



Guía Docente				
Datos Identificativos				2015/16
Asignatura (*)	Psicología da actividade física e do deporte	Código	620G01011	
Titulación				
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	2º cuatrimestre	Segundo	Formación básica	6
Idioma	CastelánGalego			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinación	Ezquerro García-Noblejas, María Milagros	Correo electrónico	mmilagro.ezquerro@udc.es	
Profesorado	Arda Suarez, Antonio Arias Rodríguez, Pablo Ezquerro García-Noblejas, María Milagros Fogelson , Noa	Correo electrónico	antonio.arda@udc.es pablo.arias.rodriguez@udc.es mmilagro.ezquerro@udc.es noa.fogelson@udc.es	
Web				
Descrición xeral	<p>La Psicología aplicada al Deporte y a la Actividad Física ofrece al estudiante una experiencia formativa, tanto desde el punto de vista académico como personal y profesional, desarrollando las competencias necesarias para que pueda aplicar los recursos psicológicos que corresponden, estrictamente, a su desempeño profesional, diferenciándolo del que concierne a los psicólogos.</p> <p>La Psicología estudia la conducta humana y los procesos implicados en ésta. A su vez, la conducta está en función del entorno físico y social que la enmarca y requiere la participación de múltiples sistemas fisiológicos.</p> <p>Por tanto, al estudiar la conducta en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva, es indispensable tomar en consideración las características del escenario en que se emite dicha conducta, así como la condición orgánica del individuo.</p> <p>La Psicología aplicada tiene como objetivo fundamental, utilizar el conocimiento científico desarrollado por esta disciplina para beneficiar a las personas, ayudándolas a lograr sus objetivos, modificando o implementando las variables que dificultan su funcionamiento óptimo.</p>			

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do título		
Conocer y comprender los principios de la Psicología científica y su aplicación a los contextos educativo, deportivo y de actividad física saludable	A15	B7 B12	C1 C6 C8
Saber diferenciar entre variables observables e inferidas y conocer las implicaciones científicas y prácticas de dicha diferenciación	A15	B7 B12 B16 B20	C1 C6
Saber hacer el análisis funcional de la conducta, estableciendo las interacciones entre las variables ambientales y personales implicadas en el comportamiento.	A15	B7 B20	C1 C6
Saber aplicarlo a diferentes casos			C8



Conocer, saber seleccionar y saber aplicar las técnicas de modificación de conducta que puede utilizar el profesional de Educación Física y Deportes en diferentes ámbitos de su competencia laboral	A15	B7 B20	C1 C6 C8
Saber identificar y desarrollar las competencias personales y las técnicas y estrategias psicológicas necesarias para el desempeño profesional específico, tanto en el ámbito educativo, como en el deportivo, de la gestión, de la promoción de la salud mediante la actividad física o de las actividades de ocio y recreación deportivas.	A15	B2 B7 B9 B16	C1 C6
Conocer y comprender el objeto y método de la Psicología y sus aplicaciones en los ámbitos del ejercicio físico deporte y educación física	A15	B2 B9	C1 C7 C8
Saber aplicar el análisis funcional de la conducta a diferentes casos	A15	B2 B12	

Contidos	
Temas	Subtemas
Tema 1. La Psicología en el ámbito del deporte	1.1. Objeto y método de la Psicología 1.2. La conducta humana y su interacción con el entorno 1.3. Tipos de conducta observables en el contexto del Deporte 1.4. Variables implicadas en la conducta 1.5. Introducción al análisis funcional de la conducta en los contextos físico-deportivos 1.6. Evaluación de la conducta en el contexto deportivo: observación sistemática
Tema 2. Observar y analizar la conducta	2.1. Metodología observacional y deporte: objeto y características 2.2. Criterios taxonómicos 2.3. Fases del proceso 2.4. Elaboración de instrumentos de observación 2.5. Registro de conductas
Tema 3. Toma de decisiones	3.1. Perspectiva científica de la toma de decisiones 3.2. Variables implicadas en la toma de decisiones 3.3. Análisis funcional de la toma de decisiones 3.4. Investigación en toma de decisiones en el deporte 3.5. Táctica y estrategia en el deporte: dos tipos de toma de decisión 3.6. Observación sistemática de toma de decisiones en el ámbito del deporte
Tema 4. La motivación y la atención en el Deporte	4.1. Introducción 4.2. Concepto de Motivación 4.3. Los enfoques de la motivación 4.4. Necesidades de los Deportistas 4.5. Atención y sus manifestaciones
Tema 5. Las Emociones	5.1. Perspectiva científica de las emociones 5.2. Características y funciones de las emociones 5.3. Implicaciones de la emoción con otros procesos psicológicos 5.4. Análisis funcional de la respuesta emocional
Tema 6. Activación, ansiedad y estrés	6.1. Concepto de Activación 6.2. Ansiedad. Concepto, tipos, implicaciones 6.3. Estrés. Concepto y etapas 6.4. Relación entre activación y rendimiento



