



| Guía Docente | | | | |
|-----------------------|---|--------------------|--|----------|
| Datos Identificativos | | | | 2015/16 |
| 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 | 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 do título | |
|------------------------|---|
| Código | Competencias 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 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. 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 del 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 | Horas presenciais | Horas non presenciais / 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 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 |



| | |
|-------------------------------|---|
| Análise de fontes documentais | Selección, lectura, análise e estudos 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 reseñas 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 | 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

| |
|---|
| <p>El examen final constará de un conjunto de preguntas tipo test y otro con cuestiones de desarrollo breve.</p> <p>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.</p> |
|---|

Fontes de información



| | |
|---|---|
| <p>Bibliografía 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 Aragón 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. (2002). 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>Bibliografía complementaria</p> | |

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