



Teaching Guide

Identifying Data					2016/17
Subject (*)	Psicoloxía da actividade física e do deporte			Code	620G01011
Study programme	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte				
Descriptors					
Cycle	Period	Year	Type	Credits	
Graduate	2nd four-month period	Second	FB	6	
Language	SpanishGalician				
Teaching method	Face-to-face				
Prerequisites					
Department	Educación Física e Deportiva				
Coordinador	Arda Suarez, Antonio	E-mail	antonia.arda@udc.es		
Lecturers	Arda Suarez, Antonio Arias Rodríguez, Pablo	E-mail	antonia.arda@udc.es pablo.arias.rodriguez@udc.es		
Web					
General description	<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>				

Study programme competences

Code	Study programme competences
A15	Coñecer, saber seleccionar e saber aplicar as técnicas de modificación de conduta que pode utilizar o profesional de Educación Física e Deportes nos diferentes ámbitos da súa competencia laboral.
B2	Resolver problemas de forma eficaz e eficiente no ámbito das ciencias da actividade física e do deporte.
B7	Xestionar a información.
B9	Comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte en lingua inglesa e en outras linguas de presenza significativa no ámbito científico.
B12	Coñecer os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional e actuar de acordo con eles.
B16	Dominar habilidades de comunicación verbal e non verbal necesarias no contexto da actividade física e o deporte.
B20	Coñecer, reflexionar e adquirir hábitos e destrezas para a aprendizaxe autónoma e o traballo en equipo a partir das prácticas externas en algún dos principais ámbitos de integración laboral, en relación ás competencias adquiridas no grao que se verán reflectidas no traballo fin de grao.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.
C6	Valorar criticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.
C7	Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.
C8	Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.



Learning outcomes			
Learning outcomes	Study programme competences		
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. Saber aplicarlo a diferentes casos	A15	B7 B20	C1 C6 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	

Contents	
Topic	Sub-topic
Tema 1. El papel del psicólogo en el ámbito de la Educación Física y el Deporte.	1.1. La tarea del psicólogo 1.2. Ámbitos de actuación
Tema 2. Análisis funcional de la Conducta	2.1. Análisis de la Conducta 2.2. Objeto de estudio de la Psicología 2.3. Concepto de conducta 2.4. Dimensiones implicadas en la conducta
Tema 3. Observar y analizar la conducta	3.1. Metodología observacional y deporte: objeto y características 3.2. Criterios taxonómicos 3.3. Fases del proceso 3.4. Elaboración de instrumentos de observación 3.5. Registro de conductas
Tema 4. Utilización del Refuerzo en el ámbito del Deporte	4.1. Aprendizaje por condicionamiento clásico y operante 4.2. Condicionamiento clásico 4.3. Condicionamiento operante



Tema 5. Técnicas de modificación de conducta basadas en el condicionamiento operante. Estrategias de intervención.	5.1.Desarrollo y fortalecimiento de conductas existentes. Refuerzo positivo 5.2. Conductas que no están en el repertorio comportamental 5.2.1. Moldeamiento 5.2.2. Encadenamiento 5.3. Reducir o eliminar conductas 5.3.1. Programas de castigo 5.3.2. Coste de respuesta 5.3.3. Tiempo fuera
Tema 6. Técnicas de modificación de conducta basadas en el condicionamiento operante. Sistemas de organización de contingencias	6.1. Economía de fichas 6.2. Contratos conductuales
Tema 7. Variables psicológicas. La Motivación	7.1. Introducción 7.2. Concepto de Motivación 7.3. Los enfoques de la motivación 7.4. Necesidades de los Deportistas
Tema 8. Variables psicológicas. La Atención/concentración	8.1. Teoría de los Estilos atenciones 8.2. Enfoques atencionales 8.3. Entrenamiento en habilidades relacionadas con la atención 8.4. Estrategias relacionadas con la actividad 8.5. Programa de los Cinco Pasos
Tema 9. Variables psicológicas. Activación, ansiedad y estrés	9.1. Concepto de Activación 9.2. Ansiedad. Concepto, tipos, implicaciones 9.3. Estrés. Concepto y etapas 9.4. Relación entre activación y rendimiento
Tema 10. Variables psicológicas. La Autoconfianza	10.1. Autoconfianza 10.2. Autoeficacia 10.3. Fuentes de la autoconfianza 10.4. Falsa confianza
Tema 11. Toma de decisiones	11.1. Perspectiva científica de la toma de decisiones 11.2. Variables implicadas en la toma de decisiones 11.3. Análisis funcional de la toma de decisiones 11.4. Investigación en toma de decisiones en el deporte 11.5. Táctica y estrategia en el deporte: dos tipos de toma de decisión 11.6. Observación sistemática de toma de decisiones en el ámbito del deporte
Tema 12. Las Emociones	12.1. Perspectiva científica de las emociones 12.2. Características y funciones de las emociones 12.3. Implicaciones de la emoción con otros procesos psicológicos 12.4. Análisis funcional de la respuesta emocional
Tema 13. Dinámica de los Grupos Deportivos	13.1. Concepto de grupo y equipo 13.2. Estructuración de un equipo deportivo 13.3. El clima de equipo

