

Iniciació Esportiva: Assessorament a Famílies i Entrenadors

Codi: 43887
Crèdits: 9

Titulació	Típus	Curs	Semestre
4316214 Psicologia de l'Esport i de l'Activitat Física	OB	1	1

Professor/a de contacte

Nom: Yago Ramis Laloux

Correu electrònic: Yago.Ramis@uab.cat

Altres indicacions sobre les llengües

Es donaran lectures d'articles en anglès

Utilització d'idiomes a l'assignatura

Llengua vehicular majoritària: espanyol (spa)

Equip docent

Yago Ramis Laloux

Equip docent extern a la UAB

Alexandre Gordillo Molina

Prerequisits

El mòdul no té prerequisits

Objectius

L'objectiu d'aquest mòdul és que l'estudiant compregui el paper dels diferents agents que intervenen en la iniciació esportiva.

En el mòdul s'expliquen els processos psicològics bàsics de la motivació esportiva, amb les seves teories més actuals.

Es treballa sobre les estratègies per a millorar l'aprenentatge i l'optimització de la pràctica esportiva dels nens / es i evitar l'abandonament esportiu. Així mateix, es capacita

els estudiants en l'ús dels recursos positius propis de la pràctica esportiva com és la diversió. Aquest mòdul es considera fonamental per a un enfocament

Competències

- Analitzar els factors psicològics que influeixen en la iniciació, el rendiment i l'abandonament esportius.
- Aplicar intervencions psicològiques amb entrenadors i famílies en nens en edat escolar i en l'àmbit del rendiment esportiu i l'activitat física en relació amb la salut.
- Conèixer els principals models d'intervenció en la iniciació esportiva i en psicologia de l'esport.
- Demostrar habilitats per al tracte personal amb agents esportius (entrenadors, jutges, directius, esportistes i aficionats) i amb famílies desportistes en edat escolar.
- Optimitzar el rendiment i prioritzar el benestar dels esportistes amb un compromís ètic.
- Que els estudiants sàpiguen aplicar els coneixements adquirits i la seva capacitat de resolució de problemes en entorns nous o poc coneguts dins de contextos més amplis (o multidisciplinaris) relacionats amb la seva àrea d'estudi.
- Que els estudiants sàpiguen comunicar les seves conclusions, així com els coneixements i les raons últimes que les fonamenten, a públics especialitzats i no especialitzats d'una manera clara i sense ambigüitats.
- Que els estudiants tinguin les habilitats d'aprenentatge que els permetin continuar estudiant, en gran manera, amb treball autònom o autodirigit.
- Treballar en equips de manera coordinada i col·laborativa, i demostrar habilitats per treballar en equips interdisciplinaris.

Resultats d'aprenentatge

1. Analitzar les conseqüències de la pràctica esportiva en la salut i el benestar dels joves.
2. Avaluar els efectes d'intervencions psicològiques amb joves.
3. Demostrar habilitats per al tracte personal amb agents esportius (entrenadors, jutges, directius, esportistes i aficionats) i amb famílies desportistes en edat escolar.
4. Optimitzar el rendiment i prioritzar el benestar dels esportistes amb un compromís ètic.
5. Que els estudiants sàpiguen aplicar els coneixements adquirits i la seva capacitat de resolució de problemes en entorns nous o poc coneguts dins de contextos més amplis (o multidisciplinaris) relacionats amb la seva àrea d'estudi.
6. Que els estudiants sàpiguen comunicar les seves conclusions, així com els coneixements i les raons últimes que les fonamenten, a públics especialitzats i no especialitzats d'una manera clara i sense ambigüitats.
7. Que els estudiants tinguin les habilitats d'aprenentatge que els permetin continuar estudiant, en gran manera, amb treball autònom o autodirigit.
8. Resumir i sintetitzar de manera crítica intervencions dutes a terme amb agents de canvi en la iniciació esportiva.
9. Seleccionar les tècniques d'intervenció més adequades per fer intervencions psicològiques durant la iniciació esportiva.
10. Sintetitzar el paper dels diferents processos psicològics en el manteniment o l'abandonament de l'esport en joves.
11. Treballar en equips de manera coordinada i col·laborativa, i demostrar habilitats per treballar en equips interdisciplinaris.

Continguts

Descriure els principis psicològics bàsics de motivació i emoció aplicats a la psicologia de l'esport i de l'activitat física.

- . Dissenyar intervencions psicològiques, basades en les teories actuals de la psicologia de l'esport.
- . Aplicar intervencions per als agents que intervenen en la iniciació esportiva.
- . Avaluar intervencions per als agents que intervenen en la iniciació esportiva.

Metodologia

La metodologia de l'assignatura es basarà en el desenvolupament coordinat d'una sèrie d'activitats (dirigides, supervisades i autònomes) que guiaran a l'estudiant cap a l'assoliment dels resultats d'aprenentatge.

