

i ASIGNATURA PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

Código	41120006
Titulación	GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y D ...
Módulo	MÓDULO I: FORMACIÓN BÁSICA
Materia	MATERIA I.3 PSICOLOGÍA
Curso	1
Duración	SEGUNDO SEMESTRE
Tipo	FORMACIÓN BÁSICA
Idioma	CASTELLANO
ECTS	6
Teoría	4
Práctica	2
Departamento	C131 - PSICOLOGIA

✓ REQUISITOS Y RECOMENDACIONES

Requisitos

- Nivel de idioma: El alumno/a debe conocer el uso hablado y escrito del español
- Carácter presencial de la asignatura.
- Código ético: las conductas de "plagio" en las actividades teóricas y prácticas son éticamente reprobables. Asimismo las conductas irrespetuosas hacia los miembros de la comunidad universitaria están fuera del código ético de esta asignatura.

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	1/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

Recomendaciones

- Sería recomendable que el alumno/a se acreditara en un nivel de idiomas B1 respecto a una segunda lengua.
 - Se recomienda recordar contenidos de filosofía, biología o estadística propios de otras asignaturas u otros niveles de estudio anteriores.
- Esta asignatura podría utilizar herramientas on line o procedimientos computerizados para presentación de trabajos, por lo que se recomienda al alumno/a que maneje este tipo de herramientas.
- Se recomienda al alumno/a que participe en el programa de formación complementaria, así como en el de Apoyo al Aprendizaje desarrollado por el Servicio de Atención Psicológica y Psicopedagógica de la UCA, cuya información puede consultar en <http://www.uca.es/sap/>
 - Es muy aconsejable el acceso y uso de los Recursos Electrónicos de la web de la biblioteca de la UCA: http://diana.uca.es/search~S3*spj

RESULTADO DEL APRENDIZAJE

Id.	Resultados
1.	El alumno es capaz de conocer la evolución histórica de la psicología del deporte.
2.	El alumno es capaz de comprender los fundamentos teóricos de la psicología del deporte como disciplina científica y campo práctico de aplicación, siendo capaz de reconocer la importancia de la psicología del deporte para el deporte escolar y la enseñanza deportiva.
3.	El alumno es capaz de conocer los métodos para comprender e influir en los procesos y fenómenos psíquicos del deporte, así como los fundamentos psicomotivadores en la acción deportiva.
4.	El alumno es capaz de conocer las teorías del aprendizaje y analizar los procesos psicológicos de aprendizaje implicados en la práctica deportiva.
5.	El alumno es capaz de comprender la relación entre el desarrollo de la personalidad y el deporte y el efecto de transferencia de las formas de conducta adquiridas con el deporte, a otros sectores de la vida del individuo.

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
 Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	2/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

Id.	Resultados
6.	El alumno es capaz de conocer las condiciones, los fundamentos y los efectos psicosociales de la enseñanza deportiva.

COMPETENCIAS

Id.	Competencia	Tipo
CBB6	Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.	GENERAL
CEE1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas	ESPECÍFICA
CEE2	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar	ESPECÍFICA

CONTENIDOS

TEMA 1: Fundamentos de la Psicología del Deporte y Psicología del Deportista

TEMA 2: Procesos Cognitivos implicados en el rendimiento deportivo.

- Atribución causal en el deporte.
- Procesos atencionales.
- Estrategias de afrontamiento en el deporte.

TEMA 3: Procesos Motivacionales en el rendimiento deportivo.

- Autoconfianza y motivación intrínseca.
- Teoría desde la perspectiva de metas.

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	3/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

TEMA 4: LOS ESTADOS EMOCIONALES EN EL DEPORTE

- Emociones y la Regulación de Emociones en la actividad física deportiva.
- Aplicaciones de la inteligencia emocional al deportista.
- Ansiedad y estrés en el deporte.

