



Psicología del Deporte
PCA-27-F-01 Ed.00

**GUÍA DOCENTE
PSICOLOGÍA DEL DEPORTE
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALENCIA
“SAN VICENTE MÁRTIR”**

Curso 2018/19



GUÍA DOCENTE DE LA MATERIA Y/O ASIGNATURA

		ECTS
ASIGNATURA: Psicología del Deporte		6
Materia: Psicología		12
Módulo: Formación Básica Común		48
Tipo de Formación: Formación Básica	CURSO: 2º Semestre: 3º	
Profesorado: Esteban Maicas, Luis Ibáñez Pérez, Jesús Moreno Sigüenza, Yolanda	Departamento: Departamento de Ciencias Básicas	
	E-mail: luis.esteban@ucv.es jesus.ibanez@ucv.es yolanda.moreno@ucv.es	

ORGANIZACIÓN DEL MÓDULO

Formación Básica Común			48 ECTS	
Duración y ubicación temporal dentro del plan de estudios: La psicología del deporte estudia a las personas y su conducta en el contexto del deporte y de la actividad física. Con una duración de 6 créditos (un cuatrimestre) se pretende proporcionar los principios y directrices básicos para establecer el ambiente social y de aprendizaje idóneo para mejorar las destrezas y fomentar el desarrollo individual, y también para enseñar las habilidades psicológicas que ayuden a mejorar el rendimiento. Esta asignatura forma parte de la materia "Psicología" en la que además se imparte la asignatura "Psicología Básica", que proporcionará conocimientos acerca de los procesos y fundamentos básicos de la psicología, facilitando así la comprensión de los conceptos estudiados en "Psicología del Deporte".				
Materias y Asignaturas				
Materia	ECTS	ASIGNATURA	ECTS	Curso/ semestre
Bioquímica	6	Bioquímica	6	1/1



Anatomía	6	Anatomía humana	6	1/1
Psicología	12	Psicología básica	6	1/1
		Psicología del deporte	6	2/3
Estadística	6	Estadística	6	1/2
Fisiología	6	Fisiología humana	6	1/2
Sociología	6	Sociología. Sociología del deporte	6	2/4
Historia	6	Historia de la actividad física	6	2/4

GUÍA DOCENTE MATERIA/ASIGNATURA: PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Requisitos previos: Ninguno

OBJETIVOS GENERALES

- a) Conocer los aspectos teóricos fundamentales de la psicología aplicada a la actividad física y el deporte (principios y procesos psicológicos básicos, procesos motivacionales, procesos de grupo y aspectos psicosociales que inciden en la práctica de la actividad física y del deporte)
- b) Conocer los instrumentos de evaluación de las distintas variables psicológicas estudiadas
- c) Conocer las principales estrategias de intervención para garantizar en mayor medida el aprendizaje, la satisfacción, el bienestar y el rendimiento del deportista.



COMPETENCIAS GENERALES	Ponderación de la competencia			
	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

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS				
	1	2	3	4
CE1. Conocer y comprender el objeto de estudio de las CC de la Actividad Física y del Deporte		X		
CE2. Adquirir la formación científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones y 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 mediante una correcta gestión de la información.		X		
CE4. Conocer y comprender los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.				X
CE6. Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.				X
CE10. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza – aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.				X
CE13. Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.				X
CE19. Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las CC de la Actividad Física y el Deporte.			X	



RESULTADOS DE APRENDIZAJE	COMPETENCIAS
R-1. Adquisición de conocimientos teóricos básicos	CG1, CE1, CE2, CE4, CE6, CE10, CE13
R-2. Aprender a realizar una búsqueda y una selección eficaces de información para ampliar y personalizar el contenido teórico de la asignatura	CG1, CG2, CG5, CG14, CE2, CE19
R-3. Aprender a corregir e interpretar cuestionarios de evaluación de las principales variables psicológicas en el ámbito del deporte	CE2, CE4, CE6
R-4. Aprender a realizar establecimientos de metas adecuados en el ámbito del deporte y del ejercicio	CE1, CE2, CE4, CE6, CE10, CE13
R-5. Aprendizaje de técnicas para evaluar y controlar el nivel de activación	CG13, CE2, CE6, CE13
R-6. Aprender a exponer oralmente un trabajo	CG4, CG10, CG15, CG19,
R-7. Aprender a sintetizar y organizar la información	CG4, CG15, CG19, CE2
R-8. Aprender a expresar por escrito los conocimientos adquiridos	CG4, CG15, CG19, CE2
R-9. Aprender a trabajar en equipo y a tomar decisiones	CG2, CG5, CG14, CE19



