

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

Professor/a de contacte

Nom: Saül Alcaraz García

Correu electrònic: Desconegut

Equip docent

Joel Guillen Cots

Eduardo Amblar Burgos

(Extern) Aida Castellà

(Extern) Aurelio Olmedilla

(Extern) Carles Ventura

(Extern) Gerard Soriano

(Extern) Ivan Bonilla

(Extern) Joan Palmi

(Extern) Jordi Renom

(Extern) Mar Rovira

(Extern) Noemi Bonet

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'alumnat conegui les característiques bàsiques de diferents esports i les propostes d'intervenció psicològica per a cadascun d'ells. L'alumnat desenvoluparà, a partir dels coneixements adquirits als mòduls anteriors, un model base d'intervenció que adaptarà a cadascuna de les característiques i

requeriments esportius. En primer lloc, es realitzarà una classificació d'esports, i a continuació es valoraran els sistemes d'avaluació i intervenció psicològica més comuns aplicats a cada tipus d'esport. Finalment, es desenvoluparan 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 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 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.
- 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 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.
5. 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.
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 la iniciació de diferents esports.
12. Sintetitzar el paper dels diversos factors que influeixen en l'abandonament esportiu de diferents esports.
13. Treballar en equips de manera coordinada i col·laborativa, i demostrar habilitats per treballar en equips interdisciplinaris.

Continguts

* Estats psicològics òptims i models d'intervenció en psicologia del rendiment esportiu.

* Models de resolució de casos

* Classificació d'esports.

* Moments i característiques psicològiques en els esports treballats.

* Sistemes d'avaluació psicològica en esports específics

* Intervenció psicològica en esports específics:

Hoquei patins - Bàsquet - Futbol - Tennis - Golf - Vela -E. Motor - Atletisme - e-Sports - Taekwondo - Natació - Esports artístics -Esports de muntanya - Triatló

Activitats formatives i Metodologia

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

- Les activitats dirigides consisteixen en classes magistrals preferentment presencials, exercicis a l'aula i presentació oral de treballs.

- Les activitats supervisades consisteixen en tutories que l'alumnat 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, perquè els alumnes completin les enquestes d'avaluació de l'actuació del professorat i d'avaluació de l'assignatura.

Avaluació

Activitats d'avaluació continuada

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Ev1: Assistència i valoració de pràctiques d'aula	20%	2	0,08	1, 2, 3, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13
Ev2: Entrega de treballs/informes	40%	2	0,08	1, 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
Ev3: Prova escrita	40%	2	0,08	4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12

- L'alumnat entregará els exercicis de classe relacionats amb els temes tractats al mòdul i se'n farà el retorn a les sessions presencials (Ev1). Algunes d'aquestes tasques seran realitzades de forma individual i altres en petits grups.

- Al llarg del semestre, l'alumnat prepararà un informe amb els continguts clau apresos a cada sessió i les seves reflexions crítiques sobre els continguts i metodologies vistos a classe (Ev2). Aquest treball es podrà realitzar de forma individual o en parelles i es podrà enviar a través del Campus Virtual com a molt tard durant la setmana del 25 al 29 de maig de 2026. L'informe serà avaluat mitjançant una rúbrica, que l'alumnat coneixerà amb antelació, i, una vegada corregit el seu treball, podrà conèixer les puntuacions obtingudes a cada criteri en el moment de la revisió.

- L'alumnat realitzarà una prova escrita individual a l'aula a partir de l'estudi personal dels continguts impartits a les classes magistrals i dels dossiers facilitats pel professorat (Ev3). La prova esarà basada en la resolució de casos i portarà a terme la setmana del 25 al 29 de maig de 2026. Aquesta serà avaluada mitjançant una rúbrica, que l'alumnat coneixerà amb antelació. Una vegada corregides les proves, l'alumnat podrà conèixer les puntuacions obtingudes a cada criteri en el moment de la revisió.

Per superar l'assignatura cal obtenir una nota de 5/10 en cadascuna de les tres evidències. En cas de suspendre una o diverses d'aquestes evidències, caldrà recuperar-les per poder optar a superar l'assignatura.

Resum del retorn de les activitats:

Tipus de Retorn	EV i TIPUS	SETMANA
Escrit		
Eina digital	EV2 i EV3	S18 i S19
A l'aula	EV1	Durant el semestre
Tutoria	EV2 i EV3	S18 i S19

Avaluació única:

Aquesta assignatura no preveu el sistema d'avaluació única.

Nota sobre l'ús de la intel·ligència artificial:

En aquesta assignatura, no es permet l'ús de tecnologies d'Intel·ligència Artificial (IA) en cap de les seves fases. Qualsevol treball que inclogui fragments generats amb IA serà considerat una falta d'honestedat acadèmica i pot comportar una penalització parcial o total en la nota de l'activitat, o sancions majors en casos de gravetat.

Bibliografia

Bibliografia fonamental:

Beauchamp, M. R., & Eys, M. A. (2014). Group Dynamics in Exercise and Sport Psychology. Routledge.

Castillo, S., L., Wooding, C. B., Barba, D. A., Chroni, A. (2022). Building Consulting Skills for Sport and Performance Psychology: An International Case Study Collection. Routledge.

Bertollo, M., Filho, E., & Terry, P. C. (2021). Advancements in Mental Skills Training (ISSP Key Issues in Sport and Exercise Psychology). Routledge.

Hemmings, B., & Holder, T. (2009). *Applied Sport Psychology: A Case-Based Approach: A Case-Based Approach*. Wiley.

Keegan, R. (2015). *Being a Sport Psychologist*. Bloomsbury Academic

Latinjak, A. T., & Hatzigeorgiadis, A. (2021). The Knowledge Map of Sport and Exercise Psychology: An Integrative Perspective. *Frontiers in Psychology*, 12, 661824. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.661824>

Tod, D., & Eubank, M. (2020). *Applied Sport, Exercise, and Performance Psychology: Current Approaches to Helping Clients*. Routledge.

Turner, M., & Baker, J. (2014). *Tipping The Balance: The Mental Skills Handbook For Athletes*. Bennion Kearny Limited.

Wagstaff, C. R.D. (2016). *The Organizational Psychology of Sport: Key Issues and Practical Applications*. Routledge.

Bibliografia complementària:

Anderson, A.C., Knowles, Z. & Gilbourne, D. (2004). Reflective practice for Sport psychologist: concepts, models, practical implications, and thoughts on dissemination. *The Sport Psychologist* 18, 188-203.

Dixon, J. G., Baker, J. B., Thelwell, R. C., & Mitchell, I. (2020). *The Psychology of Soccer*. Routledge.

Dosil, J. (2006) (Ed.). *The sport psychologist's handbook*. John Wiley & Sons: Chichester.

Mujika, I., Halson, S., Burke, M.L., Balagué, G., & 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. (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 l'Actividad física y del deporte*. (p.25-28). Santander: FEPA.

Palmi, J., Alcubierre, N., Gil Moreno de Mora, G., Reig, F., & 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.

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

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

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

Programari

No aplicable

Grups i idiomes de l'assignatura

La informació proporcionada és provisional fins al 30 de novembre de 2025. A partir d'aquesta data, podreu consultar l'idioma de cada grup a través daquest [enllaç](#). Per accedir a la informació, caldrà introduir el CODI de l'assignatura

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