ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Motivación en el Deporte: Teorías, Clima Motivacional y Estrategias para el Compromiso y la Adherencia del Deportista

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Curso de Formación Permanente en Motivación en el Deporte: Teorías, Clima Motivacional y Estrategias para el Compromiso y la Adherencia del Deportista de ICUFOR te permitirá adquirir una visión integral sobre los procesos motivacionales que influyen en el rendimiento y bienestar de los deportistas. La motivación constituye un pilar fundamental para entender por qué algunos atletas persisten ante la adversidad mientras otros abandonan, por qué ciertos entornos potencian el disfrute y el crecimiento personal, y cómo los profesionales del deporte pueden intervenir eficazmente para optimizar estos procesos.

A lo largo del programa profundizarás en las teorías más relevantes del campo, desde la Teoría de la Autodeterminación hasta la Teoría de Metas de Logro, comprendiendo cómo aplicarlas en contextos reales.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos teóricos de la motivación deportiva, identificando sus componentes, dimensiones y tipologías, así como la interacción entre factores personales, situacionales y contextuales que configuran el proceso motivacional del deportista.

Analizar las principales teorías clásicas y contemporáneas de la motivación aplicadas al deporte, diferenciando sus postulados, mecanismos explicativos y ámbitos de complementariedad e integración.

Dominar la Teoría de la Autodeterminación y la Teoría de Metas de Logro, distinguiendo sus constructos nucleares —necesidades psicológicas básicas, continuo de regulación motivacional, orientaciones de meta y estados de implicación— y relacionándolos con el rendimiento y el bienestar del deportista.

Describir los procesos de establecimiento de metas y autorregulación motivacional, identificando las estrategias cognitivas, metacognitivas y de diálogo interno que optimizan la persistencia y el esfuerzo en la práctica deportiva.

Definir el concepto de clima motivacional y sus dimensiones, clasificando las conductas de entrenadores, padres y grupo de iguales que generan climas de implicación en la tarea o en el ego, así como sus consecuencias diferenciales sobre la motivación del deportista.

Fundamentar los modelos explicativos del compromiso deportivo, la adherencia a la práctica y el abandono, relacionando factores de atracción y restricción con el riesgo de burnout a lo largo de las distintas etapas de la carrera deportiva.

Objetivos del curso

Aplicar estrategias de intervención motivacional basadas en el modelo TARGET y en la Teoría de la Autodeterminación, diseñando actuaciones dirigidas a entrenadores, familias y deportistas que promuevan climas adaptativos y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.

Conocer los instrumentos cuantitativos, cualitativos y mixtos de evaluación de la motivación deportiva, utilizándolos de forma rigurosa en el diagnóstico de necesidades, el diseño de programas de intervención y la valoración de su eficacia y sostenibilidad.

Temario

01 Fundamentos de la psicología de la motivación aplicada al contexto deportivo

1.1. Concepto y naturaleza de la motivación: definiciones, componentes y características esenciales
1.2. Evolución histórica del estudio de la motivación en la psicología del deporte
1.3. Dimensiones y tipologías de la motivación en el ámbito deportivo
1.4. La motivación como proceso dinámico: interacción entre factores personales, situacionales y contextuales
1.5. Relación entre motivación, rendimiento deportivo y bienestar psicológico del deportista

02 Teorías clásicas y contemporáneas de la motivación en el ámbito deportivo

2.1. Panorama general de los marcos teóricos en motivación deportiva y criterios de clasificación
2.2. La teoría de la atribución causal y su aplicación a la interpretación del éxito y el fracaso deportivo
2.3. La teoría de la autoeficacia de Bandura aplicada al deporte
2.4. La teoría de la expectativa-valor y su influencia en las decisiones de participación deportiva
2.5. La teoría del flujo (flow) de Csikszentmihalyi y la experiencia óptima en el deporte
2.6. Integración, complementariedad y limitaciones de los marcos teóricos en la investigación motivacional actual

Temario

03 La Teoría de la Autodeterminación y la regulación motivacional en el deporte

3.1. Origen, fundamentos filosóficos y estructura general de la Teoría de la Autodeterminación
3.2. Las mini-teorías que componen la Teoría de la Autodeterminación y su aplicación deportiva
3.3. El continuo motivacional: de la amotivación a la motivación intrínseca
3.4. Satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas en el deporte
3.5. El modelo jerárquico de la motivación intrínseca y extrínseca de Vallerand
3.6. El papel del entrenador como agente facilitador o inhibidor de la autodeterminación del deportista
3.7. Secuencias motivacionales en el deporte: de los factores sociales a las consecuencias psicológicas
3.8. Evidencia empírica y aplicaciones de la Teoría de la Autodeterminación en diferentes contextos y niveles deportivos

