



GUÍA DOCENTE 2023-2024

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

ASIGNATURA:	Psicología en el alto rendimiento		
PLAN DE ESTUDIOS:	DE	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:	EN	QUE SE	Castellano
PROFESORADO:	Viviana Zetina Dr. Andrea Corrales Pardo		
DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:	viviana.zetina@uneatlantico.es andrea.corrales@uneatlantico.es		

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

REQUISITOS PREVIOS:
No aplica
CONTENIDOS:
<ul style="list-style-type: none">• Tema 1. Psicología aplicada al deporte<ol 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 en el deporte de competición
 - 2.2. Ansiedad y estrés competitivo: modelos explicativos
 - 2.3. Regulación emocional del deportista de élite
 - 2.4. Liderazgo en el deporte de alto rendimiento

- Tema 3. Evaluación psicológica del deportista de élite
 - 3.1. Pautas explicativas
 - 3.2. Intervención psicológica en el ámbito del rendimiento deportivo

- Tema 4. Factores psicológicos implicados en la lesión y proceso de readaptación deportiva

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		Horas	% Presencialidad
Actividades dirigidas	Sesiones expositivas	15	100
	Seminarios y talleres	10	100
Actividades supervisadas	Actividades de foro	5	0
	Corrección de actividades	3	
	Tutorías (individual / en grupo)	14	20
Actividades autónomas	Estudio personal y lecturas	35	0
	Elaboración de trabajos (individual/en grupo)	25	0
	Sesiones expositivas virtuales	2	0
	Preparación de actividades de foro	10	0
	Realización de actividades de autoevaluación	3	0
Actividades de evaluación	Actividades de evaluación	3	100

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 caso práctico	25 %
	Actividad de debate	10 %

	Prueba tipo test	15 %
Evaluación final	Examen final presencial	50 %

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:		
En la convocatoria extraordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:		
Actividades de evaluación		Ponderación
Evaluación continua	Resolución de caso práctico	25 %
	Actividad de debate	10 %
	Prueba tipo test	15 %
Evaluación final	Examen final presencial	50 %

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

Las siguientes referencias son de consulta obligatoria:

- 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.

- Montero Domínguez, E. (2018). *Psicología aplicada en la iniciación y el rendimiento deportivo*. Material didáctico propio del máster.
- 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 transdisciplinares*, (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.