

## 25933 - Psicología social del deporte y del ejercicio físico

### Información del Plan Docente

<b>Año académico</b>	2016/17
<b>Centro académico</b>	301 - Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
<b>Titulación</b>	270 - Graduado en Psicología
<b>Créditos</b>	6.0
<b>Curso</b>	
<b>Periodo de impartición</b>	Cuatrimestral
<b>Clase de asignatura</b>	Optativa
<b>Módulo</b>	---

### 1. Información Básica

#### 1.1. Recomendaciones para cursar esta asignatura

Sería recomendable haber cursado las asignaturas obligatorias de 1º y 2º del grado de psicología.

#### 1.2. Actividades y fechas clave de la asignatura

Las fechas clave de la asignatura se establecerán en función del calendario académico oficial y se darán a conocer al alumnado el primer día de curso. Estarán también disponibles en moodle

Los horarios y fechas clave de la asignatura puede consultarse en la página web de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas ( <http://fcsh.unizar.es/> ).

### 2. Inicio

#### 2.1. Resultados de aprendizaje que definen la asignatura

El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados...

- Conocer las funciones del psicólogo en el contexto deportivo
- Saber utilizar las fuentes documentales relevantes en Psicología del Deporte con capacidad de análisis crítico y de síntesis, así como mantener actualizados los conocimientos y destrezas de la profesión
- Saber lanzar hipótesis, plantear el problema, evaluar e intervenir tanto a nivel individual como grupal
- Identificar las relaciones sociales que se establecen, siendo capaz de identificar los problemas

#### 2.2. Introducción

Breve presentación de la asignatura

Con esta asignatura se pretende sentar las bases para el estudio de la psicología del deporte, haciendo énfasis en las relaciones sociales y en la importancia de éstas en el desarrollo de la práctica deportiva. Se trata de una asignatura optativa del Área de psicología social que se imparte en el primer semestre del tercer curso.

Programa de la Asignatura  
Contenidos temáticos

## 25933 - Psicología social del deporte y del ejercicio físico

Los contenidos de la asignatura se dividen en 5 bloques básicos. En el primero se presenta la Psicología del deporte, sus antecedentes y su situación actual. El bloque dos se centra en las relaciones entre deporte, salud y bienestar psicológico. El tercer bloque se dedica a diferentes factores psicológicos de gran centralidad en el deporte, como la motivación. Se presentan también los principales instrumentos de evaluación utilizados en este ámbito. El cuarto bloque se centra en la aplicación de la psicología al deporte de competición y rendimiento.

### 3.Contexto y competencias

#### 3.1.Objetivos

La asignatura y sus resultados previstos responden a los siguientes planteamientos y objetivos:

La asignatura de Psicología Social del Deporte tiene como objetivo fundamental introducir a los estudiantes de psicología en los principios teóricos, metodológicos y éticos que definen el trabajo del psicólogo en el contexto del ejercicio físico y del deporte. ^

Los objetivos podemos distinguirlos en:

#### Declarativos

- Conceptualización y comprensión del comportamiento del deportista.
- Introducción al estudio del comportamiento del deportista.
- Conocimiento de las relaciones existentes entre la Psicología, la Psicología Social y la Psicología del Deporte.
- Conocimiento de técnicas y métodos de investigación.
- Utilización de terminología propia del objeto de estudio de la asignatura.
- Reflexión sobre el cambio de actitudes en la práctica deportiva.

#### Procedimentales

- Iniciar al alumno/a en las diferentes técnicas de recogida de datos.
- Iniciar al alumno/a en diferentes estrategias de intervención.
- Iniciar al alumno/a en estrategias básicas de implementación y evaluación de programas.

#### Actitudinales

- Establecer una actitud positiva hacia la práctica deportiva como mejora de la calidad de vida de los individuos.
- Favorecer hábitos de vida saludable desde la práctica deportiva.
- Tener una actitud abierta hacia la práctica de la profesión en este contexto .

#### 3.2.Contexto y sentido de la asignatura en la titulación

La asignatura de Psicología Social del deporte se incorpora como una optativa dentro del itinerario de Psicología Social que oferta la titulación de Graduado en Psicología. Se trata de una asignatura muy específica y aplicada, donde la preparación y formación general como psicólogo se plantea dentro del contexto del ejercicio físico y del deporte. Esta característica de ser única en el plan de estudios, hace de ella una asignatura esencial para aquellos que quieran dedicarse profesionalmente a este contexto.

