

Guía Docente

Modalidad presencial

Psicología Deportiva

Curso 2025/26

**Grado en Ciencias de la Actividad
Física y del Deporte**



UCAV

www.ucavila.es



Nombre: PSICOLOGÍA DEPORTIVA

Carácter: FORMACIÓN BÁSICA

Código: 20104GAF

Curso: 2º

Duración (Semestral/Anual): SEMESTRAL

Nº Créditos ECTS: 6 ECTS

Prerrequisitos: NINGUNO

Responsable docente: SIMÓN GIL TÉVAR

Doctorando en Educación por la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). Diplomado en Magisterio de Educación Primaria y Educación Física (UCLM), adaptado a MECES nivel 2. Máster en Educación y Comunicación (UNED). Maestro de Primaria y Educación Física en Centros de atención preferente para alumnado con NEE derivadas de TEA y con Discapacidad Motora (Comunidad de Madrid). Colaboración con Aulas Hospitalarias.

Email: Simon.gil@ucavila.es

Área de Conocimiento: ACTIVIDAD FÍSICA Y CIENCIA DEL DEPORTE

Lengua en la que se imparte: CASTELLANO

Módulo: MÓDULO II: FUNDAMENTOS COMPORTAMENTALES Y SOCIALES DE LA MOTRICIDAD HUMANA.

Materia: CIENCIAS SOCIALES

Atendiendo al RD822/2021 se exponen los presentes elementos curriculares:

2.1. COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- CT1. Desarrollar un profundo respeto a los derechos humanos, los derechos fundamentales y los valores democráticos.
- CT2. Cultivar los valores y principios de igualdad y no discriminación por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- CT3. Fomentar el respeto a los principios de accesibilidad universal y diseño para todas las personas, con especial cuidado de los derechos de las personas con discapacidad.
- CT4. Cultivar los valores del humanismo cristiano, fundamentados en los principios de dignidad, libertad, verdad y solidaridad.
- CT9. Desarrollar habilidades de comunicación y empatía en las relaciones interpersonales y en el trabajo en equipo.

2.2. RESULTADOS DEL APRENDIZAJE ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Conocimientos o contenidos:

- Conocer y valorar las diversas manifestaciones de la actividad física y del deporte en sus diferentes ámbitos.
- Conocer e interpretar los diferentes comportamientos, psicológicos, sociológicos y psicopatológicos.

Habilidades y destrezas:

- Transmitir los conocimientos y técnicas para la preparación mental de un deportista.
- Saber interpretar los diferentes métodos de preparación mental con relación a la práctica deportiva.

- Manejar diferentes herramientas de concentración y visualización para la práctica deportiva.

Competencias

- Dominar los comportamientos de la sociedad en diferentes ámbitos con relación a la actividad física y el deporte.
- Relacionar la evolución de la personalidad en el ámbito de ciencias de la salud.

3



Contenidos de la asignatura

3.1. PROGRAMA

1. Fundamentos de la Psicología del deporte.
2. Procesos psicológicos básicos aplicados al deporte.
3. Dinámica de grupos y liderazgo.
4. Psicología del aprendizaje y desarrollo de habilidades.
5. Aplicaciones prácticas y especialización.

3.2. BIBLIOGRAFÍA, RECURSOS Y ENLACES

➤ BIBLIOGRAFÍA

- Castillo-Manrique, I. y Rivero-Álvarez, O. (2023). *Psicología Social de la actividad física, el deporte y el ejercicio*. McGraw Hill.
- Collin, C., Benson, N., Ginsburg, J., Grand, V., Lazyan, M. y Weeks, M. (2012) *El libro de la Psicología*. Akai.
- Leñador-Albano, V. M., Gragera-López, A. M., Córdoba-Caro, L. G., y Feu-Molina, S. (2023). Práctica deportiva e Inteligencia Emocional en jóvenes. Revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 23(3). <http://hdl.handle.net/10481/71654>

- Ramírez, P. (=i) *Así líderes, así compites*. Editorial Conecta.
- Salom, M., Nuñez, A., y Leguizamo, F. (2023). *Psicología del Deporte*. Editorial Panamericana.
- Segura-Bernal, J. (2016). *Psicología aplicada al deporte adaptado*. UOC editorial.

