

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

Professor/a de contacte

Nom: Miquel Torregrossa Alvarez

Correu electrònic: miquel.torregrossa@uab.cat

Equip docent

Marta Borrueco Carmona

Eduardo Amblar Burgos

(Extern) Anna Vilanova

(Extern) Susana Regüela Saez

Idiomes dels grups

Podeu consultar aquesta informació al [final](#) del document.

Prerequisits

L'assignatura es cursa el primer semestre del primer curs i no té prerequisits.

Objectius

Els objectius generals d'aquest mòdul són:

- descriure i analitzar la carrera de l'esportista des d'una perspectiva global i de desenvolupament
- treballar les transicions esportives i la carrera dual (combinació d'esport i estudiant o treball)
- treballar el rol de l'entorn de l'esportista en el seu desenvolupament (entrenadors, famílies, entorns)
- descriure i analitzar temes d'actualitat en psicologia de l'esport (e.g., carrera en l'esport femení, LGTBI)

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.
- Avaluar l'efectivitat de les intervencions psicològiques en la iniciació, el manteniment i el rendiment esportius.
- 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 d'esportistes en edat escolar.
- Optimitzar el rendiment i prioritzar el benestar dels esportistes amb un compromís ètic.
- Que els estudiants siguin capaços d'integrar coneixements i enfrontar-se a la complexitat de formular judicis a partir d'una informació que, tot i ser incompleta o limitada, inclogui reflexions sobre les responsabilitats socials i ètiques vinculades a l'aplicació dels seus coneixements i judicis.
- Que els estudiants tinguin les habilitats d'aprenentatge que els permetin continuar estudiant, en gran manera, amb treball autònom a autodirigit.
- Utilitzar terminologia científica per argumentar els resultats de la recerca en el context de la producció científica, per comprendre i interactuar eficaçment amb altres professionals.

Resultats d'aprenentatge

1. Conèixer i saber aplicar tècniques concretes per a esportistes (per exemple, visualització, autoparla).
2. Demostrar habilitats per al tracte personal amb agents esportius (entrenadors, jutges, directius, esportistes i aficionats) i amb famílies d'esportistes en edat escolar.
3. Detectar els factors que influeixen i les tècniques necessàries per esmorteir els factors no desitjables i potenciar els desitjables.
4. Detectar l'efectivitat de l'aplicació de les diferents tècniques (per exemple, assessorament de carrera, visualització).
5. Optimitzar el rendiment i prioritzar el benestar dels esportistes amb un compromís ètic.
6. Que els estudiants siguin capaços d'integrar coneixements i enfrontar-se a la complexitat de formular judicis a partir d'una informació que, tot i ser incompleta o limitada, inclogui reflexions sobre les responsabilitats socials i ètiques vinculades a l'aplicació dels seus coneixements i judicis.
7. Que els estudiants tinguin les habilitats d'aprenentatge que els permetin continuar estudiant, en gran manera, amb treball autònom a autodirigit.
8. Síntesi dels models d'intervenció, així com dels avantatges i els inconvenients de l'aplicació de cada model.
9. Utilitzar terminologia científica per argumentar els resultats de la recerca en el context de la producció científica, per comprendre i interactuar eficaçment amb altres professionals.

Continguts

Esportista i carrera esportiva des d'una perspectiva global

- Transicions predictibles i específiques de nivell (e.g., junior a sénior, retirada, batxillerat a universitat)
- Transicions predictibles i holístiques (e.g., migració esportiva, maternitat)
- Transicions impredecibles i específiques de nivell (e.g., disrupció del cicle olímpic)
- Transicions impredecibles i holístiques (e.g., confinament per covid-19, guerra)

Models d'assessorament a esportistes i el seu entorn (entrenadors, famílies, etc.)

