CESAG

COMILLAS UNIVERSIDAD PONTIFICIA

**GUÍA DOCENTE 2026 - 2027**

## FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

| Datos de la asignatura | |
|---|---|
| **Nombre completo** | Psicología de la Actividad Física y del Deporte |
| **Código** | E000006000 |
| **Título** | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Pontificia Comillas [CESAG - CAFD] |
| **Impartido en** | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte [Primer Curso] |
| **Cuatrimestre** | Semestral |
| **Créditos** | 6,0 ECTS |
| **Carácter** | Básico |
| **Departamento / Área** | Centro de Enseñanza Superior Alberta Giménez (CESAG) |
| **Responsable** | Meritxell Cirera González |
| **Horario de tutorías** | A derterminar por correo electrónico( mcirera@cesag.org) |

| Datos del profesorado | |
|---|---|
| **Profesor** | |
| **Nombre** | Meritxell Cirera González |
| **Departamento / Área** | Centro de Enseñanza Superior Alberta Giménez (CESAG) |
| **Despacho** | 11 |
| **Correo electrónico** | mcirera@cesag.comillas.edu |

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

### Contextualización de la asignatura

#### Aportación al perfil profesional de la titulación

La Psicología de la actividad física y del deporte es una asignatura de formación básica con una carga lectiva de 6 créditos. Se imparte en el primer curso del Grado durante el segundo cuatrimestre. Presenta una gran vinculación con las áreas disciplinares del grado, especialmente con el Deporte y las prácticas físico-deportivas, la Educación Física y enseñanza de la actividad física y el deporte, y más concretamente con las Ciencias Sociales y Comportamentales aplicadas a la actividad física y el deporte. Se centra en el estudio del comportamiento motor y sus correlatos psicológicos.

Como ciencia social y comportamental aplicada, esta asignatura tiene un especial protagonismo en todas las capacitaciones profesionales del grado. Permite conocer e indagar en el comportamiento psicológico y social en contextos motrices y deportivos, con objeto de dotar al profesional de los conocimientos y habilidades necesarias para un desempeño completo de su labor en los diferentes ámbitos de trabajo (educativo, deportivo, organizativo o de salud) caracterizados por la relación humana, la interacción social y la búsqueda de la mejora personal y el establecimiento de vidas activas y saludables. Se contempla la práctica y el entrenamiento de los deportes y las actividades físicas como un fenómeno de gran relevancia psicológica y social.

#### Prerrequisitos

No son necesarios.

## Competencias - Objetivos

### Competencias

#### GENERALES

| | | |
|---|---|---|
| **CG03** | Capacidad de organización y planificación en su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva. | |
| | **RA1** | Planifica su trabajo personal de una manera viable y sistemática |
| | **RA2** | Participa en el desarrollo organizado de un trabajo en grupo |
| **CG05** | Capacidad para comunicarse de forma oral y escrita correctamente en el desempeño de su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva | |
| | **RA1** | Expresa sus ideas de forma estructurada, inteligible y convincente |
| | **RA2** | Interviene ante un grupo con seguridad y soltura |
| | **RA3** | Escribe con corrección |
| | **RA4** | Presenta documentos estructurados y ordenados |
| **CG06** | Capacidad para el trabajo en equipo y el establecimiento de las relaciones interpersonales en su trabajo en el área de la Actividad Física y Deportiva. | |
| | **RA1** | Colabora con otras personas en el reparto y realización de tareas en trabajos académicos teóricos y prácticos |
| | **RA2** | Cumple los plazos de entrega fijados en el grupo de trabajo. |
| | **RA3** | Soluciona conflictos y dificultades interpersonales en el proceso de trabajo grupal. |

#### ESPECÍFICAS

| | | |
|---|---|---|
| **CE03** | Conocer y comprender los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte. | |
| | **RA1** | Identifica los diferentes factores individuales y colectivos en actividades físico-deportivas concretas. |
| | **RA2** | Adapta las actividades físico-deportivas a las características individuales y sociales. |
| **CE04** | Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano. | |
| | **RA1** | Conoce y aplica las diferentes adaptaciones psico-afectivo-sociales a la actividad física y deportiva |
| | **RA2** | Conoce y transmite los diferentes beneficios psico-afectivo-sociales de la práctica físico-deportiva. |

| | | |
|---|---|---|
| **CE20** | Capacidad para valorar la importancia del deporte en el desarrollo integral, físico y emocional de las personas. | |
| | **RA2** | Identifica la contribución de la práctica educativa en el desarrollo de las habilidades emocionales y sociales de las personas |
| **CE21** | Capacidad para conocer la contribución del deporte para la formación en valores no competitivos de cooperación, colaboración y trabajo en equipo. | |
| | **RA1** | Identifica las actividades y prácticas deportivas idóneas para promover la formación en valores no competitivos. |

## BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

### Contenidos – Bloques Temáticos

#### Contenidos

UA1.Procesos básicos en psicología de la actividad física y el deporte.

