

GUÍA DOCENTE 2020-2021

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

ASIGNATURA:	Psicología en el alto rendimiento
PLAN DE ESTUDIOS:	Máster Universitario en Rendimiento Deportivo: Entrenamiento y Valoración Funcional
FACULTAD:	Facultad de Ciencias de la Salud
CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:	Obligatoria
ECTS:	5
CURSO:	Primero
SEMESTRE:	Segundo
IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:	Castellano
PROFESORADO:	Dr. Abel Nogueira López Dra. Andrea Corrales Pardo
PONENTES INVITADOS	Pendientes de confirmación
DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:	abel.nogueira@uneatlantico.es

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

REQUISITOS PREVIOS:
No aplica
CONTENIDOS:
<ul style="list-style-type: none"> • Tema 1. Psicología aplicada al deporte <ul style="list-style-type: none"> - 1.1. ¿Qué es la psicología deportiva? - 1.2. Ámbitos de aplicación - 1.3. La psicología del deporte durante la práctica deportiva

- Tema 2. Variables psicológicas en el deporte
 - 2.1. Motivación
 - 2.2. Estrés
 - 2.3. Autoconfianza
 - 2.4. Nivel de activación
 - 2.5. Atención
- Tema 3. Métodos e instrumentos de evaluación psicológica en la actividad física y el deporte
 - 3.1. Metodología observacional
 - 3.2. Medidas de autoinforme
 - 3.3. Análisis funcional de la conducta deportiva
- Tema 4. Estrategias de intervención psicológica para la mejora del rendimiento deportivo
 - 4.1. Estrategias para perfeccionamiento de técnicas
 - 4.2. Estrategias para favorecer la adherencia al entrenamiento
 - 4.3. Estrategias para controlar la ansiedad en la competición
 - 4.4. La influencia del estado de ánimo en el rendimiento deportivo
 - 4.5. Mejora del rendimiento en deportes de equipo
- Tema 5. Metodología de investigación en psicología del deporte
 - 5.1. Fases de la investigación
 - 5.2. Investigación cualitativa
 - 5.3. Investigación cuantitativa
 - 5.4. Métodos mixtos

COMPETENCIAS

COMPETENCIAS GENERALES:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CG1 - Analizar, detallar y conceptuar las situaciones relacionadas con el ámbito del rendimiento deportivo.
- CG2 - Tomar decisiones justificadas y basadas en la evidencia científica con respecto a la resolución de tareas profesionales en el ámbito del rendimiento deportivo, tanto individualmente como en colaboración con los demás.
- CG3 - Adquirir y potenciar el espíritu emprendedor y la iniciativa para llevar a cabo proyectos profesionales dentro del ámbito del rendimiento deportivo.
- CG4 - Planificar, desarrollar y evaluar adecuadamente estrategias que garanticen la calidad final de las tareas profesionales del ámbito del rendimiento deportivo y asumir los compromisos éticos y la responsabilidad exigidos por la profesión.
- CG5 - Buscar y procesar información en cuestiones relacionadas con el ámbito del rendimiento deportivo.

- CG6 - Aplicar la información asimilada en la resolución de cuestiones y conflictos relacionados con el ámbito del rendimiento deportivo.
- CG7 - Adquirir habilidades de aprendizaje que favorezcan la continuidad en el aprendizaje autónomo en el futuro en el ámbito del rendimiento deportivo.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CE14 - Detectar los factores psicológicos que influyen en los deportistas de alto nivel durante los periodos precompetitivo, de competición y postcompetición.
- CE15 - Reconocer los principales factores psicológicos a tener en cuenta durante la lesión deportiva.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

En esta asignatura se espera que los alumnos alcancen los siguientes resultados de aprendizaje:

- CE14.1: Comprender los métodos de evaluación psicológica aplicada al deporte del alto rendimiento.
- CE14.2: Diseñar planes de intervención para el control del estrés del deportista.
- CE14.3: Diseñar planes de intervención para el aumento de la motivación del deportista.
- CE14.4: Distinguir las características de una comunicación eficaz.
- CE15.1: Conocer los factores psicológicos que intervienen en el rendimiento deportivo.
- CE15.2: Diseñar entrenamientos adaptados a las pautas de intervención psicológica para la prevención de lesiones deportivas y mejora de la cohesión deportiva.

METODOLOGÍAS DOCENTES Y ACTIVIDADES FORMATIVAS

METODOLOGÍAS DOCENTES:

En esta asignatura se ponen en práctica diferentes metodologías docentes con el objetivo de que los alumnos puedan obtener los resultados de aprendizaje definidos anteriormente:

- Método expositivo
- Estudio y análisis de casos
- Resolución de ejercicios
- Aprendizaje cooperativo / trabajo en grupos
- Trabajo autónomo

ACTIVIDADES FORMATIVAS:

A partir de las metodologías docentes especificadas anteriormente, en esta asignatura, el alumno participará en las siguientes actividades formativas:

Actividades formativas	
Actividades dirigidas	Sesiones expositivas
	Clases prácticas
	Seminarios y talleres
	Visitas
Actividades supervisadas	Actividades de foro
	Supervisión de actividades
	Tutorías (individual / en grupo)
Actividades autónomas	Estudio personal y lecturas
	Elaboración de trabajos (individual/en grupo)
	Sesiones expositivas virtuales
	Preparación de actividades de foro
	Realización de actividades de autoevaluación
	Actividades de evaluación

El día de inicio del período lectivo de la asignatura, el equipo docente proporciona información detallada al respecto para que el alumno pueda organizarse.