#### 3.3.Competencias

Al superar la asignatura, el estudiante será más competente para...

## 25933 - Psicología social del deporte y del ejercicio físico

(5) Conocer y comprender los factores culturales y los principios psicosociales que intervienen en el comportamiento de los individuos, de los grupos y de las organizaciones.

- Conocer y comprender los factores culturales y los principios psicosociales que intervienen en el comportamiento de los individuos, de los grupos y de las organizaciones.

(9) Conocer los distintos campos de aplicación de la Psicología y tener los conocimientos necesarios para incidir y promover la calidad de vida en los individuos, grupos, comunidades y organizaciones en los distintos contextos: educativo, clínico y salud, trabajo y organizaciones y comunitario. Respetar y promocionar los Derechos Humanos, así como su aplicación a las personas con necesidades educativas especiales, lo que implica el conocimiento y ejercicio de los principios de igualdad de oportunidades, no discriminación, accesibilidad universal y diseño para todos

- Conocer los distintos campos de aplicación de la Psicología y tener los conocimientos necesarios para incidir y promover la calidad de vida en los individuos, grupos, comunidades y organizaciones en los distintos contextos: educativo, clínico y salud, trabajo y organizaciones y comunitario. Respetar y promocionar los Derechos Humanos, así como su aplicación a las personas con necesidades educativas especiales, lo que implica el conocimiento y ejercicio de los principios de igualdad de oportunidades, no discriminación, accesibilidad universal y diseño para todos

(16) Saber describir y medir los procesos de interacción, la dinámica de los grupos y la estructura grupal e intergrupal

- Saber describir y medir los procesos de interacción, la dinámica de los grupos y la estructura grupal e intergrupal

(17) Ser capaz de identificar diferencias, problemas y necesidades grupales e intergrupales grupales e intergrupales.

- Ser capaz de identificar diferencias, problemas y necesidades grupales e intergrupales
- Saber identificar problemas y necesidades organizacionales e interorganizacionales.
- Saber analizar el contexto donde se desarrollan las conductas individuales, los procesos grupales y organizacionales

(21) Saber seleccionar y administrar los instrumentos, productos y servicios y ser capaz de identificar a las personas y grupos interesados.

- Saber seleccionar y administrar los instrumentos, productos y servicios y ser capaz de identificar a las personas y grupos interesados.

(22) Identificar las características relevantes del comportamiento de los individuos y grupos, sus problemas y necesidades, así como planificar y ejecutar las intervenciones adecuadas. Identificar las características relevantes del comportamiento de los individuos y grupos, sus problemas y necesidades, así como planificar y ejecutar las intervenciones adecuadas.

(23) Promover e incidir en la salud, la calidad de vida y bienestar de los individuos, grupos, comunidades y organizaciones.

- Promover e incidir en la salud, la calidad de vida y bienestar de los individuos, grupos, comunidades y organizaciones.

### 3.4. Importancia de los resultados de aprendizaje

Después de cursar esta asignatura los estudiantes conocerán los fundamentos de la psicología del deporte y sus ámbitos de aplicación.

### 4. Evaluación

El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación

La nota final de la asignatura es global, es decir, el alumno obtiene una única puntuación que resulta de la valoración de su rendimiento el conjunto de las actividades realizadas

La evaluación de los contenidos teóricos de la asignatura se realizará a través de:

## 25933 - Psicología social del deporte y del ejercicio físico

- Dos pruebas escritas, que se realizarán las semanas 7 y 14 del semestre (50% de la nota final)
- Actividades prácticas (50% de la nota final)

Los contenidos conceptuales de los que se examinan los alumnos son los incluidos en el dossier de lecturas de la asignatura, así como a las explicaciones impartidas en las sesiones teóricas y prácticas.

Se proporcionará a los estudiantes, al principio del semestre, indicaciones precisas sobre las actividades prácticas.

Para superar la asignatura es preciso tener una nota superior a 5 en cada una de las pruebas teóricas y en la evaluación de las actividades prácticas.

