

Guía Docente				
Datos Identificativos				2012/13
Asignatura (*)	Psicología da actividade física e do deporte	Código	620G01011	
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	2º cuatrimestre	Segundo	Formación básica	6
Idioma				
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinación	Ezquerro García-Noblejas, María Milagros	Correo electrónico	mmilagro.ezquerro@udc.es	
Profesorado	Ezquerro García-Noblejas, María Milagros	Correo electrónico	mmilagro.ezquerro@udc.es	
Web				
Descrición xeral	<p>La Psicología aplicada al Deporte y a la Actividad Física ofrece al estudiante una experiencia formativa, tanto desde el punto de vista académico como personal y profesional, desarrollando las competencias necesarias para que pueda aplicar los recursos psicológicos que corresponden, estrictamente, a su desempeño profesional, diferenciándolo del que concierne a los psicólogos.</p> <p>La Psicología estudia la conducta humana y los procesos implicados en ésta. A su vez, la conducta está en función del entorno físico y social que la enmarca y requiere la participación de múltiples sistemas fisiológicos.</p> <p>Por tanto, al estudiar la conducta en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva, es indispensable tomar en consideración las características del escenario en que se emite dicha conducta, así como la condición orgánica del individuo.</p> <p>La Psicología aplicada tiene como objetivo fundamental, utilizar el conocimiento científico desarrollado por esta disciplina para beneficiar a las personas, ayudándolas a lograr sus objetivos, modificando o implementando las variables que dificultan su funcionamiento óptimo.</p>			

Competencias da titulación	
Código	Competencias da titulación
A4	Coñecer e comprender as bases que aporta a educación física á formación das persoas.
A5	Fomentar a convivencia, estimulando e poñendo en valor a capacidade de constancia, esforzo e disciplina dos participantes nas actividades de educación física e deportiva.
A7	Promover e avaliar a formación de hábitos de actividade física e deporte ao longo do ciclo vital, considerando que a idade, o xénero ou a discapacidade son variables que necesitan da intervención consciente para favorecer a igualdade de oportunidades.
A8	Deseñar, desenvolver, e avaliar os procesos de ensino ? aprendizaxe, relativos á actividade física e o deporte, con atención e tutorización segundo as características individuais e contextuais das persoas (xénero, idade, discapacidade, culturas, etc.).
A11	Posuír o conxunto de habilidades ou competencias docentes que faciliten o proceso de ensino-aprendizaxe na aula de educación física.
A12	Avaliar e elaborar instrumentos de recollida de datos que atendan aos aprendizaxes do alumno, ao proceso de ensino en sí e á función do docente.
A15	Coñecer, saber seleccionar e saber aplicar as técnicas de modificación de conduta que pode utilizar o profesional de Educación Física e Deportes nos diferentes ámbitos da súa competencia laboral.
A22	Comprender os fundamentos neurofisiolóxicos e neuropsicolóxicos subxacentes ao control do movemento e, de ser o caso, ás diferenzas por xénero. Ser capaz de realizar a aplicación avanzada do control motor na actividade física e o deporte.
A27	Aplicar os principios cinesiolóxicos, fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais nos contextos educativo, recreativo, da actividade física e saúde e do adestramento deportivo, recoñecendo as diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres e a influencia da cultura de xénero nos hábitos de vida dos participantes.

Código Seguro De Verificación	cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==	Estado	Data e hora
Asinado Por	Secretario/a Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física - Miguel Ángel González Valeiro	Asinado	13/12/2023 12:24:51
Observacións		Páxina	1/7
Url De Verificación	<a href="https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==">https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==</a>		
Normativa	Este informe ten o carácter de copia electrónica auténtica con validez e eficacia administrativa de ORIGINAL (art. 27 Lei 39/2015).		



