

**Iniciación Deportiva: Asesoramiento a Familias y Entrenadores**

Código: 43887

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: Yago Ramis Laloux

Correo electrónico: Yago.Ramis@uab.cat

**Equipo docente**

Jaume Cruz Feliu

Yago Ramis Laloux

Jesús Portillo Morillas

Marta Borrueto Carmona

**Uso de idiomas**

Lengua vehicular mayoritaria: español (spa)

**Equipo docente externo a la UAB**

Alexandre Gordillo Molina

Saül Alcaraz García

**Prerequisitos**

El módulo no tiene prerequisitos

**Objetivos y contextualización**

El objetivo de este módulo es que el estudiante comprenda el papel de los diferentes agentes que intervienen en la iniciación deportiva (e.g., familias, entrenadores, compañeros, agentes deportivos) desde el análisis y la comprensión de los procesos psicológicos implicados en la misma. En el módulo se explican los procesos psicológicos básicos de la motivación deportiva, con sus teorías más actuales como la teoría de los objetivos de logro (AGT) y la teoría de la autodeterminación (SDT) para poder asesorar a los diferentes agentes de socialización (familias, entrenadores, organizadores de competiciones deportivas...) en la optimización de la práctica deportiva de los niños/as y evitar el abandono deportivo. Asimismo, se capacita al alumno para entender los factores emocionales que se producen en la iniciación deportiva de manera que se puedan afrontar, de manera preventiva, aquellos que producen ansiedad y estrés y se prioricen los aspectos emocionales positivos propios de la práctica deportiva como es la diversión. Este módulo se considera fundamental para un enfoque educativo y preventivo de la psicología del deporte versus un enfoque terapéutico que intentaría solucionar los problemas del deportista cuando se han producido.

## **Competencias**

- Analizar los factores psicológicos que influyen en la iniciación, el rendimiento y el abandono deportivos.
- Aplicar intervenciones psicológicas con entrenadores y familias en niños/as en edad escolar y en el ámbito del rendimiento deportivo y la actividad física en relación con la salud.
- Conocer los principales modelos de intervención en la iniciación deportiva y en psicología del deporte.
- Demostrar habilidades para el trato interpersonal con agentes deportivos (entrenadores, jueces, directivos, deportistas y aficionados) y familias de deportistas en edad escolar.
- Optimizar el rendimiento y priorizar el bienestar del deportista con un compromiso ético.
- 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 sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.
- Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.
- Trabajar en equipos de forma coordinada y colaborativa y demostrar habilidades para trabajar en equipos interdisciplinares.

## **Resultados de aprendizaje**

1. Analizar las consecuencias de la práctica deportiva en la salud y el bienestar de los jóvenes.
2. Demostrar habilidades para el trato interpersonal con agentes deportivos (entrenadores, jueces, directivos, deportistas y aficionados) y familias de deportistas en edad escolar.
3. Evaluar los efectos de intervenciones psicológicas con jóvenes.
4. Optimizar el rendimiento y priorizar el bienestar del deportista con un compromiso ético.
5. 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.
6. Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.
7. Resumir y sintetizar de forma crítica intervenciones llevadas a cabo con agentes de cambio en la iniciación deportiva.
8. Seleccionar las técnicas de intervención más adecuadas para realizar intervenciones psicológicas durante la iniciación deportiva.
9. Sintetizar el papel de los diferentes procesos psicológicos en el mantenimiento o abandono del deporte en jóvenes.
10. Trabajar en equipos de forma coordinada y colaborativa y demostrar habilidades para trabajar en equipos interdisciplinares.

## **Contenido**

Los contenidos principales que cubre este módulo son los siguientes:

- Presentación
  - Áreas de aplicación e intervención en Psicología del Deporte
  - Desarrollo positivo juvenil en el deporte
- Agentes sociales en la iniciación
  - Influencia de los agentes sociales en la iniciación deportiva: Familias, Entrenadores/as y Directivos/as
  - Sistemas de evaluación y programas de asesoramiento a entrenadores/as
  - Tomando la perspectiva de las familias en la iniciación deportiva
- Procesos psicológicos de la iniciación deportiva
  - Aspectos motivacionales de la iniciación deportiva: Principales modelos y teorías
  - Procesos emocionales, ansiedad y estrategias de afrontamiento en deportistas de iniciación
  - Perfeccionismo y creencias irracionales
- Aspectos prácticos

## Metodología

La metodología de la asignatura se basará en el desarrollo coordinado de una serie de actividades (dirigidas, supervisadas y autónomas) que guiarán al estudiante hacia el alcance de los resultados de aprendizaje.

Actividades dirigidas:

Las sesiones de docencia dirigida de la asignatura consistirán en clases magistrales por parte de los profesores y en la presentación de trabajos y resúmenes de informes por parte de los alumnos.

Actividades supervisadas:

Seguimiento de los trabajos de los alumnos en horarios de despacho

Actividades autónomas:

Estudio. Confrontación del material proporcionado en la clase magistral con los capítulos de los manuales de la materia y con los artículos recomendados. Elaboración de esquemas y resúmenes.

Elaboración del trabajo: Elaboración escrita del trabajo, así como del material de apoyo (power point) que se utilizará en la presentación del trabajo en las últimas sesiones del curso.

## Actividades

| Título   | Horas | ECTS | Resultados de aprendizaje |
|--|-------|------|---------------------------|
| Tipo: Dirigidas  |       |      |                           |
| Clases magistrales y presentación oral de trabajos. Prueba escrita             | 42    | 1,68 | 1, 3, 2, 6, 5, 7, 9, 10   |
| Tipo: Supervisadas   |       |      |                           |
| Tutorías sobre los trabajos  | 48    | 1,92 | 3, 8, 10                  |
| Tipo: Autónomas  |       |      |                           |
| Lectura de artículos e informes de interés. Elaboración de trabajos e informes | 129   | 5,16 | 1, 2, 4, 5, 9, 10         |

## Evaluación

La evaluación de esta asignatura se llevará a cabo a partir de 3 evidencias de aprendizaje

EV1: Se trata de un forme sobre el material explicado en clase o sobre trabajos aplicados derivados de las presentaciones teóricas, con un valor del 40% en la nota final.

EV2: Presentación oral de un trabajo realizado individualmente o en grupos de dos personas. Esta evidencia tiene un valor del 20% en la nota final.

EV3: Prueba escrita de síntesis, con un valor del 40% en la nota final.

## Actividades de evaluación

| Título                         | Peso | Horas | ECTS | Resultados de aprendizaje |
|--------------------------------|------|-------|------|---------------------------|
| Entrega de trabajos e informes | 40%  | 0     | 0    | 1, 2, 4, 5, 8             |
| Presentación oral de trabajos  | 20%  | 4     | 0,16 | 3, 6, 5, 9, 10            |
| Pruebas escritas               | 40%  | 2     | 0,08 | 1, 4, 6, 7, 9             |

## Bibliografía

- 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. Mª. (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 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
- 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*. 4<sup>a</sup> Edición. Madrid: Panamericana.