



Guía docente				
Datos Identificativos				2019/20
Asignatura (*)	Psicología de la actividad física y del deporte	Código	620G01011	
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descriptorios				
Ciclo	Periodo	Curso	Tipo	Créditos
Grado	2º cuatrimestre	Segundo	Formación básica	6
Idioma	CastellanoGallego			
Modalidad docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinador/a	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				
Descripción general	La Psicología aplicada al Deporte y 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.			

Competencias / Resultados del título	
Código	Competencias / Resultados del título
A15	Conocer, saber seleccionar y saber aplicar las técnicas de modificación de conducta que puede utilizar el profesional de Educación Física y Deportes en los diferentes ámbitos de su competencia laboral.
B2	Resolver problemas de forma eficaz y eficiente en el ámbito de las ciencias de la actividad física y del deporte.
B7	Gestionar la información.
B9	Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico.
B12	Conocer los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional y actuar de acuerdo con ellos.
B16	Dominar habilidades de comunicación verbal y no verbal necesarias en el contexto de la actividad física y el deporte.
B20	Conocer, reflexionar y adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y el trabajo en equipo a partir de las prácticas externas en alguno de los principales ámbitos de integración laboral, en relación a las competencias adquiridas en el grado que se verán reflejadas en el trabajo fin de grado.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral como escrita, en las lenguas oficiales de la comunidad autónoma.
C6	Valorar críticamente el conocimiento, la tecnología y la información disponible para resolver los problemas con los que deben enfrentarse.
C7	Asumir como profesional y ciudadano la importancia del aprendizaje a lo largo de la vida.
C8	Valorar la importancia que tiene la investigación, la innovación y el desarrollo tecnológico en el avance socioeconómico y cultural de la sociedad.

Resultados de aprendizaje			
Resultados de aprendizaje	Competencias / Resultados del 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	

Contenidos	
Tema	Subtema
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. Las Emociones	2.1. Perspectiva científica de las emociones 2.2. Características y funciones de las emociones 2.3. Implicaciones de la emoción con otros procesos psicológicos 2.4. Análisis funcional de la respuesta emocional
Tema 3. Análisis funcional de la conducta	3.1. Análisis de la conducta 3.2. Objeto de estudio de la Psicología 3.3. Concepto de conducta 3.4. Dimensiones implicadas en la conducta
Tema 4. Observar y analizar la conducta	4.1. Metodología observacional y deporte: objeto y características 4.2. Criterios taxonómicos 4.3. Fases del proceso 4.4. Elaboración de instrumentos de observación 4.5. Registro de conductas
Tema 5. Utilización del Refuerzo en el ámbito del Deporte	5.1. Aprendizaje por condicionamiento clásico y operante 5.2. Condicionamiento clásico 5.3. Condicionamiento operante 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. Estrategias de intervención.	6.1. Desarrollo y fortalecimiento de conductas existentes. Refuerzo positivo 6.2. Conductas que no están en el repertorio comportamental 6.2.1. Moldeamiento 6.2.2. Encadenamiento 6.3. Reducir o eliminar conductas
Tema 7. Técnicas de modificación de conducta basadas en el condicionamiento operante. Sistemas de organización de contingencias	7.1. Economía de fichas 7.2. Contratos conductuales



Tema 8. Variables psicológicas. La Motivación	8.1. Introducción 8.2. Concepto de Motivación 8.3. Los enfoques de la motivación 8.4. Necesidades de los Deportistas
Tema 9. Variables psicológicas. La Atención/concentración	9.1. Teoría de los Estilos atenciones 9.2. Enfoques atencionales 9.3. Entrenamiento en habilidades relacionadas con la atención 9.4. Estrategias relacionadas con la actividad 9.5. Programa de los Cinco Pasos
Tema 10. Variables psicológicas. Activación, ansiedad y estrés	10.1. Concepto de Activación 10.2. Ansiedad. Concepto, tipos, implicaciones 10.3. Estrés. Concepto y etapas 10.4. Relación entre activación y rendimiento
Tema 11. Variables psicológicas. La autoconfianza	11.1. Autoconfianza 11.2. Autoeficacia 11.3. Fuentes de la autoconfianza 11.4. Falsa confianza
Tema 12. Dinámica de los grupos deportivos y de liderazgo	12.1. Concepto de grupo y equipo 12.2. Estructuración de un equipo deportivo 12.3. El clima del equipo 12.4. Estilos de liderazgo

Planificación				
Metodologías / pruebas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciales y virtuales)	Horas trabajo autónomo	Horas totales
Sesión magistral	A15 B7 B9 B20 C6	25	65	90
Análisis de fuentes documentales	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

(*) Los datos que aparecen en la tabla de planificación són de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de los alumnos

Metodologías	
Metodologías	Descripción
Sesión magistral	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
Análisis de fuentes documentales	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	
Metodologías	Descripción



Análisis de fuentes documentales	Tutorías en pequeños grupos, para orientar la prueba
Presentación oral	Supervisión en pequeños grupos de los contenidos del temario
	Análisis y evaluación individualizado de los trabajos realizados por el alumno
	Discusión sobre contenidos o aplicaciones prácticas de cuestiones relativas al temario, en pequeños grupos
	Tutorías individuales, previamente concertadas, por lo menos en tres ocasiones durante el curso

Evaluación			
Metodologías	Competencias / Resultados	Descripción	Calificación
Análisis de fuentes documentales	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 magistral	A15 B7 B9 B20 C6	Examen final	60
Presentación oral	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
Otros		asistencia seminarios	

Observaciones evaluación
<ul style="list-style-type: none">. La calificación final de la asignatura consta de la suma ponderada de la parte práctica (análisis de fuentes documentales y presentaciones orales) desarrollada durante el curso y el examen teórico final.. El examen teórico final (sobre los contenidos de las sesiones magistrales) constará de un conjunto de preguntas tipo test y/o preguntas de desarrollo. Tanto en la convocatoria de junio como en la de julio la prueba de evaluación (examen teórico final) será similar.. La asistencia a las sesiones teóricas (sesión magistral) no será obligatoria.. A la parte práctica (análisis de fuentes documentales y presentación oral) es obligatoria la asistencia (70% de las mismas). La calificación de esta parte práctica se guardará para las convocatorias siguientes (tanto para cada oportunidad como para cursos futuros). Solo se evaluarán las prácticas de los alumnos/as que asistan a las sesiones expositivas realizadas por ellos mismos.. Los estudiantes que no tengan la asistencia del 70%, podrán presentarse a un examen final teórico en el que el aprobado será la nota de 8 sobre 10.. Los alumnos/as con matrícula parcial deberán tener asistencia al 50% de las sesiones.. Los alumnos/as que tengan matrícula parcial podrán realizar la práctica en tutorías personalizadas.. EL exame 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.

Fuentes de información



<p>Básica</p>	<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>
<p>Complementaria</p>	

Recomendaciones

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Asignaturas que continúan el temario



Otros comentarios

Psicología de la Actividad Física y del 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 destaca 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.

(*) La Guía Docente es el documento donde se visualiza la propuesta académica de la UDC. Este documento es público y no se puede modificar, salvo cosas excepcionales bajo la revisión del órgano competente de acuerdo a la normativa vigente que establece el proceso de elaboración de guías