

GUÍA DOCENTE 2011/12

Centro 135 - Facultad de Educación y Deporte. Sección Ciencias de la Actividad Física **Ciclo** Indiferente
Plan GDEPOR10 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte **Curso** 1er curso

ASIGNATURA

25788 - Psicología de la Actividad Física y el Deporte

Créditos ECTS : 6

DESCRIPCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA ASIGNATURA

La asignatura estudia las variables comportamentales que influyen en la actividad física y del deporte y prepara al alumno para comprender y saber utilizar las técnicas psicológicas básicas así como para comprender los principios y elementos básicos de un programa de intervención psicológica en los distintos ámbitos de las actividades físicas y del deporte..

CONTENIDOS TEÓRICO-PRACTICOS

INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE CONCEPTUALIZACIÓN DE LA PSICOLOGÍA DE LA AF Y DEL DEPORTE. HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA DE LA AF Y DEL DEPORTE.
ASPECTOS DIFERENCIALES DE LA CONDUCTA DEPORTIVA Y DE EJERCICIO FÍSICO PERSONALIDAD Y DEPORTE. MOTIVACIÓN Y DEPORTE. ACTIVACIÓN, ESTRÉS Y ANSIEDAD EN EL DEPORTE.
ASPECTOS GRUPALES DE LA CONDUCTA DEPORTIVA Y DE EJERCICIO FÍSICO COHESIÓN DE GRUPO. LIDERAZGO.
ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES PSICOLÓGICAS Y RENDIMIENTO DEPORTIVO INTRODUCCIÓN AL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO
. ASPECTOS PSICOLÓGICOS EN SALUD Y DEPORTE ASPECTOS PSICOLÓGICOS DE LAS LESIONES DEPORTIVAS. BURNOUT Y SOBREENTRENAMIENTO. TRASTORNOS DE ALIMENTACIÓN Y ABUSO DE SUSTANCIAS. ACTIVIDAD FÍSICA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO. ADHERENCIA A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA

METODOLOGÍA

TIPOS DE DOCENCIA

Tipo de Docencia	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Horas de Docencia Presencial	45	5	10						
Horas de Actividad No Presencial del Alumno	45	23	22						

Leyenda: M: Magistral S: Seminario GA: P. de Aula GL: P. Laboratorio GO: P. Ordenador
GCL: P. Clínicas TA: Taller TI: Taller Ind. GCA: P. de Campo

SISTEMAS DE EVALUACIÓN

- Sistema de evaluación final

HERRAMIENTAS Y PORCENTAJES DE CALIFICACIÓN

CONVOCATORIA ORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

MATERIALES DE USO OBLIGATORIO

BIBLIOGRAFIA

Bibliografía básica

- DOSIL, J. (2004). *Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. Madrid: McGraw Hill.
- WEINBERG, R.S. & GOULD, D. (1996). *Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico*. Barcelona: Editorial Ariel.

Bibliografía de profundización

- 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.
- 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.

Revistas

- Revista de Psicología del Deporte
Cuadernos de Psicología del Deporte
Revista Iberoamericana de Psicología del Deporte y el Ejercicio
Journal of Applied Psychologist
Motricidad/European Journal of Human Movement
Revista de Entrenamiento Deportivo
Journal of Sports Medicine and Physical Fitness

Direcciones de internet de interés

- American Psychological Association: www.apa.org
Asociación Vasca de Psicología del Deporte-Euskal Kirol Psikologiaren Elkartea (EKIPE): www.ekipe.org
Federación Europea de Psicología del Deporte: www.fepsac.com
Federación Española de Psicología del Deporte: www.psicologiadeporte.org
Lictor: Portal de Psicología del Deporte: www.lictor.com
Revista de Psicología del Deporte: www.rpd-online.com
Sociedad Internacional de Psicología del Deporte: www.issponline.org

OBSEVACIONES