

**FICHA IDENTIFICATIVA****Datos de la Asignatura**

<b>Código</b>	43334
<b>Nombre</b>	Promoción de la salud y el bienestar de los jóvenes a través de la actividad física y el deporte
<b>Ciclo</b>	Máster
<b>Créditos ECTS</b>	3.5
<b>Curso académico</b>	2021 - 2022

**Titulación(es)**

<b>Titulación</b>	<b>Centro</b>	<b>Curso</b>	<b>Periodo</b>
2151 - M.U.Int.Psicol.Ámb.Sociales	Facultad de Psicología y Logopedia	1	Segundo cuatrimestre

**Materias**

<b>Titulación</b>	<b>Materia</b>	<b>Carácter</b>
2151 - M.U.Int.Psicol.Ámb.Sociales	5 - Evaluación e intervención psicológica en juventud	Obligatoria

**Coordinación**

<b>Nombre</b>	<b>Departamento</b>
BALAGUER SOLA, ISABEL	306 - Psicología Social
CASTILLO FERNANDEZ, ISABEL MARIA	306 - Psicología Social

**RESUMEN**

La asignatura *Promoción de la salud y el bienestar de los jóvenes a través de la actividad física y el deporte* consta de un total de 3 créditos teórico-prácticos. Es una asignatura cuatrimestral que se imparte en el primer curso durante el segundo cuatrimestre y forma parte de la agrupación de asignaturas que conforman el módulo “**Evaluación e intervención psicológica en juventud**”.

Esta asignatura pretende que el alumno/a sepa diferenciar bajo qué condiciones la actividad física y el deporte pueden actuar como un medio para la promoción de la salud y el bienestar de los jóvenes y que adquiera los conocimientos básicos para poder establecer programas de intervención para conseguir dichos objetivos.



## CONOCIMIENTOS PREVIOS

### Relación con otras asignaturas de la misma titulación

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

### Otros tipos de requisitos

Haber cursado la asignatura del módulo 3: Promoción de la salud y bienestar psicológico y social

## COMPETENCIAS (RD 1393/2007) // RESULTADOS DEL APRENDIZAJE (RD 822/2021)

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE (RD 1393/2007) // SIN CONTENIDO (RD 822/2021)

- Conocer y ser capaz de diseñar las dimensiones del contexto social que intervienen en la promoción de la salud y el bienestar a través de la actividad física y el deporte
- Saber diseñar, aplicar y evaluar un programa de intervención dirigido a la promoción de la actividad física y el deporte en los jóvenes

## DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

### 1. Estilos de vida activos y sedentarios

### 2. Agentes de socialización de los estilos de vida

### 3. Promoción de la salud y el bienestar de los jóvenes a través de la actividad física y el deporte

### 4. Programas de intervención para la promoción de la salud y el bienestar a través de la actividad física y deporte



## VOLUMEN DE TRABAJO

ACTIVIDAD	Horas	% Presencial
Clases teórico-prácticas	24,50	100
Tutorías regladas	10,50	100
Elaboración de trabajos en grupo	10,00	0
Elaboración de trabajos individuales	8,00	0
Estudio y trabajo autónomo	12,00	0
Lecturas de material complementario	15,00	0
<b>TOTAL</b>	<b>80,00</b>	

## METODOLOGÍA DOCENTE

La metodología docente utilizada en el desarrollo de esta asignatura incluirá los siguientes métodos:

- Exposiciones teóricas por parte del profesor/a: presentación y análisis en el aula de los conceptos y teorías clave de la Psicología Social del Deporte, mediante lección magistral y desarrollo de dinámicas en el aula.
- Prácticas y actividades realizadas por los estudiantes en el aula.
- Tutorías presenciales o virtuales.
- Trabajo autónomo de los estudiantes fuera del aula, elaborando prácticas individuales y en grupo.
- Presentación de los estudiantes en el aula de los informes y trabajos prácticos realizados.

## EVALUACIÓN

La evaluación es común a todas las asignaturas que forman el módulo Evaluación e Intervención Psicológica en Juventud.

La evaluación se realizará en función de dos criterios complementarios: evaluación de resultados y evaluación del proceso de aprendizaje.

1. La evaluación de los resultados se realizará al finalizar el módulo mediante un examen tipo test con cuatro alternativas de respuestas. Se aplicará la fórmula estándar de corrección para pruebas de 4 alternativas:  $A-(E/3)$ , no penalizando las omisiones. De cada materia del módulo habrá aproximadamente por cada crédito 4 preguntas siendo necesario contestar como mínimo al 50% de las preguntas de cada materia. El examen constituirá el 40% de la nota (4 puntos).
2. La evaluación del proceso (evaluación continua) en cada materia se realizará mediante las actividades y trabajos (individuales o grupales) realizados en el aula o fuera de ésta. Este apartado constituirá el 60% de la nota (6 puntos).