Activitats dirigides:

Les sessions de docència dirigida de l'assignatura consistiran en classes magistrals per part dels professors i en la presentació de treballs i resums d' informes per part dels alumnes.

Activitats supervisades

Seguiment dels treballs dels alumnes en horaris de despatx.

Activitats autònomes

Estudi. Confrontació del material proporcionat a la classe magistral amb els capítols dels manuals de la matèria i amb els articles recomanats. Elaboració d'esquemes i resums.

Elaboració del treball: Elaboració escrita del treball així com del material de suport (power point) que s'utilitzarà en la presentació del treball en les últimes sessions del curs.

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
Classes magistrals i presentació oral de treballs. Prova escrita	42	1,68	1, 2, 3, 5, 6, 8, 10, 11
Tipus: Supervisades			
Tutories sobre els treballs	48	1,92	2, 9, 11
Tipus: Autònomes			
lectura d'articles i informes d'interès. Elaboració de treballs i informes	129	5,16	1, 3, 4, 7, 10, 11

Avaluació

L'avaluació d'aquesta assignatura es durà a terme a partir de 3 evidències d'aprenentatge.

EV1: Es tracta d'un informe sobre material explicat a classe o sobre treballs aplicats derivats de les presentacions teòriques, amb un valor del 40% de la qualificació final

EV2: presentació oral d'un treball realitzat individualment o en grups de 2 persones. Té un valor del 20% de la qualificació final.

EV3: Prova escrita de síntesi amb un valor del 40% de la nota final.

Activitats d'avaluació

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Entrega de treballs i informes	40%	0	0	1, 3, 4, 7, 9
Presentació oral de treballs	20%	4	0,16	2, 5, 6, 10, 11
proves escrites	40%	2	0,08	1, 4, 5, 8, 10

Bibliografia

- Alcaraz, S., Torregrosa, M., Viladrich, C., Ramis, Y., & Cruz, J. (2014). From AGT to SDT, from athletes to coaches: Refocusing the study of sport motivation. *European Journal of Human Movement*, 32, 125-144.
- Appleton, P. & Curran, T. (2016). The origins of perfectionism in sport, dance, and exercise. In A. Hill (Ed.) *The psychology of perfectionism in sport, dance and exercise*. London: Routledge.
- Brustad, Babkes & Smith (2001). Youth in sport. En R. Singer, H.A. Hausenblas & C.M. Janelle (Eds). *Hand book of sport psychology*. (pp. 604-635) John Wiley: New York
- Boixadós, M., Cruz, J., Torregrosa, M., & Valiente, L. (2004). Relationships Among Motivational Climate, Satisfaction, Perceived Ability, and Fair Play Attitudes in Young Soccer Players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(4), 301-317. doi:10.1080/10413200490517977
- Buceta, J. M^a. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.
- Cruz, J. (Ed.), (2001). *Psicología del Deporte*. Madrid : Síntesis.
- Cruz, J., Torregrosa, M., Sousa, C., Mora, À., & Viladrich, C. (2011). Efectos conductuales de programas personalizados de asesoramiento a entrenadores en estilo de comunicación y clima motivacional. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 179-195.
- Duda, J. L., Quested, E., Haug, E., Samdal, O., Wold, B., Balaguer, I., Castillo, I. Sarrazin, P., Papaioannou, A., Ronglan, L.T. Hall, H. y Cruz, J. (2013). Promoting adolescent health through an intervention aimed at improving the quality of their participation in Physical Activity (PAPA): background to the project and main trial protocol. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, DOI: 10.1080/1612197X.2013.839413 .
- Gordillo, A. (1992) Orientaciones psicológicas en la iniciación deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 1, 27-36.
- Gordillo, A. (2000) Intervencao com os pais en padres. En Becker B. (Ed.). *Psicología aplicada a Criança no Esporte*. (pp. 119-132). FEEVALE: Brasil.
- Holt, L. & Knight, C. (2014) *Parenting in youth sport: From research to practice*. London: Routledge
- Horn, T.S. (2008). Coaching effectiveness in sport domain. En T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 239-267). Champaign, IL : Human Kinetics.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C., & Cruz, J. (2017). The Effect of Coaches' Controlling Style on the Competitive Anxiety of Young Athletes. *Frontiers in Psychology*, 8. <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00572>
- Smoll, F.L. y Smith, R.E. (2009). *Claves para ser un entrenador excelente*. Barcelona: INDE.
- Sousa. C., Smith, R.E. & Cruz, J. (2008). An individualized goal - setting program for coaches. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 2, 258 - 277.
- Torregrosa, M., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F. y Cruz, J. (2008). El clima motivacional y el estilo de comunicación del entrenador como predictores del compromiso en futbolistas jóvenes. *Psicothema*, 20 (2) 254 - 259.
- Weinberg, R.S. i Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. 4ª Edición. Madrid: Panamericana.