UA2. Procesos de interacción y procesos grupales en el deporte.

UA3. Actividad física, salud y bienestar.

#### Objetivos/Resultados de aprendizaje

OR1. Aplicar los procesos psicológicos en los diferentes contextos profesionales del el ámbito de la actividad física y el deporte adaptándose a sus particularidades.

OR2. Manejar estrategias para la mejora de los procesos grupales en los diferentes ámbitos de la actividad física y el deporte.

OR3. Establecer actuaciones que fomenten la adhesión de la población a un estilo de vida activo y saludable en diferentes poblaciones.

## Aspectos metodológicos generales de la asignatura

### Metodología Presencial: Actividades

Exposición de contenidos: oral, vídeo, texto.

Revisión y búsqueda de información.

Casos prácticos.

Role playing.

Actividades de reflexión y puesta en común.

Exposicion y defensa de tema/caso.

### Metodología No presencial: Actividades

Cuestionario evaluación inicial y final.

Exposición de contenidos: vídeo, texto.

Revisión y búsqueda de información.

Casos prácticos.

Actividades de reflexión.

## RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO

| HORAS PRESENCIALES | | | |
|---|---|---|---|
| Lecciones magistrales | Trabajos grupales | Actividades físicas y deportivas en instalaciones deportivas o espacios naturales | |
| 55.00 | 1.00 | 4.00 | |
| **HORAS NO PRESENCIALES** | | | |
| Estudio personal y documentación | Actividades prácticas: Ejercicios y/o casos prácticos/resolución de problemas | Trabajos grupales | Trabajos individuales |
| 72.50 | 5.50 | 7.00 | 35.00 |
| **CRÉDITOS ECTS: 6,0 (180,00 horas)** | | | |

## EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

El uso de IA para crear trabajos completos o partes relevantes, sin citar la fuente o la herramienta o sin estar permitido expresamente en la descripción del trabajo, será considerado plagio y regulado conforme al Reglamento General de la Universidad.

| Actividades de evaluación | Criterios de evaluación | Peso |
|---|---|---|
| Exámen teórico-práctico | Mínimo 25/50%<br><br>El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria | 50 |
| Ejercicios prácticos y resolución de problemas realizados en clase.<br><br>Entregados en el cuaderno del alumno. | Mínimo 12,5/25%<br><br>El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria | 25 % |
| Trabajos grupales | Mínimo 12,5/25%<br><br>El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria | 25 % |

## Calificaciones

• No se realizará media de las calificaciones si no se obtiene el mínimo exigido en cada parte.

• La asistencia a clase y a las actividades docentes presenciales, cuya comprobación corresponde a cada profesor, es obligatoria para todos los alumnos. La inasistencia comprobada e injustificada a más de un tercio de las horas lectivas impartidas en cada asignatura, puede tener como consecuencia la imposibilidad de presentarse a examen en la convocatoria ordinaria del mismo curso académico. En el supuesto de que se aplicará esta consecuencia, la pérdida de convocatoria se extenderá automáticamente a la convocatoria extraordinaria. A todos los efectos, se considerará pendiente de cumplimiento de la escolaridad obligatoria de la asignatura (Capítulo IV, Artículo 14, punto 2)

• La demostrada realización fraudulenta de alguna de las actividades de evaluación incluidas en la evaluación de alguna asignatura comportará, según las circunstancias, un suspenso (0) en su calificación que, en los casos más graves, puede llegar a la calificación de «suspenso» (0) en la convocatoria anual. En particular, se considera un fraude la inclusión en un trabajo de fragmentos de obras ajenas presentados de tal manera que se hagan pasar como propios del estudiante (Normas Académicas CESAG, art. 31).

• Copiar en un examen es motivo de descalificación; el estudiante tendrá que repetir el examen y tendrá que esperar a la siguiente convocatoria para su presentación.

• Es fundamental que los estudiantes aprendan a expresarse con corrección y fluidez de forma oral o escrita, adaptándose a los diferentes registros, lo que incluye la capacidad de escribir textos claros y bien estructurados, de analizar diferentes tipos de discursos y de redactar exposiciones detalladas de temas complejos. En la asignatura se acomete la valoración de la correcta expresión oral y escrita en las lenguas cooficiales, conocimiento exigido en el título como competencia general y competencia transversal. En este punto se evaluará la ortografía y la gramática. Las faltas ortográficas, gramaticales y léxicas restarán hasta 1 punto de la nota final de cada práctica y/o examen. No obstante, el profesor podrá decidir un suspenso con una sola falta, según la gravedad de ésta.

