



Guía Docente				
Datos Identificativos				2016/17
Asignatura (*)	Psicoloxía da actividade física e do deporte	Código	620G01011	
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
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	Arda Suarez, Antonio	Correo electrónico	antonia.arda@udc.es	
Profesorado	Arda Suarez, Antonio Arias Rodríguez, Pablo	Correo electrónico	antonia.arda@udc.es pablo.arias.rodriguez@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
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.



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. 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	

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

**Planificación**

Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Sesión maxistral	A15 B7 B9 B20 C6	25	65	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 pequeños grupos, para orientar dicha prueba
Presentación oral	Supervisión en pequeños grupos de los contenidos del glosario  Análisis y evaluación individualizada de las reseñas 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

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.

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.

## 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. 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>
<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 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 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 dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías