Información de la asignatura

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Facultad: Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Código: 281105 **Nombre:** Psicología del Deporte

Créditos: 6,00 **ECTS Curso:** 1 **Semestre:** 2

Módulo: 1) Módulo de Formación Básica

Materia: Fundamentos comportamentales y sociales de la motricidad humana. **Carácter:**

Formación Básica

Rama de conocimiento: Ciencias sociales y Jurídicas.

Departamento: Ciencias Básticas y Materias Transversales

Tipo de enseñanza: Presencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

Profesorado:

1162DG	Yolanda Moreno Siguenza **(Profesor responsable)**	yolanda.moreno@ucv.es
281A	Yolanda Moreno Siguenza **(Profesor responsable)**	yolanda.moreno@ucv.es
281B	Luis Miguel Esteban Maicas **(Profesor responsable)**	LUIS.ESTEBAN@UCV.ES
281C	Yolanda Moreno Siguenza **(Profesor responsable)**	yolanda.moreno@ucv.es
281D	Luis Miguel Esteban Maicas **(Profesor responsable)**	LUIS.ESTEBAN@UCV.ES
281X	Yolanda Moreno Siguenza **(Profesor responsable)**	yolanda.moreno@ucv.es

Organización del módulo

1) Módulo de Formación Básica

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Fundamentos biológicos y mecánicos de la motricidad humana.	36,00	Anatomía Humana	9,00	1/2
		Biomecánica de la Actividad Física	6,00	2/1
		Bioquímica y Fisiología Humana	9,00	1/2
		Fisiología del Ejercicio	6,00	2/1
		Kinesiología	6,00	2/1
Fundamentos comportamentales y sociales de la motricidad humana.	24,00	Estadística y Tratamiento de Datos	6,00	2/2
		Historia y Sociología de la Actividad Física y el Deporte	6,00	1/2
		Psicología del Deporte	6,00	1/2
		Tecnología Aplicada a la Actividad Física y el Deporte	6,00	1/1

Resultados de aprendizaje

Al finalizar la asignatura, el estudiante deberá demostrar haber adquirido los siguientes resultados de aprendizaje:

R1 Identificar los determinantes de la autoconfianza y de la motivación en el contexto de la educación física, del ejercicio físico y del deporte, así como el efecto de la misma sobre la adherencia al ejercicio físico y/o deportivo, y sobre el rendimiento deportivo.

R2 Conocer e identificar las variables motivacionales que favorezcan la adherencia a la práctica de ejercicio físico y deporte, así como el desarrollo psicosocial óptimo del practicante.

R3 Identificar estrategias que permitan generar dinámicas grupales que promuevan la cohesión, la resolución de conflictos y la transmisión de valores educativos y de rendimiento que favorezcan el rendimiento y el bienestar en el contexto de la educación física, del ejercicio físico y del deporte.

R4 Identificar los procesos atencionales que intervienen en el aprendizaje y la práctica del ejercicio y del deporte, y aplicarlos para proporcionar instrucciones eficaces y para utilizar metodologías de enseñanza y entrenamiento que los consideren.

R5 Identificar los mecanismos cognitivos y conductuales involucrados en la respuesta de ansiedad, así como adquirir recursos para manejar dicha respuesta y para generar entornos de aprendizaje y rendimiento favorables.

Competencias

En función de los resultados de aprendizaje de la asignatura las competencias a las que contribuye son: (valora de 1 a 4 siendo 4 la puntuación más alta)

GENERALES		Ponderación			
		1	2	3	4
CG1	Comprender la literatura científica en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico mediante una correcta gestión de la información.			x	
CG2	Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC).				x
CG4	Transmitir cualquier información relacionada adecuadamente tanto por escrito como oralmente.				x
CG5	Planificar y organizar cualquier actividad eficientemente.	x			
CG10	Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y para el aprendizaje autónomo.				x
CG13	Ser capaz de aplicar los conocimientos teóricos en la práctica.				x
CG14	Utilizar internet adecuadamente como medio de comunicación y como fuente de información.				x
CG15	Transmitir los conocimientos adquiridos tanto a personas especializadas en la materia como a personas no especializadas en el tema en cuestión.		x		
CG19	Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.			x	