. Según lo descrito en el Reglamento Interno de esta Universidad en caso de que el alumno cometa una falta (leve, grave, o muy grave, ver artículos 116-118) será sancionado pudiendo ser expulsado del centro (ver artículo 119).

El profesorado utilizará de forma puntual herramientas de IA generativa , modelos de lenguaje (LLM), como ChatGPT, Gemini, Microsoft

Copilot, Perplexity o Canva IA, para apoyar la elaboración y adaptación de fichas de trabajo, esquemas, resúmenes orientativos y materiales complementarios de la asignatura.

El alumnado podrá emplear estas herramientas únicamente cuando se autorice expresamente, como apoyo para comprender o ampliar contenidos, organizar ideas y elaborar esquemas . La información obtenida deberá revisarse y contrastarse con los apuntes, la bibliografía recomendada y fuentes académicas fiables. No podrán presentarse como propios trabajos, contenidos, documentos o presentaciones elaborados única o sustancialmente mediante IA. Su utilización no otorgará puntuación adicional y, en cada actividad, se indicará el nivel de uso permitido. El incumplimiento de estas condiciones, especialmente la presentación como propio de contenido elaborado única o sustancialmente mediante IA, supondrá la calificación de suspenso en la actividad o trabajo correspondiente.El uso de la IA será determinado por el profesor en cada una de las actividades propuestas. El no respetar el nivel indicado conllevará a la no calificación de esa tarea con las consecuencias que conlleve sobre el proceso de evaluación.

## PLAN DE TRABAJO Y CRONOGRAMA

| Actividades | Fecha de realización | Fecha de entrega |
|---|---|---|
| Presentación y creación de grupos<br><br>**Unidad de aprendizaje 1(1).**<br><br>Actividades iniciales<br><br>Se agendaran las presentaciones relativas al caso práctico 1 por equipos. Cada equipo presentará el trabajo una semana. La asignación de la fecha será por sorteo. | 1ª Semana | |
| **Unidad de aprendizaje 1(2).**<br><br>Actividades iniciales | 2º Semana | |
| **Unidad de aprendizaje 1(3).**<br><br>Actividades de desarrollo<br><br>Comienzo de las presentaciones del caso práctico 1. | 3ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 1(4).**<br><br>Actividades de desarrollo | 4ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 1(5).**<br><br>Actividades de desarrollo | 5ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 1(6).**<br><br>Actividades de síntesis | 6ª semana | |

| | | |
|---|---|---|
| **Unidad de aprendizaje 1(7).**<br>Actividades síntesis | 7ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 2(1).**<br>Actividades iniciales | 8ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 2(2).**<br>Actividades de desarrollo | 9ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 2(3).**<br>Actividades de desarrollo | 10ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 2(4).**<br>Actividades de síntesis | 11ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 3(1).**<br>Actividades iniciales | 12ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 3(2).**<br>Actividades de desarrollo | 13ª semana | |
| **Unidad de aprendizaje 3(3).**<br>Actividades de síntesis | 14ª semana | |
| **Unidades de aprendizaje 1-3.**<br>Actividades de síntesis<br>Entrega caso práctico 2 | 15ª semana | |

## BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

### Bibliografía Básica

Bandura, A. y Walters, R.H. (1974) Aprendizaje Social y Desarrollo de la Personalidad. Nueva Cork: Holt, Rinehart and Winston.

Buceta, J.M. (1998) Psicología del entrenamiento deportivo. Madrid: Dykinson

Dosil, J. (2008) Psicología de la actividad física y del deporte. McGrau Hill.

Guillén, F. (2007) Psicología de la educación física y el deporte. Sevilla: Wanceulen.

Weinberg, Gould. (1996) Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico. Panamericana.

## Bibliografía Complementaria

Bisquerra, R., Pérez, JC. y García, E. (2015) Inteligencia emocional en educación. Síntesis.

Gerrig, R. y Zimbardo, P., (2005) Psicología y Vida., Prentice Hall.

Larsen, R., (2005) Psicología de la Personalidad, McGraw Hill.

Pellicer, I. (2015) NeuroEF. La revolución de la Educación Física desde la neurociencia. Barcelona: Inde.

Navarro, D. y Pellicer, I. (2023). Del cerebro al cuerpo. Neurociencia y Educación Física. Barcelona. Inde.

Pellicer, I. (2011) Educación física emocional. Inde.

*Otras fuentes:*

Association for the Advancement of Applied Sport Psychology

http://www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org/

En cumplimiento de la normativa vigente en materia de **protección de datos de carácter personal**, le informamos y recordamos que puede consultar los aspectos relativos a privacidad y protección de datos que ha aceptado en su matrícula entrando en esta web y pulsando "descargar"
https://servicios.upcomillas.es/sedeelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792