A31	Realizar a análise funcional da conduta nos contextos deportivos, educativos ou de exercicio físico para a saúde, como paso previo á intervención psicolóxica.
A35	Coñecer e saber aplicar o método científico nos diferentes ámbitos da actividade física e o deporte, así como saber deseñar e executar as técnicas de investigación precisas, e a elección e aplicación dos estatísticos adecuados.
B1	Coñecer e posuír a metodoloxía e estratexia necesaria para a aprendizaxe nas ciencias da actividade física e do deporte.
B2	Resolver problemas de forma eficaz e eficiente no ámbito das ciencias da actividade física e do deporte.
B5	Comportarse con ética e responsabilidade social como cidadán.
B7	Xestionar a información.
B8	Desenvolver hábitos de excelencia e calidade nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.
B9	Comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte en lingua inglesa e en outras linguas de presenza significativa no ámbito científico.
B11	Desenvolver competencias para a adaptación a novas situacións e resolución de problemas, e para a aprendizaxe autónoma.
B12	Coñecer os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional e actuar de acordo con eles.
B13	Coñecer e aplicar metodoloxías de investigación que faciliten a análise, a reflexión e cambio da súa práctica profesional, posibilitando a súa formación permanente.
B16	Dominar habilidades de comunicación verbal e non verbal necesarias no contexto da actividade física e o deporte.
B18	Comprometirse e involucrarse socialmente coa súa profesión e en concreto, coa situación actual da actividade física e o deporte na educación formal; coa xestión do centro educativo; cos seus compañeiros (traballo cooperativo) e con aqueles aos que educa.
B19	Exercer a profesión con responsabilidade, respecto e compromiso.
B20	Coñecer, reflexionar e adquirir hábitos e destrezas para a aprendizaxe autónoma e o traballo en equipo a partir das prácticas externas en algún dos principais ámbitos de integración laboral, en relación ás competencias adquiridas no grao que se verán reflectidas no traballo fin de grao.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.
C6	Valorar criticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.
C7	Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.
C8	Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.

Resultados da aprendizaxe			
Competencias de materia (Resultados de aprendizaxe)	Competencias da titulación		
	Conocer y comprender los principios de la Psicología científica y su aplicación a los contextos educativo, deportivo y de actividad física saludable	A22	B1
A27		B2	C6
A31		B5	C7
A35		B7	C8
		B8	
		B9	
		B12	
		B19	
		B20	

<b>Código Seguro De Verificación</b>	cYmxJt3GIcaDT50McxGVlA==	<b>Estado</b>	<b>Data e hora</b>
<b>Asinado Por</b>	Secretario/a Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física - Miguel Ángel González Valeiro	Asinado	13/12/2023 12:24:51
<b>Observacións</b>		<b>Páxina</b>	2/7
<b>Url De Verificación</b>	<a href="https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGVlA==">https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGVlA==</a>		
<b>Normativa</b>	Este informe ten o carácter de copia electrónica auténtica con validez e eficacia administrativa de ORIGINAL (art. 27 Lei 39/2015).		



Conocer y diferenciar los diferentes tipos de manifestaciones conductuales y, en especial, lo concerniente a la naturaleza de los hábitos y el procedimiento para su instauración y eliminación.	A7 A15 A22 A27 A31 A35	B1 B2 B7 B8 B9 B11 B12 B13 B16 B18 B19 B20	C1 C6 C7 C8
Saber diferenciar entre variables observables e inferidas y conocer las implicaciones científicas y prácticas de dicha diferenciación	A7 A12 A15 A27 A35	B1 B2 B8 B11 B12 B13 B18 B19	C1 C6 C7 C8
Saber hacer el análisis funcional de la conducta, estableciendo las interacciones entre las variables ambientales y personales implicadas en el comportamiento. Saber aplicarlo a diferentes casos	A7 A8 A11 A12 A15 A22 A27 A31 A35	B1 B2 B5 B8 B12 B13 B18 B19 B20	C1 C6 C7
Conocer y seleccionar las técnicas de autocontrol relevantes para desarrollar las competencias psicológicas del profesional en EFyD	A22 A27	B1 B2 B5 B7 B8 B9 B12 B13 B19	C1 C6 C7
Conocer, saber seleccionar y saber aplicar las técnicas de modificación de conducta que puede utilizar el profesional de Educación Física y Deportes en diferentes ámbitos de su competencia laboral	A15 A22 A27 A35	B1 B2 B5 B7 B13 B16	C1 C7 C8

<b>Código Seguro De Verificación</b>	cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==	<b>Estado</b>	<b>Data e hora</b>
<b>Asinado Por</b>	Secretario/a Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física - Miguel Ángel González Valeiro	Asinado	13/12/2023 12:24:51
<b>Observacións</b>		<b>Páxina</b>	3/7
<b>Url De Verificación</b>	<a href="https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==">https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==</a>		
<b>Normativa</b>	Este informe ten o carácter de copia electrónica auténtica con validez e eficacia administrativa de ORIGINAL (art. 27 Lei 39/2015).		



