</b>						

## VI. INDICADORES DE CAPACIDADES AL FINALIZAR LA ASIGNATURA

NÚMERO	INDICADORES DE CAPACIDAD AL FINALIZAR EL CURSO
1	Analiza reflexivamente el ingreso a la base económica de la industria del deporte.
2	Analiza el marco de relaciones que tienen lugar entre el deporte y las sociedades actuales.
3	Comprende la relación entre la práctica deportiva y las diferentes características sociales en las personas (clases sociales y géneros).
4	Analiza la cultura física, el deporte y el modo de vida en tiempos de post pandemia COVID-19.
5	Identifica los fundamentos de la psicología deportiva.
6	Analiza la importancia de los aportes de la psicología deportiva.
7	Reflexiona y demuestra actitud proactiva en el conocimiento de la psicología deportiva.
8	Interpreta y reflexiona de los casos reales en el ámbito deportivo y sus diferencias en los deportes practicados.

## VII. MATERIALES EDUCATIVOS Y OTROS RECURSOS DIDÁCTICOS

MEDIOS ESCRITOS	MEDIOS VISUALES Y ELECTRÓNICOS	MEDIOS INFORMÁTICOS
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Materiales impresos: Separatas, guías didácticas.</li> <li>2. Libros y Revistas</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Materiales de audio y video</li> <li>2. Pizarra digital.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Plataformas educativas y sitios web, YouTube, claro sport.</li> <li>2. Laptop y simiares.</li> </ol>

## VIII. EVALUACIÓN

La evaluación será de acuerdo al Reglamento Académico General aprobado con Resolución de Consejo Universitario N°0055-2024-CU-UNJFSC y modificación RCU 0889-2024-CU-UNJFSC.

La evaluación que se propone será por Unidad Didáctica y debe responder a la Evidencia de Conocimientos, Evidencia de Producto y Evidencia de Desempeño.

### 8.1. EVIDENCIA DE CONOCIMIENTOS (el saber y saber cómo o su aplicación); criterios:

Comprensión de conceptos y teorías. Las pruebas orales y escritas, pruebas objetivas, pruebas de ensayo u otras; y las prácticas calificadas.

### 8.2. EVIDENCIA DE PRODUCTO (el hacer o logros de aprendizaje); criterios:

Ejecución de procedimientos y técnicas para desarrollar una actividad real.

Observación: Pruebas, escalas de observación, estudios de casos, diarios (portafolios). Utilizamos instrumentos como Lista de Cotejo con indicadores de logro, así también la Escala de Evaluación con una evaluación graduada a través de escalas.

### 8.3. EVIDENCIA DE DESEMPEÑO (el mostrar cómo o demuestra cómo); criterios:

Evaluación en el desarrollo de clases (asistencia, puntualidad, presentación personal, trabajo en equipo, participación en clase, exposiciones, participación en actividades deportivas, culturales y de compromiso social). Son ilustraciones y actuaciones.

La observación se aplica para recolectar las evidencias en entornos simulados, aplicándose las siguientes pruebas:

Pruebas de desempeño: Son actividades de realizaciones que se proponen para que integre los “saberes” adquiridos en los niveles previos, para demostrar la capacidad de integrar y aplicarlos para actuar con competencia.

Los Proyectos: Ejecución de procesos para obtener resultados específicos, aplicación de conocimientos y habilidades en la solución de problemas y el logro de objetivos.

### 8.4. EVALUACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS O MÓDULOS.

Evaluación de Módulo por cada unidad didáctica: Todas las unidades didácticas serán evaluadas en los tres componentes con un puntaje de 00 a 20 obteniéndose (03) notas.

Evidencia de conocimiento (EC) = 0.30 o 30%

Evidencia de producto (EP) = 0.35 o 35%

Evidencia de desempeño (ED) = 0.35 o 35%

A las notas anteriores se les aplicará los porcentajes indicados en la siguiente tabla hasta 100%.

Unidad didáctica	Evidencia de conocimiento 30%	Evidencia de productos 35%	Evidencia de desempeño 35%
I	EC1	EP1	ED1
II	EC2	EP2	ED2
III	EC3	EP3	ED3
IV	EC4	EP4	ED4

Promedio por módulo (PM) = (ECn x 0.30 + EPn x 0.35 + EDn x 0.35)

**Promedio final (PF) = (PM1 + PM2 + PM3 + PM4) / 4**

**Requisitos de aprobación:**

- Rendir exámenes y presentar los trabajos en las fechas programadas.
- Asistencia a clases no menor al 70% de las actividades del curso

## IX. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIA WEB.

### UNIDAD DIDÁCTICA I

1. García, M. (1991) Los españoles y el deporte. Un análisis sociológico. Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid.
2. Robi, R. (2001) La cultura física como ciencia. Un punto de partida. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, N° 38, 2001. <http://www.efdeportes.com/efd38/ciencia.htm>
3. Ruggio, G. (2011). El deporte y la educación física: influencia social y cultura del hombre. *Revista Digital*. Buenos Aires - Año 16 - N° 158 - Julio de 2011. <http://www.efdeportes.com/>
4. Arévalo, G. (2018, 14 de abril). El deporte en el Perú: análisis y propuestas. El caso del fútbol [efdeportes.com]. <http://www.efdeportes.com/efd49/peru.htm>
5. Navarro, A. (2002). El deporte en el Perú: análisis y propuestas. *Revista digital – Buenos Aires*. <http://www.efdeportes.com/efd49/peru.htm>

### UNIDAD DIDÁCTICA II

1. De La Torre, C. & Oviedo, J. (2018). Tesis de grado. Política para impulsar el desarrollo del deporte de alto rendimiento. Universidad San Ignacio de Loyola. Lima
2. Fernández, J. (2009). La importancia de la educación física en la escuela. *Revista digital* <http://www.efdeportes.com/efd130/la-importancia-de-laeducacion-fisica-en-la-escuela.htm>
3. Pérez, R. (2015). Sociología del deporte: Teoría y práctica. Buenos Aires: Miño y Dávila.

### UNIDAD DIDÁCTICA III

1. Garcia Ucha, F. (2004). Psicología deportiva. Lima. UP San Marín de Porres.
2. Garry, L (2014). Psicología deportiva. Guía práctica conductual. México. Grijaldo.
3. Cagigal, JM. (2008). Psicología aplicada al deporte. Lima. UP San Marín de Porres.
4. Maureira, Fernando (2018). Principios de Neuroeducación física. España. Edit. Bubok Publishing SL.

#### UNIDAD DIDÁCTICA IV

1. Lawther, J. (2006). Psicología del entrenamiento deportivo. Buenos Aires:Paidos.
2. Morinaga, T. (2014). ¿Cómo preparar psicológicamente al deportista? Lima: San Marcos.

#### X. PROBLEMAS QUE EL ESTUDIANTE RESOLVERÁ AL FINALIZAR EL CURSO.

Las perspectivas del deporte como una industria del futuro.
Disminuir el impacto negativo de la pandemia COVID-19 contra la práctica masiva deportiva.
Afianzar el Diagnóstico situacional y contextual ambiental con el aporte de la Sociología y Psicología deportiva en la Planificación curricular (programación anual y de Períodos con Unidades Didácticas).
Recuperar el terreno perdido en el sistema educativo, respecto a la educación física y el deporte
Como convencer el ingreso mayoritario de la psicología del deporte en los representativos regionales y provinciales

Huacho, setiembre 01 de 2025.



Universidad Nacional "José Faustino Sánchez Carrión"

.....  
**M(o) Meza Santillan, Juan Jaime**  
**DNU 239**  
**CPPe 0215615228**