TEMA 5: ASPECTOS PSICOSOCIALES DEL DEPORTE

- Aspectos Psicosociales en la actividad física deportiva. Facilitación vs. obstaculización social, cohesión de grupo, ayuda y conformismo.
- Cohesión grupal.
- Liderazgo y comunicación del deporte.

TEMA 6: APRENDIZAJE Y DEPORTE

- Procesos de Aprendizaje para la formación deportiva.
- Formulación de objetivos.

SISTEMA DE EVALUACIÓN

Criterios generales de evaluación

Tipo de evaluación: continua

Examen:

Se debe reflejar adecuación, claridad, coherencia y precisión de las respuestas.

Asistencia:

Dado el carácter presencial de la asignatura, recogido en la memoria del Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, se considera la asistencia a clase imprescindible dado que ni el aprendizaje consolidado ni su comprobación son posibles sin ella.

Las faltas, justificadas o no, más allá del 20% (20% de las sesiones teóricas y 20% de las sesiones prácticas) establecido o la carencia de trabajos solicitados impedirán la superación de la asignatura y la presentación al examen de evaluación continua.

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	4/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

El/la alumno/a que no haya cumplido con el porcentaje de asistencia y/o suspendido la evaluación en su primera convocatoria podrá presentarse a la oficial del siguiente semestre y siguientes en un examen global de la asignatura consistente en una o más actividades de evaluación. Así las asignaturas del primer semestre podrán realizarla a partir de junio y las del segundo a partir de septiembre. En ningún caso esta evaluación global podrá suponer penalización/reducción en la nota obtenida.

(Art. 2 del Reglamento que regula el régimen de evaluación de los alumnos de la Universidad de Cádiz aprobado en Consejo de Gobierno, 21 de junio de 2016, BOUCA 212).

Trabajos:

Se requiere elaboración/presentación de diferentes trabajos recogidos en la ficha de la asignatura. Deberán ser aprobados con independencia de la prueba de examen. Se valora el nivel de búsqueda, profundización y desarrollo de los trabajos propuestos individuales y grupales.

Imposibilidad temporal para realizar las prácticas:

En casos justificados por lesión u otra causa médica que no permitan la realización de las actividades prácticas el alumno/a deberá presenciarlas e implicarse en la medida de lo posible. En el caso de que la lesión impida realizar más del 50% de las sesiones prácticas, estas quedarán supeditadas a la superación de una prueba práctica final o a la evaluación con examen global.

Alumnos repetidores:

En el caso de que el alumno repetidor desee acogerse al régimen de evaluación continua deberá solicitar un informe al profesor que impartió la asignatura suspendida (en caso de ser diferente) donde se indicarán los apartados superados (asistencia, trabajos, exámenes u otras actividades incluidas en el apartado sistemas de evaluación de la ficha de la asignatura).

En el caso de que algunos de esos apartados este suspenso deberá acogerse a los siguientes criterios:

a) Asistencia: estarán exentos de asistir a clase si el profesor que impartió la asignatura durante el anterior curso académico informa que ha asistido regularmente a clase y no ha superado el porcentaje máximo de inasistencias a las sesiones teóricas y/o prácticas. Dicho de otra forma. "podrán quedar eximidos, total o parcialmente, de la realización de las actividades presenciales de una asignatura los alumnos que se encuentren repitiendo dicha asignatura (segunda matrícula o sucesivas) o que hubieran cursado otra análoga perteneciente a planes de estudios en extinción, habiendo demostrado en su día la suficiencia en dicha parte de la

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	5/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

asignatura; en el supuesto de que el alumno opte por realizar de nuevo las prácticas se entenderá que renuncia a la suficiencia que se le otorgaba, y por tanto estará obligado a los mismos requisitos de asistencia y examen que los alumnos de nuevo acceso".

b) Trabajos pendientes: el alumno deberá ponerse en contacto con el profesor que imparta la asignatura durante ese curso académico para aportar los trabajos correspondientes al año en curso.

c) Examen: se examinará junto con sus compañeros en la convocatoria que estime oportuna en base al programa aprobado para la asignatura durante ese curso académico.

