

**Bases Fisiológicas, Psicológicas, Pedagógicas y Sociales de la Actividad Física y el Deporte**

Código: 43884

Créditos ECTS: 9

Titulación		Tipo	Curso	Semestre
4316214 Psicología del Deporte y de la Actividad Física		OB	1	1

La metodología docente y la evaluación propuestas en la guía pueden experimentar alguna modificación en función de las restricciones a la presencialidad que impongan las autoridades sanitarias.

## Contacto

Nombre: Gabriel Daza Sobrino

Correo electrónico: Desconegut

## Equipo docente externo a la UAB

Anna Vilanova Soler

Carles González Arévalo

Carles Ventura Vall-llovera

Joan Solé Fortó

Unai Sáez de Ocáriz Granja

## Uso de idiomas

Lengua vehicular mayoritaria: español (spa)

## Prerequisitos

Se recomienda estar familiarizado con la plataforma virtual de aprendizaje con el fin de seguir e interactuar con los contenidos del módulo. Se aconseja el dominio de la lengua inglesa.

## Objetivos y contextualización

El objetivo de este módulo es que el estudiante profundice en el estudio de los diferentes aspectos fisiológicos, psicológicos, pedagógicos y sociológicos y de teoría del entrenamiento vinculado a la actividad física y el deporte:

- Bases fisiológicas de la actividad física y el deporte.
- Bases psicológicas de la actividad física y el deporte.
- Bases pedagógicas de la actividad física y el deporte.
- Bases sociales de la actividad física y el deporte.

## Competencias

- Analizar de forma crítica las teorías, modelos y métodos más actuales de investigación en psicología del deporte y de la actividad física.
- Analizar los factores psicológicos que influyen en la iniciación, el rendimiento y el abandono deportivos.
- Conocer los principales modelos de intervención en la iniciación deportiva y en psicología del deporte.
- Optimizar el rendimiento y priorizar el bienestar del deportista con un compromiso ético.

- Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.
- Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.
- Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.
- Trabajar en equipos de forma coordinada y colaborativa y demostrar habilidades para trabajar en equipos interdisciplinares.
- Utilizar terminología científica para argumentar los resultados de la investigación en el contexto de la producción científica, para comprender e interactuar eficazmente con otros profesionales.

## Resultados de aprendizaje

1. Analizar las consecuencias de la iniciación deportiva en la salud y en el bienestar de los niños, de los adolescentes y de los jóvenes.
2. Analizar las consecuencias de la práctica deportiva en la salud y en el bienestar de los deportistas a lo largo del ciclo vital.
3. Identificar las principales características de los enfoques teóricos en el estudio de la psicología del deporte y de la actividad física.
4. Identificar los principales modelos teóricos utilizados en el estudio de la actividad física y su relación con la salud.
5. Identificar los principales modelos teóricos utilizados en el estudio de los aspectos psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo.
6. Integrar los diferentes modelos de intervención en psicología del deporte atendiendo a factores fisiológicos, pedagógicos y sociológicos.
7. Optimizar el rendimiento y priorizar el bienestar del deportista con un compromiso ético.
8. Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.
9. Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.
10. Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.
11. Trabajar en equipos de forma coordinada y colaborativa y demostrar habilidades para trabajar en equipos interdisciplinares.
12. Utilizar terminología científica para argumentar los resultados de la investigación en el contexto de la producción científica, para comprender e interactuar eficazmente con otros profesionales.

## Contenido

- Bases fisiológicas de la actividad física y el deporte
- Bases psicológicas de la actividad física y el deporte
- Bases pedagógicas de la actividad física y el deporte
- Bases sociales de la actividad física y el deporte

## Metodología

La metodología empleada se basa en abordar el proceso de aprendizaje desde un entorno abierto, participativo y constructivo. Se utilizarán diferentes estrategias docentes, dirigidas a toda la clase, en pequeños grupos y de forma personalizada. Se quiere favorecer la reflexión y la construcción del conocimiento crítico. La forma de desarrollar las sesiones es mitjançant:

- Clases magistrales
- Presentación oral de trabajos
- Tutorías

- Lectura de artículos / informes de interés
- Elaboración de trabajos e informes

## Actividades

Título	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Tipo: Dirigidas			
Clase magistral	33	1,32	4, 5, 3, 8, 12
Presentación oral de treballs	11	0,44	10, 9, 11
Tipo: Supervisadas			
Tutorías	44	1,76	1, 2, 7
Tipo: Autónomas			
Elaboración de trabajos	54	2,16	1, 2, 6, 10, 12
Lectura de artículos / informes de interés	49	1,96	1, 2, 6, 8

## Evaluación

La evaluación continua implica la asistencia regular, participación y el desarrollo de las actividades formativas propuestas en cada una de las sesiones. El aprovechamiento y dominio de habilidades y conocimientos se valorará mediante las actividades de:

- Pruebas escritas de síntesis
- Trabajos / informes escritos
- Presentación oral de trabajos

## Actividades de evaluación

Título	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Carpeta de aprendizajes	8	5	0,2	2, 7, 10
Comentario crítico artículos	4	5	0,2	3, 6, 7, 9, 12
Defensa oral	10	2	0,08	6, 10, 12
Diseño de un informe	15	8	0,32	5, 9, 8
Elaboración de trabajo	13	8	0,32	2, 4, 3, 11
Exposición oral	10	2	0,08	1, 10, 11
Prueba escrita	25	2	0,08	5, 6, 8
Prueba tipo test	15	2	0,08	1, 4, 3, 12

## Bibliografía

Cox, R.H. (2009). Psicología del Deporte. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

De la Vega, R., Del Valle, S., Maldonado, A., & Moreno, A. (2008). Pensamiento y acción en el deporte. Wanceulen: Sevilla.

Garcés, E.J., Olmedilla, A., & Jara, P. (2006). Psicología y Deporte. Murcia: Diego Marín.

Olmedilla, A., Abenza, L., Boladeras, A., & Ortín, F. (2011). Manual de Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Murcia: Diego Marín.

Riera, J. (2005). Habilidades en el deporte. Barcelona: INDE.

Solé, J. (2008). Teoría del entrenamiento deportivo. Barcelona: Sicropat Sport.

Solé, J. (2006). Planificación del entrenamiento deportivo. Barcelona: Sicropat Sport.

Weinberg, R.S., & Gould, D. (2010). Fundamentos de Psicología del deporte y del Ejercicio Físico. Madrid: Editorial Panamericana.