

**Iniciació Esportiva: Assessorament a Famílies i Entrenadors**

Codi: 43887  
Crèdits: 9

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

La metodologia docent i l'avaluació proposades a la guia poden experimentar alguna modificació en funció de les restriccions a la presencialitat que imposin les autoritats sanitàries.

**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**

Jaume Cruz Feliu

Yago Ramis Laloux

Jesús Portillo Morilas

Marta Borrueco Carmona

**Equip docent extern a la UAB**

Alexandre Gordillo Molina

Saül Alcaraz Garcia

**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 (e.g., famílies, entrenadors, companys, agents esportius) des de l'anàlisi i la comprensió dels processos psicològics implicats en aquesta etapa de carrera.

En el mòdul s'expliquen els processos psicològics bàsics de la motivació esportiva, amb les seves teories més actuals com la teoria dels objectius d'assoliment (AGT) i la teoria de l'autodeterminació (SDT) per poder assessorar els diferents agents de socialització (famílies, entrenadors, organitzadors de competicions esportives ...) en l'optimització de la pràctica esportiva dels nens / es i evitar l'abandonament esportiu. Així mateix, es capacita a l'alumne per entendre els factors emocionals que es produeixen en la iniciació esportiva de manera que es puguin afrontar, de manera preventiva, aquells que produeixen ansietat i estrès i es

prioritzin els aspectes emocionals positius propis de la pràctica esportiva com és la diversió. Aquest mòdul es considera fonamental per a un enfocament educatiu i preventiu de la psicologia de l'esport versus un enfocament terapèutic que intentaria solucionar els problemes de l'esportista quan s'han produït.

## 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 a 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 a 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

Els continguts principals que cobreix aquest mòdul són els següents:

- Presentació
  - Àrees d'aplicació i intervenció en Psicologia de l'Esport
  - Desenvolupament positiu juvenil en l'esport
- Agents socials en iniciació

- Influència dels agents socials en la iniciació esportiva: Famílies, Entrenadors/es i Directius/ives
- Sistemes d'avaluació i programes d'assessorament a entrenadors/es
- Prenent la perspectiva de les famílies en la iniciació
- Processos psicològics de la iniciació esportiva
  - Aspectes motivacionals de la iniciació esportiva: Principals models i teories
  - Processos emocionals, ansietat i estratègies d'afrontament en esportistes d'iniciació
  - Perfeccionisme i creences irracionals
- Aspectes pràctics
  - De la demanda a la intervenció: Competències del psicòleg esportiu
  - Assessorament a la relació entre pares, esportistes i entrenadors

## 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<sup>º</sup>. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.

Côté, J., Allan, V., Turnnidge, J., & Erickson, K. (2020). Early Sport Specialization and Sampling. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology: Vol. I* (pp. 578-594). <https://doi.org/10.1002/9781119568124.ch27>

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) Intervenção com os pais em 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

Holt, N. L., Deal, C. J., & Pankow, K. (2020). Positive Youth Development Through Sport. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology: Vol. I* (pp. 429-446). Wiley.

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.

Knight, C. J., Harwood, C. G. and Gould, D. (2018). *Sport Psychology for Young Athletes*. New York, NY: Routledge.

Pons, J., Ramis, Y., Viladrich, C., & Polman, R. C. J. (2018). The mediating role of coping between competitive anxiety and sport commitment in adolescent athletes. *Spanish Journal of Psychology*, (in press), 1-8.  
<https://doi.org/10.1017/sjp.2018.8>

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.