Prueba global final

Los estudiantes que no sigan la evaluación continua podrán acogerse a una evaluación final. Esta evaluación incluirá:

- Prueba escrita final, que supone el 60% de la calificación. Los contenidos de esta prueba son los incluidos en las sesiones teóricas y en el dossier de lecturas obligatorias de la asignatura
- Trabajo tutelado, que supone el 30% de la calificación final
- Presentación oral del trabajo tutelado: 10% de la calificación final. Los criterios de evaluación de esta presentación son: claridad expositiva, calidad de los contenidos y adecuación al tiempo fijado

También realizarán una evaluación final los estudiantes que no hayan superado la evaluación continua.

Esta evaluación final incluye:

- Prueba escrita sobre los contenidos teóricos: 60% de la calificación. Los contenidos de esta prueba son los incluidos en las sesiones teóricas y en el dossier de lecturas de la asignatura
- Prueba escrita sobre las actividades prácticas y resolución de un problema: 40% de la calificación final

**Para conocer la tasa de éxito y de rendimiento de anteriores académicos se pueden consultar los siguientes enlaces:**

Información de resultados Curso académico 2008/09

[http://titulaciones.unizar.es/psicologia/infor\\_resultados.html](http://titulaciones.unizar.es/psicologia/infor_resultados.html)

## 25933 - Psicología social del deporte y del ejercicio físico

Información de resultados Curso académico 2009/10

[http://titulaciones.unizar.es/psicologia/infor\\_resultados10.html](http://titulaciones.unizar.es/psicologia/infor_resultados10.html)

Información de resultados Curso académico 2010/11

[http://titulaciones.unizar.es/psicologia/infor\\_resultados11.html](http://titulaciones.unizar.es/psicologia/infor_resultados11.html)

Para más información consultar el Reglamento de Normas de Evaluación del Aprendizaje de la Universidad de Zaragoza: [http://www.unizar.es/sg/doc/6.1.Evaluaciondefinitivodia24\\_001.pdf](http://www.unizar.es/sg/doc/6.1.Evaluaciondefinitivodia24_001.pdf) .

### 5.Actividades y recursos

#### 5.1.Presentación metodológica general

El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente:

1. Clases magistrales. Las clases teórico-prácticas o magistrales consistirán en la exposición por parte del profesor de los diferentes temas del Programa de la Asignatura, junto a la realización simultánea de ejercicios prácticos en el aula (análisis de vídeos, análisis de casos, etc.) utilizando para ello una metodología dinámica y participativa por parte de los alumnos que debe verse complementada por parte del alumno del estudio de las lecturas obligatorias por tema.

2. Actividades prácticas y seminarios

3.Tutorías. Durante el curso el alumno dispone de un horario oficial de tutorías que puede utilizar para plantear cualquier consulta sobre los contenidos teóricos y prácticos de la materia.

#### 5.2.Actividades de aprendizaje

El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades...

- Asistencia de forma regular a las lecciones magistrales. (Presencial)
- Asistencia a los seminarios y actividades prácticas. (Presencial)
- Preparación de las actividades prácticas y seminarios: búsqueda de información, asistencia a tutorías, grupos de discusión en moddle. (No presencial)
- Estudiar los contenidos del programa utilizando las referencias bibliográficas y el material entregado a lo largo del curso.

#### 5.3.Programa

1. Introducción a la Psicología del Deporte: teoría y práctica
2. Deporte, Salud y Bienestar Psicológico

## 25933 - Psicología social del deporte y del ejercicio físico

3. Factores Psicológicos en el Deporte
4. Habilidades Psicológicas en el Deporte
5. Deporte en colectivos específicos

### 5.4. Planificación y calendario

Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

Al inicio del semestre se proporcionará a los alumnos el calendario pormenorizado de las actividades teóricas y prácticas. Este calendario estará disponible en moodle

Bibliografía  
Referencias básicas

Dossier de lecturas obligatorias que se proporcionará al inicio del semestre

Lecturas complementarias, que se colgarán en moodle

### 5.5. Bibliografía y recursos recomendados

- Dosil, Joaquín. Psicología de la actividad física y del deporte / Joaquín Dosil Madrid : McGraw-Hill, 2004
- Psicología del deporte / Jaume Cruz Feliu (editor) Madrid : Síntesis, 2001
- Síndrome de sobreentrenamiento : una visión desde la psicobiología del deporte / Ferran Suay i Lerma, (coordinador) Barcelona : Paidotribo, cop. 2003
- Weinberg, Robert S.. Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico / Robert S. Weinberg, Daniel Gould. . - 4a. ed. Buenos Aires ; Madrid [etc.] : Editorial Médica Panamericana, cop. 2010.