

**FITXA IDENTIFICATIVA****Dades de l'Assignatura**

|                      |                                                       |
|----------------------|-------------------------------------------------------|
| <b>Codi</b>          | 33205                                                 |
| <b>Nom</b>           | Psicologia social de l'activitat física i de l'esport |
| <b>Cicle</b>         | Grau                                                  |
| <b>Crèdits ECTS</b>  | 6.0                                                   |
| <b>Curs acadèmic</b> | 2021 - 2022                                           |

**Titulació/titulacions**

| <b>Titulació</b>                                                  | <b>Centre</b>                                         | <b>Curs</b> | <b>Període</b> |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------|----------------|
| 1312 - Grau de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport       | Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport | 2           | Altres casos   |
| 1331 - Grau Ciències l'Activitat Física i de l'Esport (Ontinyent) | Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport | 2           | Altres casos   |

**Matèries**

| <b>Titulació</b>                                                  | <b>Matèria</b> | <b>Caràcter</b> |
|-------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|
| 1312 - Grau de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport       | 1 - Psicologia | Formació Bàsica |
| 1331 - Grau Ciències l'Activitat Física i de l'Esport (Ontinyent) | 1 - Psicologia | Formació Bàsica |

**Coordinació**

| <b>Nom</b>                       | <b>Departament</b>      |
|----------------------------------|-------------------------|
| ALVAREZ SOLVES, JOSE OCTAVIO     | 306 - Psicologia Social |
| CASTILLO FERNANDEZ, ISABEL MARIA | 306 - Psicologia Social |

**RESUM**

L'assignatura “Psicologia Social de l'Activitat Física i l'Esport” de caràcter bàsic, s'ocupa de l'estudi científic dels fenòmens socials de l'esport des d'una perspectiva psicosocial, especialment de les interaccions socials que es produeixen en el context de l'activitat física i de l'esport. Així mateix, estudia els factors psicosocials que influeixen en la participació esportiva i els efectes que aquesta participació tenen en el rendiment i el benestar.



Amb aquesta assignatura es pretén que l'alumnat:

1. Es familiaritze amb la literatura existent en la psicologia social de l'activitat física i l'esport.
2. Adquirisca una panoràmica teoricopràctica sobre el tema.
3. Conega els principals determinants del rendiment esportiu i aprenga a identificar els principals processos psicosocials bàsics que influeixen en aquest rendiment i en el benestar dels practicants d'activitats físicoesportives.
4. Aprenga a analitzar les relacions intergrupals i els seus efectes sobre el rendiment tant individual com grupal.
5. Conega les principals teories del lideratge en l'esport amb èmfasi en el paper de l'entrenador com a líder.
6. S'introduïska en les línies d'investigació de la Psicologia Social de l'Activitat Física i l'Esport.

## **CONEIXEMENTS PREVIS**

### **Relació amb altres assignatures de la mateixa titulació**

No heu especificat les restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

### **Altres tipus de requisits**

No hi ha recomanacions ni requisits previs per a cursar aquesta assignatura

## **COMPETÈNCIES**

### **1312 - Grau de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport**

- Adquirir la formació científica bàsica aplicada a l'activitat física i a l'esport en les seues diferents manifestacions
- Conèixer i comprendre els fonaments epistemològics i històrics i educatius de l'activitat física i l'esport
- Conèixer i comprendre els factors comportamentals i socials que condicionen la pràctica de l'activitat física i l'esport
- Conèixer i comprendre els efectes de la pràctica de l'exercici físic sobre els aspectes psicològics i socials de l'ésser humà
- Aplicar els drets fonamentals i d'igualtat d'oportunitats entre homes i dones, els principis d'igualtat d'oportunitats i accessibilitat universal de les persones amb discapacitat, de solidaritat i de protecció mediambiental, i els valors propis d'una cultura de la pau i de valors democràtics
- Promoure i avaluar la formació d'hàbits perdurables i autònoms de pràctica de l'activitat física i l'esport