Tema 7. Utilización do Refuerzo en el ámbito del Deporte	7.1. Concepto de Refuerzo 7.2. Premisas básicas de la Teoría del Refuerzo 7.3. Enfoques
Tema 8. Técnicas de modificación de conducta aplicadas al deporte y a la educación física	8.1. Evaluación y análisis funcional de la conducta 8.2. Técnicas basadas en los principios de acondicionamiento operante 8.2.1. Programas de reforzamiento 8.2.2. Economía de Fichas 8.2.3. Extinción 8.2.4. Reforzamiento diferencial 8.2.5. Contratos conductuales 8.2.6. Coste de respuesta 8.2.7. Castigo 8.3. Técnicas para regular la activación 8.4. Técnicas para modificar el funcionamiento cognitivo
Tema 9. Dinámica de los Grupos Deportivos	9.1. Concepto de grupo y equipo 9.2. Estructuración de un equipo deportivo 9.3. El clima de equipo

Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Sesión maxistral	A15 B7 B9 B20 C6	30	60	90
Análise de fontes documentais	A15 B2 B7 B9 B12 B16 B20 C1 C6 C7 C8	15	15	30
Presentación oral	A15 B7 B9 B12 B16 B20 C1 C6 C7	10	10	20
Atención personalizada		10	0	10

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición
Sesión maxistral	Exposición de contenidos con apoio audiovisual. Respuesta a cuestións planteadas por los alumnos. Propuestas aplicadas al ámbito de la educación física, el deporte y la promoción de la salud. Incluyen la realización de actividades prácticas en el aula
Análise de fontes documentais	Selección, lectura, análisis y estudios de los contenidos de diferentes documentos científicos Realización de una revisión sistemática, en grupo o de forma individual
Presentación oral	Presentación oral de resultados de revisión bibliográfica

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descrición



Análise de fontes documentais	Tutorías en pequenos grupos, para orientar dicha prueba
Presentación oral	Supervisión en pequenos grupos de los contenidos del glosario
	Análisis y evaluación individualizada de las recensiones realizadas por el alumno
	Discusión sobre contenidos o aplicaciones prácticas de cuestiones relativas al temario, en pequenos grupos
	Tutorías individuales, previamente concertadas, al menos en tres ocasiones durante el curso

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
Análise de fontes documentais	A15 B2 B7 B9 B12 B16 B20 C1 C6 C7 C8	Busqueda y crítica reflexiva de referencias bibliográficas relacionadas con el tema teórico expuesto en las sesiones teóricas.	20
Sesión maxistral	A15 B7 B9 B20 C6	Examen final	60
Presentación oral	A15 B7 B9 B12 B16 B20 C1 C6 C7	Se deberá presentar publicamente ante el grupo de prácticas los resultados del análisis de las fuentes documentales mediante una exposición audiovisual durante 10 minutos y deberán responder a las posibles preguntas de sus compañeros o el profesor	20
Outros		asistencia seminarios	

#### Observacións avaliación

El examen final constará de un conjunto de preguntas tipo test y otro con cuestiones de desarrollo breve.

Tanto en la convocatoria de junio como en la de julio, la prueba de evaluación mixta será similar. El alumno debe tener aprobada la parte práctica de la asignatura (Análise de fontes documentais e presentacións oráis) para poder presentarse al examen final.