Al alumno repetidor se le respetarán los apartados a), b) y c) únicamente durante un año académico, a excepción de las prácticas que se mantendrán.

El alumno repetidor, aún habiendo cursado durante el primer año la opción de evaluación continua, puede optar durante el año o años en los que esté repitiendo la asignatura y a partir de la segunda convocatoria oficial del año en curso, por la realización de un examen global de la asignatura consistente en una o más actividades de evaluación.

Erasmus:

Aquellos alumnos/as que habiendo participado en una convocatoria Erasmus hayan suspendido alguna de las asignaturas previstas para su convalidación dentro de este programa podrán presentarse durante el mismo curso académico, en el que fueron Erasmus, a la convocatoria de examen de la asignatura homóloga del Grado en CC de la Actividad Física y el Deporte de la UCA. Para ello deberán aportar informe del Coordinador Erasmus de la Universidad de destino donde conste que ha realizado las prácticas de esa asignatura, así como el visto bueno de su Coordinador Académico Erasmus. Deberá acogerse a los criterios de evaluación recogidos en la ficha de la asignatura (trabajos u otras actividades recogidas en el apartado sistemas de evaluación). Se deja a criterio del profesor de la asignatura la adaptación de los requisitos del trabajo grupal/individual o alguna otra actividad que requiera ser realizada en grupo.

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	6/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

Procedimiento de calificación

Observación directa (1)

5% DE LA NOTA FINAL

Trabajo individual (2)

15% DE LA NOTA FINAL

Trabajo en grupo (3)

20% DE LA NOTA FINAL

Pruebas escritas/orales (4)

60% DE LA NOTA FINAL

Por acuerdo de la comisión del Grado, el examen deberá estar aprobado para que se computen el resto de las notas.

Para poder optar a la evaluación continua es preciso asistir al 80% de las actividades formativas presenciales y haber superado de forma independiente el resto de apartados con al menos el 50% del porcentaje establecido para cada uno de ellos.

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	7/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

Procedimientos de evaluación

Tarea/Actividades	Medios, técnicas e instrumentos
1.- Actividades de evaluación general	1.- Actividades de evaluación general Exámenes Cuestionarios on-line Foros de trabajo Exposición en clases Realización y valoración de prácticas Diseños de trabajos sobre los aspectos psicológicos a evaluar en una disciplina deportiva determinada
2.- Pruebas escritas/orales. Entre 20 y 60%. Optamos por el 60%. Será un examen tipo test de opción múltiple con 4 alternativas de respuesta (descontando los errores según la fórmula de $P=A-E/n-1$) sobre los aspectos teóricos de la asignatura. Competencias a evaluar: CEE1, CEE2, CB6, SES5 ES IMPRESCINDIBLE SUPERAR EL EXAMEN PARA PODER COMPUTAR EL RESTO DE LAS NOTAS.	2.- Pruebas escritas/orales. Examen tipo test con 4 alternativas de respuesta (descontando los errores según la fórmula de $P=A-E/n-1$) Se aprueba con un 5 (sobre 10) ó un 3 (sobre 6 como es el caso).

PROFESORADO

Profesorado	Categoría	Coordinador
GUTIERREZ TRIGO, JUAN MANUEL	PROFESOR SUSTITUTO INTERINO	Sí

ACTIVIDADES FORMATIVAS

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	8/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

