

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

Professor/a de contacte

Nom: Joan Emili Palmí i Guerrero

Correu electrònic: joan.palmi@uab.cat

Equip docent

Eduardo Amblar Burgos

(Extern) Aida Castellà

(Extern) Alex Gordillo

(Extern) Aurelio Olmedilla

(Extern) Carles Ventura

(Extern) Joan Palmí

(Extern) Jordi Renom

(Extern) Josep Font

(Extern) Noemi Bonet

(Extern) Pep Marí

(Extern) Samuel Garcia

Idiomes dels grups

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

Prerequisits

Els propis del Master

Objectius

L'objectiu d'aquest mòdul és que l'estudiant conegui les característiques bàsiques de diferents esports i les propostes d'intervenció psicològica per a cadascun d'ells. L'estudiant tindrà clar, a partir dels coneixements adquirits en els mòduls anteriors, un model base d'intervenció que s'adaptarà a cadascuna de les característiques i requeriments esportius. En primer lloc, es realitza una classificació d'esports en funció dels diferents nivells de relació (tipus de pista, nombre de participants, característiques dels implements,

col·laboració i / o oposició, necessitats de rendiment). En segon lloc, es valoren els sistemes d'avaluació psicològica més usuals aplicats a diferents esports, i finalment es desenvolupen diferents intervencions professionals aplicades a esports amb diferents característiques.

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 sàpiguin 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.
- Treballar en equips de manera coordinada i col·laborativa, i demostrar habilitats per treballar en equips interdisciplinaris.

Resultats d'aprenentatge

1. Demostrar habilitats per al tracte personal amb agents esportius (entrenadors, jutges, directius, esportistes i aficionats) i amb famílies d'esportistes en edat escolar.
2. Interpretar els resultats obtinguts en el procés d'avaluació per millorar futures intervencions.
3. Optimitzar el rendiment i prioritzar el benestar dels esportistes amb un compromís ètic.
4. 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.
5. Que els estudiants sàpiguin 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.
6. Resumir i sintetitzar de manera crítica els models d'intervenció psicològica aplicables a diferents esports.
7. Resumir i sintetitzar de manera crítica les característiques de diferents esports.
8. Seleccionar les tècniques més adequades per desenvolupar intervencions en diferents esports i diferents poblacions.
9. Seleccionar les variables i els instruments més adequats per avaluar l'efectivitat de la intervenció en diferents esports.
10. Sintetitzar el paper dels diversos factors que influeixen en el rendiment de diferents esports.
11. Sintetitzar el paper dels diversos factors que influeixen en l'abandonament esportiu de diferents esports.
12. Sintetitzar el paper dels diversos factors que influeixen en la iniciació de diferents esports.
13. Treballar en equips de manera coordinada i col·laborativa, i demostrar habilitats per treballar en equips interdisciplinaris.

Continguts

* Models d'intervenció en psicologia del rendiment esportiu.

* Classificació d'esports (Pista petita, camp, col.laboració, oposició, col.laboració-oposició).

* Moments i característiques psicològiques en els esports treballats.

* Sistemes d'avaluació psicològica en esports específics

* Intervenció psicològica en esports específics:

- Hípica - Hoquei patins. - Basquet - Futbol - Tennis - golf - Vela -E. Motor - Atletisme -e-Sports - Taekwondo
-Natació

Activitats formatives i Metodologia

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
Clases magistrals	48	1,92	8, 9, 5, 4, 2, 6, 7, 11, 12, 10, 13
Tipus: Supervisades			
Tutories	48	1,92	8, 9, 5, 4, 2, 3, 1, 11, 12, 10
Tipus: Autònomes			
Activitats Autònomes	123	4,92	8, 9, 5, 4, 2, 3, 1, 6, 7, 11, 12, 10, 13

- Les activitats dirigides consisteixen en classes magistrals i la presentació oral de treballs.

- Les activitats supervisades consisteixen en tutories que pot sol·licitar.

- Les activitats autònomes consisteixen en la lectura d'articles científics i d'informes d'interès, en l'elaboració de treballs i informes, i en l'estudi personal.