#### Fontes de información



<b>Bibliografía básica</b>	<p>BIBLIOGRAFIA Andrés Pueyo, A.(1996). Manual de Psicología Diferencial. Madrid: Mc Graw- Hill. Araujo, D. (2006) Tomada de Decisao no desporto. Lisboa. Facultade de Motricidad Humana Bakker, F.C., Whiting, H.T.A. y Van der Brugg, H. (1993) Psicología del Deporte. Conceptos y Aplicaciones. Madrid: Morata. Balaguer, I. (1994) Entrenamiento Psicológico en el Deporte. Valencia. Albatros Ballesteros, S. (2001) Psicología General. Vol I. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia Ballesteros, S. (2002) Psicología General: Atención y Percepción. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia. Bandura, A. y Walters, R.H. (1974). Aprendizaje Social y Desarrollo de la Personalidad. (traducción española de Social Learning and Personality Development. Nueva Cork: Holt, Rinehart and Winston. Barrio, del, V.(2003). Evaluación Psicológica Aplicada a Diferentes Contextos. Madrid. Universidad Nacional de Educación a Distancia Buceta, J.M. (1996). Psicología y Lesiones Deportivas. Prevención y rehabilitación. Madrid: Dykinson Buceta, J. M. ( 1998). Psicología del Entrenamiento Deportivo. Madrid: Dykinson Buceta, J. M. (2004). Estrategias Psicológicas para Entrenadores de Deportistas Jóvenes. Madrid . Dykinson Buceta, J.M.; Bueno, A.M. y Mas, B. (2001). Intervención psicológica y Salud: Control del Estrés y conductas de Riesgo. Madrid: Dykinson. Caballo, V. (1988). Teoría, evaluación y entrenamiento en habilidades sociales. Valencia: Promolibro. Cruz, J. (1992). El asesoramiento psicológico a entrenadores: experiencia en baloncesto de iniciación. Apunts Educació Física i Esports, 35, pp.5-14 Ezquerro, M. (2000). Programas de intervención psicológica para la promoción de hábitos deportivos saludables. En: M. Lameiras y J.M. Frailde (eds.): La Psicología Clínica y de la Salud en el Siglo XXI: Posibilidades y Retos. Madrid: Dykinson Ezquerro, M. (2001). Estrategias psicológicas para la promoción de hábitos alimentarios saludables. En. J.M. Buceta, A.M. Bueno y B. Mas (eds.). Intervención Psicológica y Salud. Control del Estrés y Conductas de Riesgo. Madrid : Dykinson Ezquerro, M. (2002) . Psicología Clínica del Deporte. En : J. Dosil (ed.) Manual del Psicólogo del Deporte. Madrid: Síntesis. Ezquerro, M. (2006) Trastornos psicológicos en el deporte. En: E., Garcés de los Fayos; A. Olmedilla; y P. Jara (eds.) Murcia: Diego Marín. Fernández Abascal, E.(1997). Motivación y Emoción. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces Garcés de los Fayos, E.; Olmedilla, A. y Jara, P.(2006). Psicología y Deporte. Murcia: Diego Marín Gimeno, F. (1994). Evaluación e intervención psicológica en el ámbito del deporte. un estudio con deportistas aragoneses de diferentes modalidades y niveles deportivos. (Investigación galardonada con el I Premio de Investigación en Psicología Aplicada. COP.) editado por: Delegación de Aragón del Colegio Oficial De Psicólogos. Gimeno, F. (1997). Psicología Evolutiva. En: Manual del Técnico Deportivo. Primer Nivel. Zaragoza: Mira Gimeno, F. (1998). intervención psicológica en el ámbito del deporte mediante la aplicación de Entrenamiento en Inoculación del Estrés. Anales, 6 (1), 147-153. Gimeno F., Buceta, J.M.; Lahoz, d y Sanz, G. (1998). Evaluación del proceso de toma de decisiones en el contexto del arbitraje deportivo: propiedades psicométricas de la adaptación española del cuestionario DMQ-II en árbitros de balonmano. Revista de Psicología del Deporte, (7)2,249-260. Gimeno, F. (2003). Entrenando a Padres y Madres: Guía de habilidades sociales para el entrenador. Zaragoza : Mira Ed.-Gobierno de Aragon Huertas, E. (1992). Aprendizaje no verbal en humanos. Madrid: Pirámide Klein, S. B.(1995). Aprendizaje: Principios y Aplicaciones. Madrid: Mc Graw-Hill Labrador, F.J. y Crespo, M (1993). Estrés: Trastornos psicofisiológicos. Madrid Eudema. López de la Llave, A.; Pérez- Llantada, M.C. (2005). Evaluación de programas en Psicología Aplicada. Madrid: Dykinson Martorell, J. L y Prieto, J.L .82002). Fundamentos de Psicología. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces. Olmedilla, A.(2005). Factores Psicológicos y lesiones en futbolistas: un estudio correlacional. Murcia: Universidad Católica de San Antonio Reeve, J. M.(1995). Motivación y Emoción. Madrid: Mc Graw-Hill Weimberg, R.S. y Gould, D. (1996). Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico. Barcelona: Ariel Williams, J.M. (1991) Psicología Aplicada al Deporte. Madrid: Biblioteca Nueva</p>
<b>Bibliografía complementaria</b>	

**Recomendacións**

**Materias que se recomienda ter cursado previamente**

**Materias que se recomienda cursar simultaneamente**

**Materias que continúan o temario**



## Observacións

Psicología aplicada a la Actividad Física y al Deporte no require conhecimentos previos para comprender y asimilar los contenidos ni para adquirir las competencias correspondientes.

La asistencia y participación en las sesiones presenciales constituyen un elemento esencial para el aprendizaje del estudiante.

Pero, además, se enfatiza la importancia de las tutorías, que permiten individualizar el proceso de aprendizaje, prevenir dificultades, solucionar los problemas de estudiante y propiciar su desarrollo personal y académico.

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente de acordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías