

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

Professor/a de contacte

Nom: Iván Bonilla Gorrindo

Correu electrònic: ivan.bonilla@uab.cat

Equip docent

Lluís Capdevila Ortís

Eduardo Amblar Burgos

Eva Parrado Romero

(Extern) Àlex Latinjak

(Extern) Anna Verdaguer

(Extern) Beatriz Galilea

(Extern) Carles Ventura

(Extern) Gerard Soriano

(Extern) Iván Bonilla

(Extern) Joan Barangé

(Extern) Joan Palmi

(Extern) Núria Rabassa

(Extern) Saül Alcaraz

Idiomes dels grups

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

Prerequisits

No hi ha prerequisits específics per al mòdul.

Objectius

Aquest mòdul pretén que l'alumnat sigui capaç de:

- Conèixer i aplicar els instruments d'avaluació per a la intervenció psicològica aplicada en els àmbits de la iniciació esportiva, del rendiment i de l'activitat física saludable.
- Conèixer les principals tècniques psicològiques d'intervencions, principalment en el context del rendiment esportiu.
- Triar la tècnica/ques psicològica/ques que millor s'ajusta a les necessitats de cada cas en particular.
- Aplicar la tècnica/ques psicològica/ques segons el criteri d'eficàcia.

Competències

- Analitzar de manera crítica les teories, els models i els mètodes més actuals de recerca psicològica.
- 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.
- Buscar informació en la literatura científica utilitzant els canals apropiats i integrar la informació esmentada per plantejar i contextualitzar un tema de recerca.
- Conèixer els principals models d'intervenció en la iniciació esportiva i en psicologia de l'esport.
- 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. Buscar informació en la literatura científica utilitzant els canals apropiats i integrar la informació esmentada per plantejar i contextualitzar un tema de recerca.
2. Conèixer els principals mètodes de recerca i saber identificar-ne la idoneïtat en relació amb la demanda esportiva.
3. Conèixer les tècniques, els procediments i els protocols basats en l'evidència per avaluar les principals problemàtiques en l'àmbit de l'esport i de l'activitat física, i intervenir-hi.
4. Discriminar quins instruments i sistemes d'avaluació són més apropiats per donar respostes als requeriments i les necessitats dels diferents agents esportius (esportistes, entrenadors, entitats, etc.).
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. Que els estudiants tinguin les habilitats d'aprenentatge que els permetin continuar estudiant, en gran manera, amb treball autònom a autodirigit.
7. Seleccionar i aplicar les tècniques, els procediments i els protocols adequats per avaluar i detectar les diferents problemàtiques en l'àmbit de l'esport i de l'activitat física.
8. Sintetitzar els principals mecanismes implicats en els processos psicològics que intervenen en els diferents agents esportius partint de les teories i els models actuals.
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

Instruments d'avaluació

- Anamnesis i l'entrevista.
- Qüestionaris d'avaluació.
- L'observació i el registre.
- Mesures Psicofisiològiques

Tècniques d'intervenció psicològica

- L'establiment d'objectius
- La gestió del pensament: l'autoparla i les creences
- La gestió de l'activació.
- La gestió atencional
- La gestió de les imatges mentals.
- La gestió de la comunicació
- La gestió de grups
- L'autoparla

Aplicacions

- Estudis de casos

Activitats formatives i Metodologia

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
Dirigides	48	1,92	2, 3, 4, 5, 7, 8
Tipus: Supervisades			
Supervisades	48	1,92	4, 5, 7, 8, 9
Tipus: Autònomes			
Autònomes	129	5,16	1, 4, 5, 7, 8, 9

Per al desenvolupament del mòdul s'han previst 3 tipus d'activitats formatives:

48 hores dirigides d'activitat docent presencial en aula. La major part d'aquestes hores corresponen a classes de tipus magistral amb major participació per part del docent.

48 hores supervisades amb activitat formativa de treball en grup, tutories.

129 hores corresponents a treball autònom per part de l'alumne: cercar informació, estudi, preparació de proves i treballs.

Nota: es reservaran 15 minuts d'una classe, dins del calendari establert pel centre/titulació, perquè els alumnes compleixin 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
Assistència	10%	0	0	3, 5
Entrega de treballs/ Informes	60 %	0	0	1, 2, 3, 5, 6, 7, 9
Presentació oral de treballs	30 %	0	0	3, 4, 5, 6, 7, 8, 9

Assistència: assistència activa a les classes

Treball escrit: desenvolupament d'un cas fent ús dels continguts desenvolupats en el mòdul.

Presentació oral: presentació resumida del treball escrit.

Ús de la IA

Per a aquesta assignatura, es permet l'ús de tecnologies d'Intel·ligència Artificial (IA) exclusivament en tasques de suport, com la cerca bibliogràfica o d'informació, la correcció de textos o les traduccions. L'estudiant haurà d'identificar clarament quines parts han estat generades amb aquesta tecnologia, especificar les eines emprades i incloure una reflexió crítica sobre com aquestes han influït en el procés i el resultat final de l'activitat. La no transparència de l'ús de la IA en aquesta activitat avaluable es considerarà 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."

Observacions

Tipus de Retorn	EV i TIPUS	SETMANA
A l'aula	Presentació oral de treballs	16
Eina digital (Rúbrica)	Entrega de treballs/Informes	18

Bibliografia

Font, J. (2018). *Psicología aplicada al MotorSport*. Editorial EOS.

León, E.M., & Garcés de los Fayos, E.J. (2024). *Fundamentos de Psicología del Deporte*. Editorial Médica Panamericana.

Mora, J.A. & Díaz, J. (2008). *Control del pensamiento y sus estrategias en el Deporte*. Editorial EOS.

Moran, A. & Toner, J. (2018). *Psicología del Deporte*. Editorial Manual Moderno.

Salom, M., Núñez, A., & Leguizamo, F. (2023). *Psicología del Deporte. Una aproximación práctica desde la evidencia científica*. Editorial Médica Panamericana.

Weinberg, R.S. & Gould, D. (2010). *Fundamentos de psicología del Deporte y del Ejercicio Físico*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Programari

No es requereix cap programari específic.

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 d'aquest [enllaç](#). Per accedir a la informació, caldrà introduir el CODI de l'assignatura

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