- Aplicar els principis fisiològics, biomecànics, comportamentals i socials als diferents camps de l'activitat física i l'esport
- Seleccionar i saber utilitzar el material i equipament esportiu adequat per a cada tipus d'activitat i població
- Comprendre la literatura científica de l'àmbit de l'activitat física i l'esport en llengua anglesa i en altres llengües de presència significativa en l'àmbit científic
- Desenvolupar recursos per a l'adaptació a noves situacions i a la resolució de problemes, i per a l'aprenentatge autònom i la creativitat
- Desenvolupar hàbits d'excel·lència i qualitat per a l'exercici professional
- Conèixer les lleis bàsiques dels diferents processos psicològics que regulen el comportament humà
- Aplicar els principis psicològics als diferents camps de l'activitat física i l'esport
- Conèixer les habilitats i les competències psicològiques dels esportistes i practicants d'exercici físic
- Conèixer les funcions, les característiques i les limitacions dels diferents models teòrics de la psicologia social de l'activitat física i l'esport
- Conèixer els principis psicosocials del funcionament dels esportistes i dels grups esportius
- Saber analitzar el context esportiu en què es desenvolupen les conductes dels esportistes i els processos grupals
- Ser capaç d'identificar els problemes més rellevants plantejats segons les necessitats grupals i intergrupals
- Saber descriure i avaluar els processos d'interacció, la dinàmica dels grups i l'estructura grupal i intergrupals
- Saber seleccionar i administrar els instruments que permeten obtenir dades rellevants per avaluar els contextos esportius
- Desenvolupar la capacitat per treballar en equip i col·laborar eficaçment amb altres persones

## RESULTATS DE L'APRENENTATGE

Amb aquesta assignatura es pretén que l'alumnat, al final del curs:

1. Es familiaritze amb la literatura existent en la Psicologia Social de l'activitat física i l'esport
2. Comprenga en què consisteix l'aproximació psicosocial a les realitats socials de la pràctica d'activitat físicoesportiva.
3. Conega i comprenga els antecedents psicosocials de la pràctica d'activitat físicoesportiva i els seus efectes sobre rendiment, adherència a la pràctica, benestar/malestar dels qui la practiquen.
4. Sàpia analitzar i avaluar els contextos reals de pràctica d'activitat físicoesportiva des dels models teòrics de la Psicologia Social aplicada a l'activitat física, l'esport i l'exercici físic.



5. S'introduïska en les línies d'investigació de la Psicologia Social de l'activitat física i l'esport.
6. Sàpia dissenyar programes d'intervenció relatius a l'activitat física, l'esport i l'exercici, tenint en compte les dimensions psicosocials i els efectes que aquestes tenen sobre la vivència de la pràctica d'activitat fisicoesportiva.

## DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

### 1. Tema 1: Introducció a la Psicologia Social de l'Activitat Física i l'Esport

1. Concepte: la psicologia social de l'activitat física i l'esport
2. Principals àmbits d'actuació de la psicologia social de l'activitat física i l'esport

### 2. Tema 2: Participació esportiva i agents de socialització esportiva

1. Participació esportiva
2. Processos de socialització esportiva
3. Els estereotips de gènere

### 3. Tema 3: El grup esportiu i productivitat grupal

1. Concepte de grup y d'equip
2. L'estructura del grup
3. Determinants de la productivitat grupal
4. La despreocupació social

### 4. Tema 4: La motivació en l'activitat física, l'esport i l'exercici físic

1. Concepte de motivació
2. Motius de pràctica i no pràctica en l'activitat física-esportiva
3. La teoria de metes d'assoliment
4. La teoria de l'autodeterminació
5. Climes empowering i climes disempowering
6. Programes d'intervenció per al desenvolupament dels contextos motivacionals positius

### 5. Tema 5: El lideratge en l'activitat física, l'esport i l'exercici físic

1. Concepte de lideratge
2. El model mediacional de lideratge en l'esport
3. El modelo multidimensional de liderazgo en l'esport
4. La teoria de lideratge transformacional en l'esport i l'exercici físic



## **6. Tema 6: La cohesió en l'activitat física, l'esport i l'exercici físic**

1. Concepte de cohesió
2. Avaluació de la cohesió
3. La cohesió en l'esport. Factors que interaccionen amb la cohesió
4. Cohesió i rendiment
5. La cohesió en el context de l'exercici. Factors que interaccionen amb la cohesió
6. Estratègies d'intervenció sobre la cohesió: Team building

## **7. Tema 7: L'atribució en l'esport i l'exercici físic**

1. Concepte d'atribució en l'esport i l'exercici físic
2. Principals teories sobre l'atribució
3. Biaixos atribucionals
4. Avaluació de les atribucions
5. Conseqüències afectives de les atribucions
6. Reentrenament atribucional

## **8. Tema 8: L'autoconfiança i l'autoeficàcia en l'esport i l'exercici físic**

1. Concepte d'autoconfiança.
2. Beneficis de l'autoconfiança.
3. Model conceptual de la confiança en l'esport.
4. Avaluació de l'autoconfiança en l'esport.
5. Concepte d'autoeficàcia.
6. Fonts d'informació de l'autoeficàcia.
7. Avaluació de l'autoeficàcia.
8. Maneres de millorar l'autoconfiança i l'autoeficàcia

## **9. Tema 9: L'agressió i violència en l'esport**

1. Concepte d'agressió i violència en l'esport
2. Principals teories sobre l'agressió en l'esport
3. El fenomen dels grups violents a l'esport
4. Iniciatives i recomanacions per lluitar contra la agressió i la violència a l'esport
5. Programes d'intervenció per la prevenció de la violència a l'esport

## **10. Tema 10: Les relacions intergrupals en l'esport i l'exercici**

1. Conducta inter i intra-grup
2. Les relacions de cooperació i de competició entre grups
3. Els efectes de la cooperació i de competició sobre el rendiment dels grups
4. L'estereotip, el prejudici i la discriminació
5. El pensament grupal



## 6. Estratègies per a millorar les relacions intergrupals

**VOLUM DE TREBALL**

| ACTIVITAT                           | Hores         | % Presencial |
|-------------------------------------|---------------|--------------|
| Classes de teoria                   | 45,00         | 100          |
| Pràctiques en aula                  | 15,00         | 100          |
| Elaboració de treballs en grup      | 20,00         | 0            |
| Elaboració de treballs individuals  | 10,00         | 0            |
| Lectures de material complementari  | 5,00          | 0            |
| Preparació d'activitats d'avaluació | 20,00         | 0            |
| Preparació de classes de teoria     | 15,00         | 0            |
| Resolució de casos pràctics         | 20,00         | 0            |
| <b>TOTAL</b>                        | <b>150,00</b> |              |

**METODOLOGIA DOCENT**

Les activitats presencials tenen una duració de 60 hores: 45 hores de classes teòriques i 15 hores de sessions pràctiques i activitats auto-formatives (exercicis en grup a l'aula, discussió col·lectiva de resultats).

La metodologia docent utilitzada en el desenvolupament d'aquesta assignatura inclourà els següents mètodes:

- Exposicions tècniques per part del professorat: presentació i anàlisi a l'aula dels conceptes i teories clau de la Psicologia Social de l'Activitat Física i l'Esport, mitjançant lliçó magistral i desenvolupament de dinàmiques a l'aula.
- Pràctiques i activitats realitzades per l'estudiantat a l'aula.
- Tutories presencials i/o virtuals a través de TIC.
- Treball autònom de l'estudiantat fora de l'aula, elaborant pràctiques individuals i en grup.
- Presentacions dels treballs pràctics realitzats pels i les estudiants.

Les pràctiques i activitats a desenvolupar (el seu contingut, manera de realització i data de lliurament o exposició) seran comunicades presencialment en classe com a través de l'aula virtual.

**AVALUACIÓ**



L'avaluació sumativa es portarà a terme al final del procés d'ensenyament-aprenentatge, considerant els següents aspectes:

- la presentació i defensa dels treballs teòrics o teòric-pràctics
- la realització d'una prova escrita sobre els coneixements teòrics bàsics de l'assignatura
- el nivell de participació i implicació personal de l'alumnat, tant en les activitats d'aula com en aquelles que es realitzen fora d'ella.

Amb la següent ponderació:

- Nota de la prova objectiva dels continguts teòrics: 70%
- Nota de les tasques obligatòries dels continguts pràctics: 30%

La nota de cada pràctica serà ponderada en funció de la quantitat d'hores de treball i complexitat de cada pràctica.

Per a poder superar l'assignatura, el/la alumne haurà d'assolir, al menys, un 3.5 sobre 7 en l'examen teòric i un 1.5 sobre 3 en les pràctiques.

## REFERÈNCIES

### Bàsiques

- Álvarez, O., Castillo, I., y Falco, C. (2010). Estilos de liderazgo en la selección española de taekwondo. *Revista de Psicología del Deporte*, 19 (2), 219-230.
- Álvarez, O., Falco, C., Estevan, I., Molina-García, J., y Castillo, I. (2013). Intervención psicológica en un equipo de gimnasia rítmica deportiva: Estudio de un caso. *Revista de Psicología del Deporte*, 22 (2), 395-401.
- Balaguer, I. (2007). Clima motivacional, calidad de la implicación y bienestar psicológico: Una propuesta de intervención en equipos deportivos. En A. Blanco y J. Rodríguez Marín (Eds.), *Intervención Psicosocial* (pp. 135-162). Madrid: Prentice-Hall.
- Balaguer, I. (Dir) (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte. Principios y aplicaciones*. Valencia: Albatros Educación
- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2008). Apoyo la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17, 123-139.
- Baron, R. A., y Byrne, D. (2005). Cap. 5: Aspectos de la identidad social: self y género. En R. A. Baron, y D. Byrne, *Psicología Social* (10ª edición) (pp.165-214). Madrid: Pearson Educación S.A.
- Referencia b7: Beauchamp, M. R., y Eys, M. A. (Dir.) (2017). *Dinámicas de grupo en el ejercicio y en la psicología del deporte*. Badalona: Paidotribo.
- Beauchamp, M. R., y Eys, M. A. (Dir.) (2017). *Dinámicas de grupo en el ejercicio y en la psicología del deporte*. Badalona: Paidotribo.



- Blanco, A., Caballero, A., y de la Corte, L. (2005). *Psicología de los grupos*. Madrid: Pearson educación.
- Cox, R. H. (2009). *Psicología del deporte. Conceptos y aplicaciones* (6ª edición). Madrid: Editorial Médica Panamericana S.A.
- Estevan, I., Álvarez, O., y Castillo, I. (2015). Autoeficacia percibida y rendimiento técnico-táctico en taekwondistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 51-64.
- Gómez, A. (2007) La violencia en el deporte. Un análisis desde la Psicología Social, *Revista de Psicología Social*, 22 (1), 63-87. doi: 10.1174/021347407779697539
- Sáenz, A., Gimeno, F., Gutiérrez, H., y Garay, B. (2011). Prevención de la agresividad y la violencia en el deporte en edad escolar: Un estudio de revisión. *Cuadernos de psicología del deporte*, 12, 57-72.
- Weinberg, R. S., y Gould, D. (2007). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico* 4ª edición. Madrid: Editorial médica panamericana S.A.
- Weinberg, R.S., y Gould, D. (1996). Cuestiones relativas al género en el deporte y en el ejercicio físico. En R. Weinberg, y D. Gould (Eds.), *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico* (pp. 571-592). Barcelona: Ariel psicología.
- Yubero, S. (2004). Socialización y aprendizaje social. En D. Páez, I. Fernández, S. Ubillos, y E. Zubieta (Coords.), *Psicología social, cultura y educación* (pp. 819-844). Madrid: Pearson educación.
- Zamarripa, J., Castillo, I., Tomás, I., Tristán, J., y Álvarez, O. (2016). El papel del profesor en la motivación y la salud mental de los estudiantes de educación física. *Salud Mental*, 39 (4), 221-227.

### Complementàries

- Álvarez, O., Castillo, I., Molina-García, V., y Balagué, G. (2016). Transformational leadership on the athletic field: An international review. *Revista de psicología del deporte*, 25(2), 319-326.
- Álvarez, O., Castillo, I., y Moreno-Pellicer, R. (2019). Transformational parenting style, autonomy support, and their implications for adolescent athletes burnout. *Psychosocial intervention*, 28 (2), 91-100. <https://doi.org/10.5093/pi2019a7>
- Álvarez, O., Tomas, I., Estevan, I., Molina-García, J., Queral, A., y Castillo, I. (2018). Assessing teacher leadership in physical education: the Spanish version of the transformational teaching questionnaire. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 34 (2), 405-411. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.34.2.291711>
- Anderson, C. A., y Bushman, B. J. (2002). Human aggression. *Annual review of psychology*, 53, 27-51.
- Castillo, I., Adell, F. L., y Álvarez, O. (2018). Relationships between personal values and leadership behaviours in basketball coaches. *Frontiers in psychology*, 9, 1661. doi: 10.3389/fpsyg.2018.01661
- Castillo, I., Molina-García, J., y Álvarez, O. (2013). Resultados de un programa de ejercicio físico acuático sobre el bienestar psicológico en mujeres sedentarias. *Salud i Ciencia* 19(8), 708-712.



- Chalabaev, A., Sarrazin, P., Fontayne, P., Boiché, J., y Clément-Guillotin, C. (2013). The influence of sex stereotypes and gender roles on participation and performance in sport and exercise: Review and future directions. *Psychology of sport and exercise*, 14, 136-144.
- Duda, J. L., Appleton, P., Stebbings, J., y Balaguer, I. (2018). Towards more empowering and less disempowering environments in youth sport: theory to evidence-based practice. En C. J. Knight, C. G. Harwood, y D. Gould (Eds.), *Sport Psychology for young athletes* (pp. 81-93). New York, NY: Routledge.
- Knight, C. J., y Newport, R. A. (2018). Understanding and working with parents of young athletes. En C. J. Knight, C. G. Harwood, y D. Gould (Eds.), *Sport Psychology for young athletes* (pp. 303-314). New York, NY: Routledge.