ESPECÍFICAS	Ponderación			
	1	2	3	4

CE 1.1	Comprender, elaborar y saber aplicar los procedimientos, estrategias, actividades, recursos, técnicas y métodos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con eficiencia, desarrollando todo el curso de la acción en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).	x			
CE 1.2	Diseñar y aplicar el proceso metodológico integrado por la observación, reflexión, análisis, diagnóstico, ejecución, evaluación técnico-científica y/o difusión en diferentes contextos y en todos los sectores de intervención profesional de la actividad física y del deporte.		x		
CE 1.3	Comunicar e interactuar de forma adecuada y eficiente, en actividad física y deportiva, en contextos de intervención diversos, demostrando habilidades docentes de forma consciente, natural y continuada.	x			
CE 1.4	Adaptar la intervención educativa a las características y necesidades individuales para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: escolares, personas mayores (tercera edad), personas con movilidad reducida y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.	x			
CE 2.1	Saber orientar, diseñar, aplicar y evaluar técnico-científicamente ejercicio físico y condición física en un nivel avanzado, basado en la evidencia científica, en diferentes ámbitos, contextos y tipos de actividades para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.	x			

CE 3.1	Analizar, identificar, diagnosticar, promover, orientar y evaluar estrategias, actuaciones y actividades que fomenten la adhesión a un estilo de vida activo y la participación y práctica regular y saludable de actividad física y deporte y ejercicio físico de forma adecuada, eficiente y segura por parte de los ciudadanos con la finalidad de mejorar su salud integral, bienestar y calidad de vida, y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico) atendiendo al género y a la diversidad.	x		
CE 3.3	Articular y desplegar programas de promoción, orientación, coordinación, supervisión y evaluación técnico-científica de actividad física, ejercicio físico y deporte para toda la población, con énfasis en las poblaciones de carácter especial, con presencia de un profesional o realizada de forma autónoma por el ciudadano, en los diferentes tipos de espacios y en cualquier sector de intervención profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte) según las posibilidades y necesidades de los ciudadanos, con la finalidad de conseguir su autonomía, la comprensión, y la mayor y adecuada práctica de actividad física y deporte.	x		
CE 6.2	Analizar, revisar y seleccionar el efecto y la eficacia de la práctica de métodos, técnicas y recursos de investigación y metodología de trabajo científica, en la resolución de problemas que requieren el uso de ideas creativas e innovadoras.		x	
CE 7.1	Conocer y saber aplicar los principios éticos y deontológicos y de justicia social en el desempeño e implicación profesional así como tener hábitos de rigor científico y profesional y una actitud constante de servicio a los ciudadanos en el ejercicio de su práctica profesional con el que se pretenda la mejora, excelencia, calidad y eficiencia.	x		

CE 7.2	Conocer, elaborar y saber aplicar los condicionantes ético-deontológicos, estructurales- organizativos, desempeño profesional y las normativas del ejercicio profesional de los Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, en cualquier sector profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte); así como ser capaz de desarrollar un trabajo multidisciplinar	x		
CE 7.3	Comprender, saber explicar y difundir las funciones, responsabilidades e importancia de un buen profesional Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte así como analizar, comprender, identificar y reflexionar de forma crítica y autónoma sobre su identidad, formación y desempeño profesional para conseguir los fines y beneficios propios de la actividad física y deporte de forma adecuada, segura, saludable y eficiente en todos los servicios físico-deportivos ofrecidos y prestados y en cualquier sector profesional de actividad física y deporte.	x		

Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R2, R3, R4, R5	60,00%	Pruebas escritas/orales y/o prácticas.
R1, R2, R3, R4, R5	40,00%	Participación activa.

Observaciones

·El alumno podrá conservar los instrumentos de evaluación superados durante los 3 años siguientes a la primera matrícula.

·Es necesario obtener un 40% en todos los instrumentos para superar la asignatura. En caso de no cumplir este criterio se calificará al alumno con un máximo de 4,5 en dicha convocatoria.

Actividades formativas

Las metodologías que emplearemos para que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura serán:

M2 Dinámicas y actividades en grupo.

M3 Clase práctica.

M4 Exposición de contenidos por parte del profesor.

M5 Prácticas laboratorios.

M7 Discusión en pequeños grupos.

M8 Resolución de problemas y casos.