Carreres duals, aproximació cultural, gènere i esport

Activitats formatives i Metodologia

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
-------	-------	------	--------------------------

Tipus: Dirigides

Classes Magistral	32	1,28	7, 4, 3, 6, 1, 5, 2, 8, 9
Tipus: Supervisades			
Tutories	22	0,88	7, 4, 3, 6, 1, 5, 2, 8, 9
Tipus: Autònomes			
Lectura i elaboració de treballs	76	3,04	7, 4, 3, 6, 1, 5, 2, 8, 9

- Dirigides
 - Classes magistrals
 - Presentació oral de treballs
- Supervisades
 - Tutories
- Autònomas
 - Lectura d'articles i informes d'interès
 - Elaboració de treballs i informes
 - Estudi personal

La metodologia d'impartició i avaluació pot patir modificacions en funció de la situació sanitària pel COVID19.

Nota: es reservaran 15 minuts d'una classe, dins del calendari establert pel centre/titulació, per a la complementació per part de l'alumnat de les enquestes d'avaluació de l'actuació del professorat i d'avaluació de l'assignatura/mòdul.

Avaluació

Activitats d'avaluació continuada

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
EV1. Entrevista a un esportista i informe	30%	10	0,4	4, 3, 1, 5, 2
EV2. Reflexió a partir del material proporcionat pels professors (Violències i LGTBIQ en l'esport)	25%	4	0,16	7, 6, 8, 9
EV3. Reflexió a partir del material proporcionat pels professors (Dona i Esport)	25%	4	0,16	7, 6, 5, 9
EV4. Casos pràctics: Carrera esportiva i Transicions	20%	2	0,08	6, 9

L'avaluació única es farà al final de semestre. Consistirà en una prova presencial de 4 hores en la que s'avaluaran les 4 evidències d'avaluació en format: a) examen, b) presentacions oral, i c) entrevista a un esportista/entrenador.

Bibliografia

Pallarés, S., Azócar, F., Torregrosa, M., Selva, C., & Ramis, Y. (2011). Modelos de trayectoria deportiva en waterpolo y su implicación en la transición hacia una carrera profesional alternativa. *Cultura, Ciencia Y Deporte*, 6, 93-103. <http://doi.org/10.12800/ccd.v6i17.36>

Pallarès, S., Torregrossa, M., & Pérez-Rivases, A. (2017). No es por casualidad. Seis historias de mujeres en el deporte. Barcelona: Amentia Editorial.

Torregrosa, M., Chamorro, J. L., & Ramis, Y. (2016). Transición de júnior a sénior y promoción de carreras duales en el deporte: una revisión interpretativa. *Revista de Psicología Aplicada Al Deporte Y Al Ejercicio Físico*, 1, 1-11.

Torregrossa, M., Chamorro, J. L., Prato, L., & Ramis, Y. (2021). Grupos, Entornos y Carrera Deportiva. In T. García-Calvo, F. M. Leo, & E. Cervelló (Eds.), *Dirección de Equipos Deportivos* (pp. 355-374).

Torregrosa, M., Ramis, Y., Pallarés, S., Azócar, F., & Selva, C. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 50-56. <http://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.03.003>

Torregrossa, M., Regüela, S., & Mateos, M. (2020). Career Assistance Programmes. In D. Hackfort & R. J. Schinke (Eds.), *The Routledge International Encyclopedia of Sport and Exercise Psychology* (pp. 73-88). Routledge.

Vilanova, A., & Puig, N. (2013). Compaginar la carrera deportiva con la carrera académica para la futura inserción laboral: ¿una cuestión de estrategia? *Revista de Psicología Del Deporte*, 22(1), 61-68.

Vilanova, A., & Puig, N. (2016). Personal strategies for managing a second career: The experiences of Spanish Olympians. *International Review for the Sociology of Sport*, 51(5), 529-546. <http://doi.org/10.1177/1012690214536168>

Programari

-

Llista d'idiomes

Nom	Grup	Idioma	Semestre	Torn
(TEm) Teoria (màster)	1	Espanyol	primer quadrimestre	tarda