Las actividades y trabajos podrán consistir en:

- Lecturas de textos recomendados y su posterior análisis crítico
- Prácticas realizadas en el aula y elaboración de memorias
- Exposición y debates en el aula
- Seminarios, conferencias, visitas, cinefórum
- Resolución de supuestos y casos prácticos
- Trabajos de aplicación acerca de los contenidos de las asignaturas
- Trabajos de investigación empírica acerca de los contenidos de la asignatura.

Calificación final: Será requisito imprescindible para la superación de este módulo tener un 80% de asistencia a clase y haber obtenido una nota mínima de 2 sobre 4 en el examen final (evaluación de resultados) y un 3 sobre 6 en las actividades y trabajos de todas y cada una de las materias (evaluación del proceso). En el caso de no superar la evaluación continua de la materia, el estudiante deberá recuperar esa parte, no aprobándose el módulo hasta que no tenga superada cada una de sus partes.

## REFERENCIAS

### Básicas

- 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: Pearson Prentice Hall.
- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2008). Apoyo a 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 (1), 123-139.
- Castillo, I., Balaguer, I., Duda, J. L., y García-Merita, M. L. (2004). Factores psicosociales asociados a la participación deportiva en la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36 (3), 505-515.
- Castillo, I., Balaguer, I., García-Merita, M., y Valcárcel, P. (2004b). El papel de la familia y de los pares en el estilo de vida de los adolescentes. *Encuentros en Psicología Social*, 2 (1), 20-26.
- Balaguer, I. (2002). *Estilos de vida en la adolescencia*. Valencia. Promolibro.

### Complementarias

- Castillo, I., Balaguer, I., y García-Merita, M. L. (2007). Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. *Revista de Psicología del Deporte*, 16 (2), 201-210



## ADENDA COVID-19

**Esta adenda solo se activará si la situación sanitaria lo requiere y previo acuerdo del Consejo de Gobierno**

### 1. Contenidos

Se reducen los contenidos inicialmente recogidos en la guía docente seleccionando los conceptos indispensables para adquirir las competencias

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

Se reduce el número de días de clases teórico-prácticas

Se modifica el peso de las actividades por parte del alumnado con la siguiente distribución:

- Clases teórico-prácticas: 14.5
- Tutorías regladas: 10.5
- Elaboración de trabajos en grupo: 25 Elaboración de trabajos individuales: 8 Estudio y trabajo autónomo: 12
- Lecturas de material complementario: 10

### 3. Metodología docente

Las herramientas utilizadas son

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

### 4. Evaluación

Se incrementa el peso en la nota de evaluación continua, siendo del 100%. Se elimina la prueba de evaluación a través de prueba objetiva (examen) y se cambia a evaluación del proceso, evaluación continua a través de trabajos teórico-prácticos que podrán consistir en:



- Lecturas de textos recomendados y su posterior análisis crítico
- Prácticas realizadas sobre contenidos teórico-prácticos y elaboración de memorias

## 5. Bibliografía

Se añade bibliografía básica:

Tema 4:

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

Bibliografía complementaria

Tema 2.

Chalabaev, A., Sarrazin, P., Fontayne, P., Boiché, J., y Clément-Guillot, 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.

Codina, N., Pestana, J.V., Castillo, I., y Balaguer, I. (2015). “Ellas a estudiar, ellos a hacer deporte”: Un estudio de las actividades extraescolares de los adolescentes mediante los presupuestos del tiempo. *Cuadernos de psicología del deporte*, 16 (1), 233-242.

Tema 3.

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., Molina-García, V., y Tomás, I. (2019). Transformational leadership, task-involving climate, and their implications in male junior soccer players: A multilevel approach. *International journal of environmental research and public health*, 16, 3649. doi: 10.3390/ijerph16193649

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., 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>



Castillo, I., Álvarez, O., Estevan, I., Queralt, A., y Molina-García, J. (2017). Passion for teaching, transformational leadership and burnout among physical education teachers. *Revista de psicología del deporte*, 26 (Supl 3), 57-61

Hopton, C., Phelan, J., y Barling, J. (2017). Liderazgo transformacional en el deporte. En M. R. Beauchamp, y M. A. Eys (Dirs.), *Dinámicas de grupo en el ejercicio y en la psicología del deporte* (pp.97-117). Badalona: Paidotribo

Ryan, R. M., y Deci, E. (2017). Chapter 1. Self-Determination Theory. An Introduction and Overview. En R. M. Ryan, y E. Deci, *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness* (3-25). New York, NY: The Guilford Press.

Ryan, R. M., y Deci, E. (2017). Chapter 19. Sport, Physical Activity, and Physical Education. En R. M. Ryan, y E. Deci, *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness* (481-507). New York, NY: The Guilford Press

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

#### Tema 4

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

Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching TM: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 311-318. doi: 10.1080/1612197X.2013.839414

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

Falco, C., Samdal, O., Estevan, I., Álvarez, O. (2013). Estructuración de la estrategia para organizar actividades físico-deportivas y recreativas. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 8 (2), 373-391