M9 Asistencia a prácticas

ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
CLASE TEÓRICA: Exposición de contenidos por parte del profesor. Análisis de competencias. Demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula. M2, M4, M7	R1, R2, R3, R4, R5	40,00	1,60
CLASE PRÁCTICA / SEMINARIO: Dinámicas y actividades en grupo. Resolución de problemas y casos. Prácticas laboratorios. Búsqueda de datos, aula informática, biblioteca, etc. Construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del estudiante. M2, M3, M7, M8	R1, R2, R3, R4, R5	14,00	0,56
TUTORIA: Supervisión del aprendizaje, evolución. Discusión en pequeños grupos. Resolución de problemas y casos. Presentación de resultados ante el profesor. Presentación de esquemas e índices de los trabajos propuestos. M7	R1, R2, R3, R4, R5	2,00	0,08
EVALUACION: Conjunto de pruebas orales y/o escritas empleadas en la evaluación del alumno, incluyendo la presentación oral del trabajo fin de grado. M2, M8	R1, R2, R3, R4, R5	4,00	0,16
TOTAL		**60,00**	**2,40**

ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
TRABAJO EN GRUPO: Resolución de problemas. Preparación de ejercicios, trabajos memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría. M2, M8	R1, R2, R3, R4, R5	45,00	1,80
TRABAJO AUTÓNOMO: Estudio, Preparación individual de ejercicios, trabajos, memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría. Actividades en plataforma u otros espacios virtuales. M8	R1, R2, R3, R4, R5	45,00	1,80
TOTAL		**90,00**	**3,60**

Descripción de los contenidos

Descripción de contenidos necesarios para la adquisición de los resultados de aprendizaje.

Contenidos teóricos:

Bloque de contenido	Contenidos
1 Introducción a la psicología del deporte	Introducción a la psicología del deporte
2 Atribución causal en el contexto de la actividad física y deportiva	Atribución causal en el contexto de la actividad física y deportiva
3 Autoconfianza-autoeficacia en el contexto de la actividad física y deportiva	Autoconfianza-autoeficacia en el contexto de la actividad física y deportiva
4 La motivación en el contexto de la actividad física y deportiva	La motivación en el contexto de la actividad física y deportiva
5 El grupo deportivo: Rendimiento grupal y cohesión	El grupo deportivo: Rendimiento grupal y cohesión
6 Liderazgo en el contexto de la actividad física y deportiva	Liderazgo en el contexto de la actividad física y deportiva
7 Atención-concentración en el contexto de la actividad física y deportiva	Atención-concentración en el contexto de la actividad física y deportiva
8 Activación, ansiedad y estrés en el contexto de la actividad física y deportiva	Activación, ansiedad y estrés en el contexto de la actividad física y deportiva

Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
1 Introducción a la psicología del deporte	2,00	4,00
2 Atribución causal en el contexto de la actividad física y deportiva	4,00	8,00
3 Autoconfianza-autoeficacia en el contexto de la actividad física y deportiva	4,00	8,00
4 La motivación en el contexto de la actividad física y deportiva	5,00	10,00
5 El grupo deportivo: Rendimiento grupal y cohesión	4,00	8,00
6 Liderazgo en el contexto de la actividad física y deportiva	3,00	6,00
7 Atención-concentración en el contexto de la actividad física y deportiva	3,00	6,00
8 Activación, ansiedad y estrés en el contexto de la actividad física y deportiva	5,00	10,00

Referencias

Básica:

·Weinberg, R.S., & Gould, D. (2010). Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico. Madrid: Editorial Médica Panamericana

·Cox, R.H. (2007). Psicología del deporte. Conceptos y sus aplicaciones. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Complementaria:

·Hernandez Mendo, A. (2005). Psicología del Deporte (Vol I). Sevilla: Wanceulen.

·Hernandez Mendo, A. (2005). Psicología del Deporte (Vol III). Sevilla: Wanceulen.

·Olmedilla, A., Garcés de los Fayos, E.J., & Nieto, G. (2002). Manual de Psicología del Deporte. Murcia: Diego Martín.

·Dosil, J. (2004). Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Madrid: McGraw-Hill.

·Márquez, S. (2004). Ansiedad, estrés y deporte. Madrid: EOS