## **ADDENDA COVID-19**

**Aquesta addenda només s'activarà si la situació sanitària ho requereix i previ acord del Consell de Govern**

### **ADENDA CONVID-19**

En cas d'activarse la Adenda COVID, la docència serà en el format de modalitat online i síncrona, i es mantindrà fins a que el Consell de Govern de la Universitat de València informe del seu fi i/o canvis.

### **SUPUESTO 1: docencia híbrida**

En caso de docencia híbrida (clases alternas presenciales y no presenciales con examenpresencial) por orden de Rectorado de la Universitat de València, se aplicarán lassiguientes modificaciones a la guía de la asignatura.

#### **1. Contenidos**

Se eliminará del temario los temas 9 (agresión y violencia) y 10 (relaciones intergrupales).

#### **2. Volumen de trabajo y planificación temporal de la docencia**

Clase teórica: 30

Prácticas en el aula: 15

Preparación de actividades de evaluación: 15

Preparación de clases de teoría: 25

Preparación de clases prácticas y de problemas: 45



Resolución de casos prácticos: 20

### **3. Metodología docente**

- Subida de materiales al Aula virtual
- Propuesta de actividades por aula virtual
- Videoconferencia síncrona BBC
- Debates en el fórum
- Desarrollo de proyectos
- Tutorías mediante videoconferencia
- Forum en Aula Virtual

### **4. Evaluación**

No se modifica el sistema de evaluación de la guía docente.

### **5. Bibliografía**

No se modifica la bibliografía de la guía docente.

### **SUPUESTO 2: docencia no presencial**

En caso de docencia no presencial por orden de Rectorado de la Universitat de València, se aplicarán las siguientes modificaciones a la guía de la asignatura.

#### **1. Contenidos**

Se mantienen los contenidos inicialmente recogidos en la guía docente<sup>2</sup>. Volumen de trabajo y planificación temporal de la docencia

#### **2. Volumen de trabajo y planificación temporal de la docencia**

Clase teórica: 30

Prácticas en el aula: 15

Preparación de actividades de evaluación: 15

Preparación de clases de teoría: 25

Preparación de clases prácticas y de problemas: 45



Resolución de casos prácticos: 20

### **3. Metodología docente**

- Subida de materiales al Aula virtual
- Propuesta de actividades por aula virtual
- Videoconferencia síncrona BBC
- Debates en el fórum
- Desarrollo de proyectos
- Tutorías mediante videoconferencia
- Forum en Aula Virtual

### **4. Evaluación**

*Adición de actividades de evaluación continua*

*Incremento del peso en la nota final de la evaluación continua*

*Pruebas de evaluación mediante trabajos académicos*

*Pruebas de evaluación mediante proyectos*

*Exámenes orales por videoconferencia*

*La nota se calculará de la siguiente manera:*

*Para la primera convocatoria:*

*Evaluación continua:*

- *Nota de prácticas: 70% de la nota final*
- *Dos trabajos individuales propuestos por el profesorado: 10% de la nota final*

*Prueba (examen) oral:*

*Aquellos/as alumnos/as que obtengan una nota igual o superior a 7.5 en la nota final obtenida a través de la evaluación continua podrán solicitar una prueba oral para ser realizada a través de Blackboard Collaborate en las fechas señaladas para ello. Para contabilizar esta prueba, el alumno/a deberá obtener una nota en esta prueba por encima de 8, pasando a considerarse esta nota su nota final. Es decir, si la prueba oral no obtiene una nota de 8 puntos o más, la nota del alumno/a será la nota obtenida en la evaluación continua (aquella que le da derecho a solicitar el examen oral).*

*Ejemplo: Un/a alumno/a obtiene un 6.5 en la nota práctica (realizada ya la ponderación del 70%) y 1 punto de los trabajos individuales. Como tiene una nota final de 7.5 puntos, este alumno/a puede solicitar una prueba oral. Si en la prueba oral obtiene una nota de 8, tendrá un 8 en la nota final. Si en la prueba oral obtiene un 7 tendrá la nota de la evaluación continua: 7.5 puntos.*



*Si hubiera alumnado con dificultades técnicas (relacionadas con los medios necesarios para realizar la conexión para el examen oral como son cámara, micrófono, conexión a internet, etc), el alumno o alumna deberá comunicarlo durante los primeros 15 días de las clases no presenciales.*

*La segunda convocatoria consistirá en una prueba oral a través de Blackboard Collaborate, que se compondrá de una prueba donde el alumno/a deberá contestar a preguntas sobre supuestos prácticos además de contestar preguntas del temario teórico.*

*La nota mínima para aprobar la asignatura será de 5 puntos en la nota final.*

## **5. Bibliografía**

No se modifica la bibliografía de la guía docente.