Saber identificar y desarrollar las competencias personales y las técnicas y estrategias psicológicas necesarias para el desempeño profesional específico, tanto en el ámbito educativo, como en el deportivo, de la gestión, de la promoción de la salud mediante la actividad física o de las actividades de ocio y recreación deportivas.	A4	B1	C1
	A5	B2	C6
	A22	B5	C7
	A27	B7	C8
	A35	B8	
		B12	
		B16	
		B19	
		B20	
Conocer y comprender el objeto y método de la Psicología y sus aplicaciones en los ámbitos del ejercicio físico deporte y educación física	A22	B2	C1
	A31	B5	C7
	A35	B9	C8
		B19	
Saber aplicar el análisis funcional de la conducta a diferentes casos	A22	B2	
	A31	B12	
		B19	

Contidos	
Temas	Subtemas
Tema 1. Introducción a la Psicología aplicada a la Actividad Física y al Deporte	1.1. Objeto y método de la Psicología 1.2. La conducta huma y su interacción con el entorno 1.3. Tipos de conductaDeporte, 1.4. Variables implicadas en la conducta 1.5.Introducción al análisis funcional de la conducta en los contextos físico-deportivos
Tema 2. Competencias psicológicas del profesional de EFYD	2.1.Introducción 2.2. Técnicas de solución de problemas 2.3. Técnicas de gestión del tiempo 2.4.técnicas de auto-observación 2.5. Análisis funcional autoaplicado 2.6. Técnicas de autocontrol 2.7.Técnicas de detención del pensamiento 2.8. Habilidades sociales y de comunicación
Tema 3. Procesamiento de la Información	3.1. Concepto y funciones del procesamiento de la información 3.2. Tipos de procesamiento de la información 3.3.Atención 3.4.Percepción 3.6. Memoria 3.7. Pensamiento:sesgos del razonamiento lógico 3.8 el papel de las emociones en el procesamiento de la información 3.9. Procesamiento de la información y conducta motriz
Tema 4. Toma de decisiones	4.1. Perspectiva científica de la toma de decisiones 4.2.Variables implicadas en la toma de decisiones 4.3. Análisis funcional de la toma de decisiones 4.5. Investigación en toma de decisiones en el deporte

<b>Código Seguro De Verificación</b>	cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==	<b>Estado</b>	<b>Data e hora</b>
<b>Asinado Por</b>	Secretario/a Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física - Miguel Ángel González Valeiro	Asinado	13/12/2023 12:24:51
<b>Observacións</b>		<b>Páxina</b>	4/7
<b>Url De Verificación</b>	<a href="https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==">https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==</a>		
<b>Normativa</b>	Este informe ten o carácter de copia electrónica auténtica con validez e eficacia administrativa de ORIGINAL (art. 27 Lei 39/2015).		



Tema 5. Emoción y motivación	5.1. Perspectiva científica de las emociones 5.2. Características y funciones de las emociones 5.3. Implicaciones de la emoción con otros procesos psicológicos 5.4. Análisis funcional de la respuesta emocional 5.5. Motivación: concepto y fuentes de motivación 5.6. Análisis de proyectos personales 5.7. El constructo de compromiso en los contextos laborales y deportivos
Tema 7. Aprendizaje	7.1. Concepto y teorías científicas del aprendizaje 7.2. Aprendizaje por condicionamiento clásico 7.3. Aprendizaje por condicionamiento operante 7.4. Aprendizaje por modelado
Tema 8. Técnicas de modificación de conducta aplicadas al deporte y a la educación física	8.1. Evaluación y análisis funcional de la conducta 8.2. Técnicas basadas en los principios de condicionamiento operante 8.3. Técnicas para regular la activación 8.4. Técnicas para modificar el funcionamiento cognitivo

Planificación			
Metodoloxías / probas	Horas presenciais	Horas non presenciais / traballo autónomo	Horas totais
Obradoiro	15	21	36
Sesión maxistral	30	0	30
Análise de fontes documentais	3	66	69
Proba mixta	2	3	5
Atención personalizada	10	0	10

