Universidad de Deusto
Deustuko Unibertsitatea

IRAKASGAIAREN PROGRAMA

Titulazioa				Ikasturtea
103.1	**F. PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN - PSICOLOGÍA**			**2011/12**
Irakasgaiaren kodea eta izena				
33189	**Kirolaren psikologia**			
Mota	Hizkuntza	DU kredituak	ECTS kredituak	Noiz egitekoa
HAUTAZKOA	**SPA**	**4,5**	**4**	**2 Seihilekoa**

*Irakaslea

González Suárez, Ángel Manuel

Esta asignatura, incluida en el itinerario de Intervención Psico-social del plan de estudios de Psicología, contribuye al perfil académico-profesional del titulado en psicología con los conocimientos científicos necesarios para comprender, interpretar, analizar y explicar el comportamiento humano en el ámbito del deporte y el ejercicio físico. También lo hace por medio de las destrezas y habilidades básicas para evaluar e intervenir en este ámbito, bien sea a nivel individual, grupal o institucional, y tanto de cara a la optimización del rendimiento como a la promoción y mejora del bienestar, la salud y la calidad de vida.

Sus principales propósitos consisten en comprender los aspectos que influyen en el comportamiento deportivo y en conocer las principales áreas de intervención de la psicología del deporte.

ALDEZ AURREKO BALDINTZAK

Poseer conocimientos de procesos psicológicos básicos del comportamiento humano, dinámica de grupos y equipos, y evaluación psicológica, todos ellos ya trabajados previamente en otras asignaturas de la titulación.

IKASLEAK LORTU BEHARREKO EMAITZAK GAITASUN OROKORRETAN ETA BERARIAZKOETAN ADI

Al finalizar esta asignatura, cada alumno debe ser competente para:

- Saber identificar las necesidades y demandas de las personas y colectivos implicados en el mundo del deporte y el ejercicio físico (e.g., deportistas, entrenadores, clubes deportivos, centros de salud, instituciones educativas, etc.), para poder establecer las metas de actuación psicológica básica en este ámbito.
- Conocer los principios fundamentales de la práctica profesional en el campo de la psicología del deporte y el ejercicio físico.
- Describir y evaluar los factores personales (características de la personalidad, orientaciones individuales y emociones) que afectan al rendimiento y al desarrollo psicológico en el deporte, la educación física y el ejercicio.
- Describir y evaluar los dos tipos principales de factores situacionales que influyen en la conducta deportiva y de ejercicio: los entornos competitivos y cooperativos, por una parte, y el feedback y el refuerzo, por otra.
- Describir y evaluar los procesos de formación y funcionamiento de los grupos deportivos y, en particular, el fenómeno de la cohesión de equipo y su relación con el rendimiento deportivo.
- Elaborar planes de intervención dirigidos al entrenamiento en habilidades psicológicas para la mejora del rendimiento deportivo y el desarrollo personal del deportista.
- Describir y evaluar los factores psicológicos en la relación ejercicio físico-salud.

EDUKIAK

Los contenidos que se van a abordar a lo largo de esta asignatura son los siguientes:

Unidad 1. Introducción a la Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico
Unidad 2. Aspectos diferenciales de la conducta deportiva
- Personalidad y deporte
- Motivación y deporte
- Activación, estrés y ansiedad deportiva.

Unidad 3. Aspectos grupales de la conducta deportiva
- Cohesión de grupo
- Liderazgo

Unidad 4. Entrenamiento psicológico y rendimiento
- Introducción al entrenamiento en habilidades psicológicas
- Diseño de programas de entrenamiento psicológico

Unidad 5. Salud y calidad de vida
- Ejercicio físico y bienestar psicológico
- Adherencia al ejercicio físico

IRAKAS-IKASTEKO ESTRATEGIAK

La asignatura se desarrollará mediante las tres estrategias siguientes:

- Exposición magistral de los temas de la asignatura
- Estudio individual (lectura y análisis documental)
- Trabajo en equipo (sesiones con formato de seminario en las que los alumnos realizarán diferentes ejercicios prácticos,

se tratarán discusiones, se observarán grabaciones videográficas, etc.)

De acuerdo con los 6 ECTS asignados, la distribución del tiempo que corresponde a esta asignatura (150 horas), se organizará de la siguiente manera:

Dentro del aula: 42 horas
- Exposición del profesor: 50% (21 horas)
- Actividades prácticas: 50% (21 horas)

Fuera del aula: 108 horas
- Lectura y estudio de documentos: 14 horas
- Trabajos: 73 horas
- Tutorías: 4 horas
- Preparación de examen: 12 horas
- Realización de examen: 1 hora

EBALUATZEKO SISTEMA

El desarrollo y logro de las competencias se evaluará, tanto en la convocatoria ordinaria como en la extraordinaria, a través de los siguientes procedimientos:

- Evaluación de los conocimientos teóricos y prácticos mediante una prueba objetiva de 50 items, sin penalizacion por respuestas incorrectas, y con una nota minima exigida de 4. (50%)
- Evaluación de la participación en las prácticas internas de la asignatura (25%)
- Evaluación de los trabajos de carácter optativo que el alumno realice individualmente o en grupo (25%)

Los criterios de evaluación a tener en cuenta serán:
- Dominio del tema teórico-práctico
- Participación, e implicación en las actividades de aula.
- Calidad de los trabajos presentados.

DOKUMENTAZIOA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

DOSIL, J. (2004). Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Madrid: McGraw Hill.
WEINBERG, R.S. & GOULD, D. (2010). Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

BIBLIOGRAFÍA DE CONSULTA:

CRUZ, J. (ed.) (1997). Psicología del Deporte. Madrid: Síntesis.
GARCES DE LOS FAYOS, E., OLMEDILLA, A. y JARA, P. (2006). Psicología y Deporte. Murcia: DM
HORN, T. (1992). Advances in Sport Psychology. Champaign, IL: Human Kinetics.
MORRIS, T. & SUMMERS, J. (1995). Sport Psychology. Theory, Applications and Issues. Singapore: John Wiley & Sons.
PÉREZ, G., CRUZ, J. & ROCA, J. (1995). Psicología y Deporte. Madrid: Alianza Editorial.
RIERA, J. & CRUZ, J. (1991). Psicología del Deporte. Aplicaciones y Perspectivas. Barcelona: Martínez Roca.
SINGER, R.N., MURPHEY, M. & TENNANT, L.K. (1993). Handbook of Research on Sport Psychology. New York: Macmillan.
WILLIAMS, J.M. (1991). Psicología Aplicada al Deporte. Madrid: Biblioteca Nueva.

MATERIAL DOCUMENTAL DE LA ASIGNATURA:

- Se entregará copia en papel del material multimedia empleado en las exposiciones magistrales
- Asimismo, se proporcionará listado actualizado de las referencias de Internet directamente relacionadas con la asignatura.