

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

Codi	33205
Nom	Psicologia social de l'activitat física i de l'esport
Cicle	Grau
Crèdits ECTS	6.0
Curs acadèmic	2022 - 2023

Titulació/titulacions

Titulació	Centre	Curs	Període
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

Titulació	Matèria	Caràcter
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

Nom	Departament
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'introduísca en les línies d'investigació de la Psicologia Social de l'Activitat Física i l'Esport.

CONEXEMENTS 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'APRENTATGE

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. Comprenja en què consisteix l'aproximació psicosocial a les realitats socials de la pràctica d'activitat físicoesportiva.



3. Conega i comprega els antecedents psicosocials de la pràctica d'activitat fisicoesportiva 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 fisicoesportiva 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 lideratge 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
TOTAL	150,00	

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 del treballs teòrics o teòric-pràctics
- la realització d'una prova escrita sobre els coneixements teòrics bàsics de l'assignatura
- el nivell de participació e 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 gfunció 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., Queralt, 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.