

Entrenamiento Psicológico en Deportes Específicos

Código: 43890
Créditos ECTS: 9

2024/2025

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

Contacto

Nombre: Joan Emili Palmí i Guerrero

Correo electrónico: joan.palmi@uab.cat

Equipo docente

Eduardo Amblar Burgos

(Externo) Aida Castellà

(Externo) Alex Gordillo

(Externo) Aurelio Olmedilla

(Externo) Carles Ventura

(Externo) Joan Palmi

(Externo) Jordi Renom

(Externo) Josep Font

(Externo) Noemí Bonet

(Externo) Pep Marí

(Externo) Samuel Garcia

Idiomas de los grupos

Puede consultar esta información al [final](#) del documento.

Prerrequisitos

Los propios del master.

Objetivos y contextualización

El objetivo de este módulo es que el estudiante conozca las características básicas de diferentes deportes y las propuestas de intervención psicológica para cada uno de ellos. El estudiante tendrá claro, a partir de los conocimientos adquiridos en los módulos anteriores, un modelo base de intervención que adaptará a cada una de las características y requerimientos deportivos. En primer lugar, se realiza una clasificación de deportes en función de los diferentes niveles de relación (tipo de cancha, número de participantes,

características de los implementos, colaboración y/o oposición, necesidades de rendimiento). En segundo lugar, se valoran los sistemas de evaluación psicológica más usuales aplicados a diferentes deportes y por último se desarrollan diferentes intervenciones profesionales aplicadas a deportes con diferentes características.

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.
- Evaluar la efectividad de las intervenciones psicológicas en la iniciación, mantenimiento y rendimiento deportivos.
- Optimizar el rendimiento y priorizar el bienestar del deportista con un compromiso ético.
- 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.
- 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. Demostrar habilidades para el trato interpersonal con agentes deportivos (entrenadores, jueces, directivos, deportistas y aficionados) y familias de deportistas en edad escolar.
2. Interpretar los resultados obtenidos en el proceso de evaluación para mejorar futuras intervenciones.
3. Optimizar el rendimiento y priorizar el bienestar del deportista con un compromiso ético.
4. 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.
5. 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.
6. Resumir y sintetizar de forma crítica las características de diferentes deportes.
7. Resumir y sintetizar de forma crítica los modelos de intervención psicológica aplicables a diferentes deportes.
8. Seleccionar las técnicas más adecuadas para desarrollar intervenciones en diferentes deportes y diferentes poblaciones.
9. Seleccionar las variables y los instrumentos más adecuados para evaluar la efectividad de la intervención en diferentes deportes.
10. Sintetizar el papel de los diferentes factores que influyen en el abandono deportivo de diferentes deportes.
11. Sintetizar el papel de los diferentes factores que influyen en el rendimiento de diferentes deportes.
12. Sintetizar el papel de los diferentes factores que influyen en la iniciación de diferentes deportes.
13. Trabajar en equipos de forma coordinada y colaborativa y demostrar habilidades para trabajar en equipos interdisciplinares.

Contenido

- Clasificación de deportes

- Evaluación psicológica en deportes específicos
- Características y momentos psicológicos en deportes específicos.
- Intervención psicológica en deportes específicos
- Sistemas de evaluación psicológica en deportes específicos

- Se expondrán experiencias en: - Hípica - Hokey patines. - Baloncesto - Fútbol - Tenis - Golf - Vela
- Deportes de Motor - Atletismo - Natación - Taekwondo - Natación

Actividades formativas y Metodología

Título	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Tipo: Dirigidas			
Clases Magistrales	48	1,92	8, 9, 4, 5, 2, 7, 6, 10, 12, 11, 13
Tipo: Supervisadas			
Tutorías	48	1,92	8, 9, 4, 5, 2, 3, 1, 10, 12, 11
Tipo: Autónomas			
Actividades Autónomas	123	4,92	8, 9, 4, 5, 2, 3, 1, 7, 6, 10, 12, 11, 13

- Las actividades dirigidas consisten en clases magistrales preferentemente presenciales y la presentación oral de trabajos.
- Las actividades supervisadas consisten en tutorías que puede solicitar el alumno.
- Las actividades autónomas consisten en la lectura de artículos científicos y de informes de interés, en el elaboración de trabajos e informes, y en el estudio personal.

Nota: se reservarán 15 minutos de una clase dentro del calendario establecido por el centro o por la titulación para que el alumnado rellene las encuestas de evaluación de la actuación del profesorado y de evaluación de la asignatura o módulo.

Evaluación

Actividades de evaluación continuada

Título	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Asistencia y valoración de prácticas aula	25%	2	0,08	8, 9, 2, 3, 1, 7, 10, 12, 11, 13
Entrega de trabajos/informes	35%	2	0,08	8, 9, 4, 2, 1, 7, 6, 10, 12, 11
Pruebas escritas	40%	2	0,08	8, 9, 4, 5, 7, 6, 10, 12, 11

- Los estudiantes entregan los trabajos relacionados con los temas tratados en el módulo y se comentan en las sesiones presenciales.
- Los estudiantes realizan una prueba escrita en el aula a partir del estudio personal de los contenidos impartidos en las clases magistrales y de los dossieres facilitados por los profesores.

- Se destinará la sesión final para las presentaciones orales de los trabajos confeccionados por los estudiantes y para proporcionar el feedback correspondiente por parte de los profesores.

Bibliografía

- 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* (6^a 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 Periodizationfor 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 Futbol, Futbol sal 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: FEPD.
- 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 Futbol 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., Caracuel,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* (4^a Ed). Madrid:Editorial Panamericana.

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

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

Software

No aplicable

Lista de idiomas

Nombre	Grupo	Idioma	Semestre	Turno
(TEm) Teoría (máster)	1	Español	segundo cuatrimestre	tarde