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición
Obradoiro	Taller de análisis funcional de la conducta Taller de entrenamiento en habilidades sociales Taller de entrenamiento en control de la atención
Sesión maxistral	Exposición de contenidos con apoyo audiovisual. Respuesta a cuestiones planteadas por los alumnos. Propuestas aplicadas al ámbito de la educación física, el deporte y la promoción de la salud. Incluyen la realización de actividades prácticas en el aula El contenido de estas sesiones se reflejará en el portafolios el alumno
Análise de fontes documentais	Selección, lectura, análisis y estudios de los contenidos de diferentes documentos científicos
Proba mixta	Una prueba con preguntas de respuesta múltiple y carácter objetivo y con preguntas de desarrollo breve

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descrición

<b>Código Seguro De Verificación</b>	cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==	<b>Estado</b>	<b>Data e hora</b>
<b>Asinado Por</b>	Secretario/a Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física - Miguel Ángel González Valeiro	Asinado	13/12/2023 12:24:51
<b>Observacións</b>		<b>Páxina</b>	5/7
<b>Url De Verificación</b>	<a href="https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==">https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==</a>		
<b>Normativa</b>	Este informe ten o carácter de copia electrónica auténtica con validez e eficacia administrativa de ORIGINAL (art. 27 Lei 39/2015).		



Análise de fontes documentais	Tutorías en pequenos grupos, para avaliar dicha prueba
Proba mixta	Resolución de dudas sobre las respuestas a la prueba objetiva, en grupos de tamaño mediano.
Obradoiro	Supervisión en pequenos grupos de los contenidos del glosario
	Análisis y evaluación individualizada de las recensiones realizadas por el alumno
	Supervisión y discusión individualizada del contenido del portafolios
	Discusión sobre contenidos o aplicaciones prácticas de cuestiones relativas al temario, en pequenos grupos
	Valoración de la participación del estudiante en los talleres
	Evaluación del trabajo en pequenos grupos
	Tutorías individuales, previamente concertadas, al menos en tres ocasiones durante el curso

Avaliación		
Metodoloxías	Descrición	Cualificación
Análise de fontes documentais	lectura comentario crítico sobre publicaciones científicas	5
Proba mixta	Examen con preguntas de alternativa múltiple y tipo objetivo y con cuestiones para desarrollar brevemente	75
Obradoiro	Participación y calidad de desempeño en cada uno de los talleres propuestos	20
Outros	asistencia seminarios	

Observacións avaliación
El estudiante puede optar por presentarse exclusivamente al examen final, Este constará de un conjunto de preguntas tipo test y otro con cuestiones de desarrollo breve.
Tanto en la convocatoria de junio como en la de julio, la prueba de evaluación mixta será similar.

Fontes de información	
Bibliografía básica	
Bibliografía complementaria	


Recomendacións
Materias que se recomienda ter cursado previamente
Materias que se recomienda cursar simultaneamente
Materias que continúan o temario
Observacións
Psicología aplicada a la Actividad Física y al Deporte no requiere conocimientos previos para comprender y asimilar los contenidos ni para adquirir las competencias correspondientes.
La asistencia y participación en las sesiones presenciales constituyen un elemento esencial para el aprendizaje del estudiante.
Pero, además, se enfatiza la importancia de las tutorías, que permiten individualizar el proceso de aprendizaje, prevenir dificultades, solucionar los problemas del estudiante y propiciar su desarrollo personal y académico.

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente de acordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías

<b>Código Seguro De Verificación</b>	cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==	<b>Estado</b>	<b>Data e hora</b>
<b>Asinado Por</b>	Secretario/a Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física - Miguel Ángel González Valeiro	Asinado	13/12/2023 12:24:51
<b>Observacións</b>		<b>Páxina</b>	6/7
<b>Url De Verificación</b>	<a href="https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==">https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==</a>		
<b>Normativa</b>	Este informe ten o carácter de copia electrónica auténtica con validez e eficacia administrativa de ORIGINAL (art. 27 Lei 39/2015).		





<b>Código Seguro De Verificación</b>	cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==	<b>Estado</b>	<b>Data e hora</b>	
<b>Asinado Por</b>	Secretario/a Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física - Miguel Ángel González Valeiro	Asinado	13/12/2023 12:24:51	
<b>Observacións</b>		<b>Páxina</b>	7/7	
<b>Url De Verificación</b>	<a href="https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==">https://sede.udc.gal/services/validation/cYmxJt3GIcaDT50McxGV1A==</a>			
<b>Normativa</b>	Este informe ten o carácter de copia electrónica auténtica con validez e eficacia administrativa de ORIGINAL (art. 27 Lei 39/2015).			