



FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
NombreCompleto	Psicología de la Actividad Física y del Deporte
Código	E000008827
Título	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Cuatrimestre	Anual
Créditos	6,0
Carácter	Obligatoria (Grado)
Departamento / Área	Departamento de Educación, Métodos de Investigación y Evaluación
Responsable	Evelia Franco Álvarez

Datos del profesorado	
Profesor	
Nombre	Ignacio Gonzalo Misol
Departamento / Área	Departamento de Educación, Métodos de Investigación y Evaluación
Despacho	Cantoblanco
Correo electrónico	igonzalo@comillas.edu
Teléfono	4823

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura
Aportación al perfil profesional de la titulación
<p>En esta asignatura nos proponemos tomar conciencia de los conocimientos y estrategias necesarios para comprender los factores psicológicos que intervienen en la práctica de las actividades físicas y deportivas. El fin es construir progresivamente un aprendizaje que nos permita analizar y explicar por qué los comportamientos y procesos psicológicos en el ámbito de las actividades físicas y deportivas contribuyen al desarrollo, bienestar y salud personal. En su dimensión más práctica, en esta asignatura revisaremos experiencias y proyectos de investigación que nos permitan analizar críticamente la psicología deportiva actual y familiarizarse con los ámbitos profesionales tanto en la dimensión de psicología aplicada como en la de investigación de cara a tener las herramientas básicas para desarrollar esta profesión o relacionarse con profesionales de este ámbito en el futuro.</p>
Prerrequisitos
No hay.



Competencias - Objetivos

Competencias

GENERALES

CG01	Capacidad de búsqueda y gestión de información en el área de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte	
	RA1	Busca en diversas fuentes información relativa a los diferentes ámbitos de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
	RA2	Selecciona con criterio la información procedente de fuentes con rigor científico
	RA3	Organiza la información seleccionada y la aplica a situaciones reales que se puedan desarrollar en los diferentes ámbitos de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
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
	RA3	Planifica un proyecto complejo
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



	RA4	Realiza el trabajo de forma coordinada en un equipo multidisciplinar
CG07	Capacidad para el razonamiento crítico y la autocrítica en el ejercicio de su labor como profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	RA1	Manifiesta interés por nuevas informaciones no contempladas
	RA2	Cambia y adapta sus planteamientos iniciales a la luz de nuevas informaciones
	RA3	Muestra curiosidad por las temáticas tratadas más allá de la calificación
	RA4	Establece relaciones y elabora síntesis propias sobre los contenidos trabajados
ESPECÍFICAS		
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

BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

Contenidos – Bloques Temáticos

Bloque 1. Introducción a la psicología en la actividad física y el deporte

Bloque 2. Psicología y bienestar en la actividad físico-deportiva

Bloque 3. Desarrollo psicológico en la actividad físico-deportiva: Procesos personales y sociales

Bloque 4. Entrenamiento en destrezas psicológicas

METODOLOGÍA DOCENTE

Aspectos metodológicos generales de la asignatura

En las sesiones presenciales se combinarán distintos tipos de actividades:

- Lecciones magistrales
- Actividades grupales de procesamiento, síntesis y exposición de información.
- Propuestas prácticas por parte de la profesora
- Exposición de propuestas didácticas por parte de los estudiantes



- Análisis de las propuestas prácticas realizadas

En cuanto al trabajo no presencial realizado por los alumnos, se propondrán las siguientes actividades:

- Propuestas didácticas grupales
- Actividades de refuerzo individuales
- Lectura y análisis de textos

Se utilizará la plataforma de Moodle como medio de comunicación on-line entre los alumnos y el profesor.

RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO

HORAS PRESENCIALES		
Lecciones magistrales	Trabajos grupales	
58.00	2.00	
HORAS NO PRESENCIALES		
Trabajos individuales	Trabajos grupales	Estudio personal y documentación
35.00	7.00	78.00
CRÉDITOS ECTS: 6,0 (180,00 horas)		

EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Actividades de evaluación	Criterios de evaluación	Peso
Examen	Corrección de las respuestas tipo test y de desarrollo	60 %
Ejercicios prácticos	Adecuación de las propuestas realizadas	20 %
Trabajos individuales y grupales	Nivel de implicación y reflexión mostrado en los trabajos individuales y grupales	20 %

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

Bibliografía Básica

Cruz, J. (Ed.) (1997) Psicología del Deporte. Madrid: Síntesis

Dosil, J. (1999) Psicología de la Actividad Física y el Deporte. Madrid: McGraw-Hill 3. Garcés, E.J.; Olmedilla, A. & Jara, P. (2006) Psicología y Deporte. Murcia: Diego Marín.



COMILLAS

UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

**GUÍA DOCENTE
2018 - 2019**

Lorenzo González, J. (1997) Psicología del Deporte. Madrid: Biblioteca Nueva.

Roberts, G. (1995). Motivación en el deporte y en el ejercicio. Bilbao: Descleé De Brouwer.

Rudik, P. A. (1997). Psicología de la educación física y del deporte. Buenos Aires: Stadium.

Ruiz, L. M. y Sánchez, F. (1997). Rendimiento deportivo. Claves para la optimización de los aprendizajes. Madrid: Gymnos.

Williams, J. M. (1991). Psicología aplicada al deporte. Madrid: Biblioteca Nueva.