Temario

04 La Teoría de Metas de Logro y las orientaciones motivacionales del deportista

4.1. Fundamentos conceptuales de la Teoría de Metas de Logro en el contexto deportivo
4.2. Orientaciones de meta disposicionales: orientación a la tarea y orientación al ego
4.3. Los estados de implicación motivacional situacional y su influencia en la conducta deportiva
4.4. Ampliaciones contemporáneas: el modelo 2x2 y el modelo 3x2 de metas de logro
4.5. Relación entre orientaciones de meta, creencias implícitas sobre la habilidad y bienestar del deportista
4.6. Puntos de convergencia e integración entre la Teoría de Metas de Logro y la Teoría de la Autodeterminación

05 Establecimiento de metas y procesos de autorregulación motivacional en el deporte

5.1. El establecimiento de metas como estrategia motivacional fundamental en el deporte
5.2. Procesos de autorregulación motivacional en el deportista
5.3. El papel de las creencias motivacionales en la autorregulación del deportista
5.4. Estrategias cognitivas y metacognitivas para la optimización de la motivación deportiva
5.5. El diálogo interno y la visualización como herramientas de autorregulación motivacional

Temario

06 El clima motivacional: conceptualización, dimensiones y agentes generadores

6.1. Concepto de clima motivacional y su importancia como variable contextual en el deporte
6.2. Tipos de clima motivacional: clima de implicación en la tarea y clima de implicación en el ego
6.3. El entrenador como principal agente generador del clima motivacional
6.4. El papel de los padres y la familia en la configuración del clima motivacional del joven deportista
6.5. Influencia del grupo de iguales y la dinámica de equipo en la percepción del clima motivacional
6.6. El clima motivacional en las estructuras organizativas de clubes e instituciones deportivas
6.7. Interacción entre los diferentes microclimas motivacionales y su efecto combinado sobre el deportista

Temario

07 El compromiso deportivo: modelos explicativos y factores determinantes

7.1. Conceptualización del compromiso deportivo: delimitación terminológica y dimensiones constitutivas
7.2. El Modelo de Compromiso Deportivo de Scanlan y colaboradores
7.3. Antecedentes individuales y contextuales del compromiso deportivo
7.4. El compromiso deportivo a lo largo de las diferentes etapas de la carrera deportiva
7.5. La pasión armoniosa y la pasión obsesiva como mediadores de la calidad del compromiso deportivo

Temario

08 La adherencia a la práctica deportiva y la prevención del abandono y el burnout

8.1. Conceptualización de la adherencia deportiva: definiciones, modelos explicativos y factores moduladores
8.2. Factores determinantes de la adherencia a la práctica deportiva
8.3. El abandono deportivo: magnitud del problema, tipologías y perfiles de riesgo
8.4. El síndrome de burnout en deportistas: etiología, manifestaciones clínicas y consecuencias
8.5. Estrategias preventivas frente al abandono y el burnout en la práctica deportiva
8.6. Particularidades de la adherencia en poblaciones específicas: deportistas recreativos, personas en rehabilitación y población sedentaria
8.7. Resiliencia y recuperación motivacional tras experiencias de abandono o agotamiento deportivo

Temario

09 Estrategias de intervención para la creación de climas motivacionales adaptativos

9.1. Principios rectores de la intervención motivacional en el contexto deportivo
9.2. El modelo TARGET como marco de referencia para la intervención sobre el clima motivacional
9.3. Estrategias derivadas de la Teoría de la Autodeterminación para el apoyo a las necesidades psicológicas básicas
9.4. Intervenciones motivacionales dirigidas a entrenadores: formación y desarrollo de competencias motivacionales
9.5. Intervenciones con padres y familias para la construcción de entornos motivacionales saludables y de apoyo
9.6. Integración de estrategias motivacionales en la planificación y periodización del entrenamiento deportivo
9.7. Adaptación de las estrategias motivacionales a diferentes contextos: deporte de base, competitivo y recreativo

Temario

10 Evaluación e instrumentos de medida de la motivación en el deporte

10.1. Principios generales y consideraciones metodológicas para la evaluación de la motivación deportiva
10.2. Instrumentos de evaluación cuantitativa de la motivación, el clima motivacional y el compromiso deportivo
10.3. Métodos cualitativos y mixtos para la evaluación en profundidad de la motivación deportiva
10.4. Criterios para la selección, administración e interpretación rigurosa de instrumentos de evaluación motivacional

11 Diseño, implementación y evaluación de programas de intervención motivacional en el deporte

11.1. Fases, componentes y requisitos del diseño de un programa de intervención motivacional en el deporte
11.2. Análisis de necesidades motivacionales: diagnóstico integral del contexto y de los agentes implicados
11.3. Formulación de objetivos y selección fundamentada de estrategias de intervención motivacional
11.4. Implementación del programa de intervención: aspectos logísticos, metodológicos y relacionales
11.5. Evaluación de la eficacia y la calidad del programa de intervención motivacional
11.6. Estudios de caso y líneas de futuro en la intervención motivacional aplicada al deporte

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06
Contenidos actualizados
Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07
El curso, por escrito
Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08
Autónomo, pero acompañado
Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09
Enseñanza adaptada
Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10
Estudio sencillo e intuitivo
Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