Actividad	Horas	Detalle
01 Teoría	32	<p>SESIONES TEÓRICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fundamentos de la Psicología del deporte y Psicología del deportista. - Procesos cognitivos implicados en el rendimiento deportivo. - Procesos motivacionales en el rendimiento deportivo. - Los estados emocionales en el deporte. - Aspectos psicosociales del deporte. - Aprendizaje y deporte.
02 Prácticas, seminarios y problemas	16	<p>SESIONES PRÁCTICAS</p> <p>Las practicas y seminarios estarán encaminadas a entender los procesos psicológicos básicos con mayor repercusión sobre el deporte y la actividad física.</p> <p>Asimismo se dará a conocer y se administrarán diferentes tipos de instrumentos para medir diversos aspectos psicológicos implicados en el deporte.</p> <p>Se trabajará con materiales tales como artículos científicos, cuestionarios, casos prácticos, videos, dinámicas de grupo, etc.</p>
10 Actividades formativas no presenciales	90	<p>SESIONES NO PRESENCIALES</p> <p>Trabajo autónomo: Estudio del alumno/a. Preparación individual de las lecturas, la resolución de problemas, trabajos, memorias, etc., para integrar el conocimiento que ha de presentar y debatir con el grupo.</p> <p>Apoyo y trabajo on line.</p>
11 Actividades formativas de tutorías	5	<p>SESIONES DE TUTORIAS</p> <p>Tutorías profesora-alumno/a: Sesiones de interacción y actividad del profesor con el alumnado o con los grupos de trabajo para la resolución de dudas y aclaraciones.</p>

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
 Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	9/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

Actividad	Horas	Detalle
12 Actividades de evaluación	4	EVALUACIÓN Evaluación de las actividades de grupo. Evaluación del rendimiento individual. Evaluación de la profesora por parte de los alumnos. Autoevaluación.
13 Otras actividades	3	OTRAS ACTIVIDADES Trabajo individual basado en la discusión y valoración de un documental o película relacionando el deporte con los contenidos del temario. Dicha aportación se realizará mediante foro en el campus virtual.

BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía básica

Cox, R. H. (2007). *Psicología del Deporte. Conceptos y Aplicaciones*. (6ª Edición) Madrid: Ed. Médica-Panamericana.

Cruz, J. (ed) (1997) *Psicología del Deporte*. Madrid: Síntesis.

Dosil, J. (ed) (2002) *Psicología aplicada al deporte*. Madrid: Síntesis.

Garcés de los Fayos, E.J., Olmedilla, A. i Jara, P. (eds) (2006) *Psicología y Deporte*. Murcia: Diego Marín.

UIB – UAB (1992-) *Revista de Psicología del Deporte* (www.rpd-online.com).

Weinberg, RS i Gould, D (1996) *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	PÁGINA	10/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

Buceta, JM (1998) Psicología del Entrenamiento Deportivo. Madrid: Dykinson.

Bibliografía específica

González, L. J. (1996). El entrenamiento psicológico en los deportes. Madrid: Biblioteca Nueva.

Lawther, J. D. y John D. (1987). Psicología del Deporte y del Deportista. Barcelona: Paidós.

Thomas, A. (1982). Psicología del Deporte. Barcelona: Gerder.

Bibliografía ampliación

Mestre, J. M. (2012). La regulación de las emociones. Madrid: Pirámide.

COMENTARIOS

- El alumnado con la asignatura pendiente o repetidor deberá actualizar el examen teórico a los contenidos de la actual asignatura vigente.
- Todas las asignaturas de los Grados impartidos en la Facultad de Ciencias de la Educación forman parte del Plan de Lenguas de Centro y podrán incluir actividades orientadas a mejorar la competencia idiomática de los estudiantes, según los planteamientos establecidos en el mencionado Plan.

MECANISMOS DE CONTROL

Asistencia a clase, actividades y tareas a través del campus virtual, tutorías programadas y exámenes.

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==	PÁGINA 11/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==

El presente documento es propiedad de la Universidad de Cádiz y forma parte de su Sistema de Gestión de Calidad Docente.

En aplicación de la Ley 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, así como la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, toda alusión a personas o colectivos incluida en este documento estará haciendo referencia al género gramatical neutro, incluyendo por lo tanto la posibilidad de referirse tanto a mujeres como a hombres.

Código Seguro de verificación: 4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://verificarfirma.uca.es>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	MARIA DEL CARMEN JAREÑO CEPILLO	FECHA	04/02/2019
ID. FIRMA	angus.uca.es	4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==	PÁGINA 12/12



4xvNOjbSM7m+EA9BwqLO8w==