Planning

Methodologies / tests	Competencies	Ordinary class hours	Student?s personal work hours	Total hours
Guest lecture / keynote speech	A15 B7 B9 B20 C6	25	65	90
Document analysis	A15 B2 B7 B9 B12 B16 B20 C1 C6 C7 C8	15	15	30



Oral presentation	A15 B7 B9 B12 B16 B20 C1 C6 C7	10	10	20
Personalized attention		10	0	10
(*)The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.				

Methodologies	
Methodologies	Description
Guest lecture / keynote speech	Exposición de contenidos con apoyo audiovisual. Respuesta a cuestiones 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
Document analysis	Selección, lectura, análisis y estudios de los contenidos de diferentes documentos científicos Realización de una revisión sistemática, en grupo o de forma individual
Oral presentation	Presentación oral de resultados de revisión bibliográfica

Personalized attention	
Methodologies	Description
Document analysis Oral presentation	Tutorías en pequeños grupos, para orientar dicha prueba Supervisión en pequeños 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 pequeños grupos Tutorías individuales, previamente concertadas, al menos en tres ocasiones durante el curso

Assessment			
Methodologies	Competencies	Description	Qualification
Document analysis	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
Guest lecture / keynote speech	A15 B7 B9 B20 C6	Examen final	60
Oral presentation	A15 B7 B9 B12 B16 B20 C1 C6 C7	Se deberá presentar públicamente 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
Others		asistencia seminarios	

Assessment comments
<p>El examen final constará de un conjunto de preguntas tipo test.</p> <p>Tanto en la convocatoria de junio como en la de julio, la prueba de evaluación será similar. La asistencia a las sesiones teóricas (sesión magistral) no es obligatoria. El alumno debe tener aprobada la parte práctica de la asignatura (Análise de fontes documentais e presentacións oráis) para poder presentarse al examen final. Una vez aprobada la parte práctica, la calificación de la misma se guardará para las convocatorias siguientes (tanto para cada oportunidad como para cursos futuros). Si se suspende el examen final únicamente deberá repetirse este. Los alumnos que tengan matrícula parcial podrán realizar la práctica en tutorías personalizadas. El examen final se realizará en castellano, los estudiantes que deseen hacerlo en gallego deberán comunicarlo al profesor con 10 días de antelación a la fecha del mismo.</p>



Sources of information

<p>Basic</p>	<p>BIBLIOGRAFIA Andrés Pueyo, A. (1996). Manual de Psicología Diferencial. Madrid: Mc Graw- Hill. Araujo, D. (2006) Tomada de Decisao no desporto. Lisboa. Faculdade 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>
<p>Complementary</p>	

Recommendations

Subjects that it is recommended to have taken before

Subjects that are recommended to be taken simultaneously



Subjects that continue the syllabus

Other comments

Psicología aplicada a la Actividad Física y al Deporte no requiere conocimientos 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 del estudiante y propiciar su desarrollo personal y académico.

(*)The teaching guide is the document in which the URV publishes the information about all its courses. It is a public document and cannot be modified. Only in exceptional cases can it be revised by the competent agent or duly revised so that it is in line with current legislation.