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL			
ACTIVIDAD	Metodología de Enseñanza-Aprendizaje	Relación con Resultados de Aprendizaje de la asignatura	ECTS
CLASE PRESENCIAL	Exposición de contenidos por parte del profesor, análisis de competencias, explicación y demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula.	R-1	1,6
CLASES PRÁCTICAS LABORATORIO SEMINARIO EXPOSICIÓN TRABAJOS GRUPO	Sesiones de trabajo grupal en grupos supervisadas por el profesor. Estudio de casos, análisis diagnósticos, problemas, estudio de campo, aula de informática, visitas, búsqueda de datos, bibliotecas, en red, Internet, etc. Construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del alumno. Actividades desarrolladas en espacios con equipamiento especializado. Sesiones monográficas supervisadas con participación compartida Aplicación de conocimientos interdisciplinares	R-3 R-4 R-6 R-7	0,56
TUTORÍA	Atención personalizada y en pequeño grupo. Periodo de instrucción y/o orientación realizado por un tutor con el objetivo de revisar y discutir los materiales y temas presentados en las clases, seminarios, lecturas, realización de trabajos, etc.	R-1 R-2 R-7	0,08
EVALUACIÓN	Conjunto de pruebas orales y/o escritas empleadas en la evaluación inicial, formativa o aditiva del alumno.	R-1 R-6 R-7 R-8	0,16
Total			2,36



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO DEL ALUMNO			
ACTIVIDAD	Metodología de Enseñanza-Aprendizaje	Relación con Resultados de Aprendizaje de la asignatura	ECTS
TRABAJO EN GRUPO	Preparación en grupo de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc. para exponer o entregar en las clases teóricas, clases prácticas y/o tutorías de pequeño grupo. Trabajo realizado en la plataforma de la universidad (www.plataforma.ucv.es)	R-2 R-9	1,80
TRABAJO AUTÓNOMO	Estudio del alumno: Preparación individual de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc. para exponer o entregar en las clases teóricas, clases prácticas y/o tutorías de pequeño grupo. Trabajo realizado en la plataforma de la universidad (www.plataforma.ucv.es)	R-7 R-8	1,80
Total			(3,64)



SISTEMA DE EVALUACIÓN DE LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS Y SISTEMA DE CALIFICACIONES		
Instrumento de evaluación	RESULTADOS DE APRENDIZAJE EVALUADOS	Porcentaje otorgado
Prueba de desarrollo y/o de test	R-1, R-3, R-4, R-5	60%
Actividades de aula, prácticas y/o trabajos dirigidos	R-1, R-2, R-3, R-4, R-5, R-6, R-7, R-8	40%

○ **Para superar la materia en la 1ª matrícula será indispensable:**

Superar con éxito el 40% del examen. La nota obtenida en el examen corresponde al 60% de la nota de la asignatura. Las notas de actividades de aula, prácticas y/o trabajos constituyen el 40%. La suma de ambas notas debe ser igual o superior a 5. A aquel alumno que no se supere con éxito el 40% del examen, pero la ponderación final de la nota supere el 5, se le adjudicará una nota de 4,5. A aquel alumno que, aún habiendo realizado las actividades de aula, prácticas y/o trabajos, no se presente al examen se le evaluará con un No Presentado.

Las notas obtenidas en las diversas pruebas de evaluación que hayan sido superadas con un 5 o más, se guardarán hasta la 4ª convocatoria incluida.

CRITERIOS PARA LA CONCESIÓN DE MATRÍCULA DE HONOR:

Se podrá conceder una matrícula por cada 20 alumnos, siendo los beneficiarios aquellos alumnos que hayan conseguido las mejores notas, siempre y cuando éstas seas igual o superior a 9,0. Cuando varios alumnos tengan la misma nota y no haya matrículas de honor disponibles para todos, se atenderá a los siguientes criterios de selección:

Participación activa en las clases presenciales

Realización de una prueba de evaluación oral acerca de los contenidos de la asignatura.



DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS	COMPETENCIAS
INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE <ul style="list-style-type: none"> - Historia de la Psicología del Deporte - Rol del psicólogo deportivo 	CE1, CE2, CE4, CE6, CE10, CE13, CE19
PROCESOS MOTIVACIONALES EN EL DEPORTE Y EN EL EJERCICIO <ul style="list-style-type: none"> - Atribución - Autoconfianza - Teorías motivacionales - Determinantes de la práctica deportiva - Establecimiento de metas 	CE1, CE2, CE4, CE6, CE10, CE13, CE19
PROCESOS DE GRUPO EN EL DEPORTE <ul style="list-style-type: none"> - Formación de grupos deportivos - Cohesión en el deporte - Liderazgo en el deporte 	CE1, CE2, CE4, CE6, CE10, CE13, CE19
HABILIDADES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO <ul style="list-style-type: none"> - Atención-concentración - Control del nivel de activación, de la ansiedad y del estrés 	CE1, CE2, CE4, CE6, CE10, CE13, CE19

ORGANIZACIÓN TEMPORAL DEL APRENDIZAJE (Alumnos de 1ª matrícula)		
	BLOQUE DE CONTENIDO/UNIDAD DIDÁCTICA	Nº DE SESIONES
1	INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE	2
2	PROCESOS MOTIVACIONALES EN EL DEPORTE Y EN EL EJERCICIO	8
3	PROCESOS DE GRUPO EN EL DEPORTE	6
4	HABILIDADES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO	8



○ **Para superar la materia en la 2ª matrícula será indispensable:**

Los alumnos de 2ª matrícula podrán asistir a 6 tutorías en las que se preparará la evaluación de las competencias que hayan quedado pendientes en las convocatorias previas. Las notas de las convocatorias pasadas que fueron superadas con un 5 o más serán conservadas. Presentarse de nuevo a una de esas pruebas implica la anulación de la nota previa.

Será necesario superar con éxito el 40% del examen. La nota obtenida en el examen corresponde al 60% de la nota de la asignatura. Las notas de actividades de aula, prácticas y/o trabajos constituyen el 40%. La suma de ambas notas debe ser igual o superior a 5. A aquel alumno que no se supere con éxito el 40% del examen, pero la ponderación final de la nota supere el 5, se le adjudicará una nota de 4,5. A aquel alumno que, aún habiendo realizado las actividades de aula, prácticas y/o trabajos, no se presente al examen se le evaluará con un No Presentado

ORGANIZACIÓN TEMPORAL DEL APRENDIZAJE (Alumnos de 2ª matrícula):		
	BLOQUE DE CONTENIDO/UNIDAD DIDÁCTICA	Nº DE SESIONES (deben sumar 6)
1	INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE	1
2	PROCESOS MOTIVACIONALES EN EL DEPORTE Y EN EL EJERCICIO	2
3	PROCESOS DE GRUPO EN EL DEPORTE	1
4	HABILIDADES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO	2

○ **Para superar la materia en la 3ª matrícula y sucesivas será indispensable:**

3 A partir de la 3ª matrícula, para aprobar la asignatura será necesario obtener una nota igual o superior a 5 en el examen propuesto por el departamento. Esta nota constituirá el 100% de la nota de la asignatura.



BIBLIOGRAFÍA

GENERAL

- Bakker, F.C., Whiting, H.T.A., Brug, H., & Solana, G. (1993). *Psicología del deporte*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte. Principios y aplicaciones*. Valencia: Albatros.
- Cox, R.H. (2007). *Psicología del deporte. Conceptos y sus aplicaciones*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. Madrid: McGraw-Hill.
- Hernandez Mendo, A. (2005). *Psicología del Deporte. Vol I y III*. Sevilla: Wanceulen.
- Olmedilla, A., Garcés de los Fayos, E.J., & Nieto, G. (2002). *Manual de Psicología del Deporte*. Murcia: Diego Martín.
- Weinberg, R.S., & Gould, D. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

ESPECÍFICA

- Garcés de los Fayos (2004). *Burnout en deportistas*. Madrid: EOS
- Márquez, S. (2004). *Ansiedad, estrés y deporte*. Madrid: EOS
- Roberts, G. (1995). *Motivación en el deporte y el ejercicio*. Bilbao: Descleé De Brouwer.