SISTEMA DE EVALUACIÓN

CONVOCATORIA ORDINARIA:

En la convocatoria ordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

Actividades de evaluación		Ponderación
Evaluación continua	Resolución de un caso práctico	40%
	Participación mínimo de dos veces en un foro de reflexión	20%
Evaluación final	Examen	40%

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

En la convocatoria extraordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

Actividades de evaluación		Ponderación
Evaluación continua	Calificación obtenida en la actividad de foro de la convocatoria ordinaria	20%
	Trabajo individual	40%
Evaluación final	Examen	40%

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

Las siguientes referencias son de consulta obligatoria:

- Montero Domínguez, E. (2018). *Psicología aplicada en la iniciación y el rendimiento deportivo*. Material didáctico propio del máster.
- Aoyagi, M. W., Cohen, A. B., Poczwardowski, A., Metzler, J. N., & Statler, T. (2018). Models of performance excellence: Four approaches to sport psychology consulting. *Journal of Sport Psychology in Action*, 9(2), 94-110. <https://doi.org/10.1080/21520704.2017.1355861>
- Fry, M., & Hogue, C. M. (2018). Psychological considerations for children and adolescents in sport and performance. In *Oxford research encyclopedia of psychology*. DOI: 10.1093/acrefore/9780190236557.013.177
- Llames, R., Escudero, J. T., Marí, P., Vives, J., & Martí, J. (2017). Investigadores académicos y profesionales de la Psicología del Deporte: Condenados a entenderse. *Revista de psicología del deporte*, 26(3), 80-84.
- Morgan, P. B., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2019). Developing team resilience: A season-long study of psychosocial enablers and strategies in a high-level sports team. *Psychology of Sport and Exercise*, 45, 101543.
- Raab, M. (2020). Performance Psychology: A Guiding Framework for Sport Psychology. *Handbook of Sport Psychology*, 1111-1130.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

Las siguientes referencias no se consideran de consulta obligatoria, pero su lectura es muy recomendable para aquellos estudiantes que quieran profundizar en los temas que se abordan en la asignatura.

- Alcaraz, S., Jordana, A., Pons, J., Borrueco, M., Ramis, Y., & Torregrossa, M. Máxima Información, Mínima Molestia (MIMO): Reducir cuestionarios para cuidar de las personas participantes en psicología del deporte. Maximum Information, Minimum Discomfort (MIMO). Shortening questionnaires to take care of participants. (2020). *Información Psicológica*, 119, 49-64. DOI: <https://dx.medra.org/10.14635/IPSIC.2020.119.7>
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quinonez, H. R., y Young, S. L. (2018). Best Practices for developing and validating scales for health, social, and behavioral research: A Primer. *Frontiers in Public Health*, 6(149), 1-18.
- Fernández, J. C. M., & Quintero, J. A. P. (2018). Psicología en deporte universitario: estudio de carga mental y habilidades psicológicas en deporte de alto rendimiento. *Trans-pasando Fronteras: Revista estudiantil de asuntos transdisciplinarios*, (11), 173-195.

- Grushko, A., Isaev, A. V., Kaminskyc, I. V., Leonova, E. V., & Polikanovae, I. S. (2019). Modernas tendencias de la psicología del deporte en la asociación psicológica rusa. *Papeles del psicólogo*, 40(1), 64-73.
- Milavic, B., Padulo, J., Grgantov, Z., Milić, M., Mannarini, S., Manzoni, G. M., ... Rossi, A. (2019). Development and factorial validity of the Psychological Skills Inventory for Sports, Youth Version – Short Form: Assessment of the psychometric properties. *PLoS One*, 14(8), e0220930.
- Pineda-Espejel, H. A., Morquecho-Sánchez, R., Fernández, R., & González-Hernández, J. (2019). Perfeccionismo interpersonal, miedo a fallar, y afectos en el deporte. *Cuadernos de psicología del deporte*, 19(2), 113-123. DOI: <https://doi.org/10.6018/cpd.348671>
- Planas, A., Reig, F., Palmi, J., del Arco, I., & Prat, J. A. (2020). Motivations, barriers and physical condition in adolescents, according to the stage of change in physical exercise. *Revista de Psicología del Deporte*, 29(2), 125-134.
- Riera, J.; Caracuel, J. C.; Palmi, J.; Daza, G. (2017). Psicología y deporte: habilidades del deportista consigo mismo». *Apunts. Educación física y deportes*, 1(127), 82-93.
- Schinke, R. J., Stambulova, N. B., Si, G., & Moore, Z. (2018). International society of sport psychology position stand: Athletes' mental health, performance, and development. *International journal of sport and exercise psychology*, 16(6), 622-639. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1295557>
- Wylleman, P. (2019). An organizational perspective on applied sport psychology in elite sport. *Psychology of sport and exercise*, 42, 89-99. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.01.008>

OTRAS FUENTES DE CONSULTA:

Base de datos EBSCO – Acceso a través del campus virtual.