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
Assistència i valoració de practiques aula	25%	2	0,08	8, 9, 2, 3, 1, 6, 11, 12, 10, 13
Entrega de treballs/informes	35%	2	0,08	8, 9, 5, 2, 1, 6, 7, 11, 12, 10
Proves escrites	40%	2	0,08	8, 9, 5, 4, 6, 7, 11, 12, 10

- Els estudiants entreguen els treballs/ informes on fan el rsum i comentari crític de totes les sessions del mòdul (individualment/ parelles).
- Els estudiants realitzen una prova escrita a l'aula a partir de l'estudi personal dels continguts impartits en les classes magistrals i dels dossiers facilitats pels professors.
- En l'apartat de valoració de la practica es destinarà uns minuts a qualificar el grau d'assoliment dels continguts de cada sessió.

Bibliografia

- Anderson, M. B. (2000). *Doing sport psychology*. Champaign, IL.: Human Kinetics.
- Anderson, A.C., Knowles, Z. i Gilbourne, D. (2004). Reflective practice for Sport psychologist: concepts, models, practical implications, and thoughts on dissemination. *The Sport Psychologist* 18, 188-203.
- Cox, R.H. (2009). *Psicología del deporte. Conceptos y sus aplicaciones* (6ª Ed). Madrid : Ed. Panamericana.
- Dosil, J. (2006) (Ed.). *The sport psychologist's handbook*. John Wiley & Sons: Chichester.
- Horn, T. (2008) (Ed.). *Advances in sport psychology*. Champaign, IL.: Human Kinetics.
- Lathlean, T.J.; Gastin, P.B.; Newstead, S.V.; Finch, C.F. (2020). Player Wellness (Soreness and Stress) and Injury in Elite Junior Australian Football Players Over 1 Season. *Intern. J. Sports Phys. Perform.* 15, 1422-1429.
- Lourido, D.T., Arce, C. i Ponte, D. (2018). Adaptation of the Test of Performance Strategies Competition Subscale to Spanish. *Psicothema*, 30(1), 123-129
- Mujika, I., Halson, S., Burke, M.L., Balagué, G. i Farrow, D. (2018). An Integrated, Multifactorial Approach to Periodization for Optimal Performance in Individual and Team Sports. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 13, 538-561
- Palmi, J. (2020). Modelo de Estado óptimo de rendimiento (EOR). En *Actas III Congreso Internacional sobre Fútbol, Fútbol sala y Psicología*. 43-45. Santiago de Compostela; Universidade de Santiago,
- Palmi, J. (2022). El estado óptimo de Rendimiento y autorregulación del deportista. En P. Jodrá, J. Hernandez, F. Arbinaga. *Actas del XVII Congreso Nacional de psicología de la Actividad física y del deporte*. (p.25-28). Santander: FEPA.
- Palmi, J.; Alcubierre, N.; Gil Moreno de Mora, G.; Reig, F. i Planas-Anzano, A. (2021). 4BR: Educational Training Programme for the Prevention of Sports Injuries in Young Athletes. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 5487.
- Palmi, J.; Planas, A. i Solé, S. (2018) Intervención Mindfulness de Rehabilitación de un Deportista Lesionado: Caso en Fútbol Profesional. *Rev. Psicol. Deporte* 27, 115-122.
- Available online: <https://www.rpd-online.com/article/view/v27-n1-palmi-planas-sole69338>
- Palmi, J. i Riera, J. (2017). Las competencias del deportista para el rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 13-18.
- Reig, F.; Planas, A.; Rosselló, L.; Pifarré, F.; Ticó, J.; Sans, N. i Prat, J.A. (2019) La fuerza dinamométrica en adolescentes. Una revisión sistemática y los percentiles normativos. *Acta Pediátrica Española*, 77, 122-129.
- Riera, J., Caracul, J.C., Palmi, J. i Daza, G. (2017). Psychology and Sport: The athlete's self skills. *APUNTS Educación Física y deportes*, 127(1), 82-93

Rotella, B. i Cullen, B. (1999). *El golf es el juego de la confianza*. Madrid: Tutor.

Weinberg, R.S. i Gould, D. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico (4ª Ed)*. Madrid: Editorial Panamericana.

Weinberg, R.S. i Gould, D. (2018), *Foundations of Sport and Exercise Psychology. 7th Ed. (Cap.11-16). Cloth Pass/Kycd: Human kinetics*.

Williams, J.M. i Krane, V. (2020). (Eds.) *Applied Sport Psychology. (8 Ed.)*. McGraw Hill. Nueva York.

Programari

No aplicable

Llista d'idiomes

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