➤ **RECURSOS:**

- [Biblioteca UCAV](#)

➤ **ENLACES:**

- [Crespo, C. \(14 de enero de 2022\). *La salud mental en el deporte de élite, la gran asignatura pendiente en España*. National Geographic.](#)
- [Federación Española de Asociaciones de Psicología de la Actividad Física y el Deporte](#)
- [Revista Cuadernos de Psicología del Deporte](#)
- [Revista Aplicada al Deporte y a la Actividad física](#)
- [Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico](#)
- [Revista Tándem: Didáctica de la educación física.](#)
- [Valdés, J. \(2019\). Video Psicología para el deporte y la vida. Aprendemos juntos.](#)



La asignatura se desarrollará a través de los siguientes métodos y técnicas generales, que se aplicarán diferencialmente según las características propias de la asignatura:

Relación de actividades:

1. **(CT) Clases teóricas:** El profesor desarrollará los contenidos propios de la asignatura. Este modelo ofrece la posibilidad de ofrecer una visión global del tema tratado e incidir en aquellos conceptos claves para su comprensión. Asimismo, se indicará a los estudiantes aquellos recursos más recomendables para la

preparación posterior del tema en profundidad. Aquí se incluirá la exposición de clase.

2. **(CP) Clases prácticas:** El estudiante pone en práctica los conocimientos adquiridos a través de los contenidos aprendidos en la teoría. En esta metodología se incluyen los ejercicios y problemas, sesiones prácticas con ordenador, sesiones prácticas en laboratorio, sesiones prácticas en instituciones deportivas y estudio de casos.
3. **(S) Seminarios:** Metodología desarrollada en grupo donde se reflexiona y/o profundiza sobre los contenidos ya trabajados por el estudiante con anterioridad, para la resolución de aquellas cuestiones más complejas que surgen en la adquisición de conocimientos previamente expuestos por el profesor. Se incluyen el trabajo en grupo y seminario.
4. **(MTA) Metodología de trabajo autónomo:** Metodologías donde el estudiante aprende nuevos contenidos, de forma autónoma, a partir de orientaciones del profesor o por parte de material didácticos diseñado al efecto. La actividad se centrará en la búsqueda, localización, análisis, elaboración y exposición de la información trabajada de manera no presencial y en ausencia del profesor. Se incluyen el trabajo, trabajo autónomo del estudiante y actividades en la plataforma virtual.
5. **(T) Tutoría:** Se trata del seguimiento individualizado de la actividad del estudiante para asegurar las mejores condiciones de aprendizaje. En estas tutorías los estudiantes pueden consultar con los profesores las dudas acerca de la asignatura estudiada, así como recibir recomendaciones sobre cómo abordar la titulación de un modo más eficaz. Se incluyen las tutorías.
6. **(P) Pruebas:** El estudiante mediante distintas actividades demuestra haber adquirido las competencias propias de la titulación. Se incluyen las actividades de evaluación.



La evaluación es un componente fundamental de la formación del alumno. Está compuesta por un examen final escrito y la evaluación continua, que consta de ejercicios y actividades evaluables.

La evaluación de esta asignatura se realiza mediante la media del examen (valorado en un 60%) y la realización de un trabajo obligatorio individual (con valor del 40%).

➤ Examen (60 % de la nota final)

La superación de dicho examen constituye un requisito indispensable para la superación de la asignatura. El alumno deberá tener en el examen al menos un 5 para poder realizar la ponderación de notas. El alumno con nota inferior se considerará suspenso. El alumno dispondrá de dos convocatorias de examen por curso académico.

No se guardará la nota del examen, si éste estuviera aprobado, para una convocatoria posterior.

➤ Trabajo obligatorio (20% de la nota final)

La superación del trabajo constituye un requisito indispensable para la superación de la asignatura. El alumno deberá tener en el trabajo al menos un 5 para poder realizar la ponderación de notas. El alumno con nota inferior se considerará suspenso. En el caso de tener el trabajo obligatorio superado y no aprobar el examen, se guardará su nota hasta la segunda convocatoria de examen perteneciente al curso académico actual.

No se admitirán trabajos fuera de la fecha límite de entrega, que será comunicada al alumno con suficiente antelación. Con la no presentación del trabajo obligatorio se considerará suspensa la asignatura, independientemente de la nota obtenida en el examen.

➤ Actividades de evaluación (20% de la nota final)

Todas las actividades serán explicadas por el docente durante las clases. Una de ellas consistirá en la lectura de un libro seleccionado por el docente.

No es necesario sacar una puntuación mínima para poder hacer media, aunque es recomendable realizar las actividades que se propongan.

EJERCICIOS Y ACTIVIDADES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Trabajo obligatorio	20%
Actividades de evaluación	20%
Examen final escrito	60%
TOTAL	100%

Criterios de calificación de la evaluación continua

Los criterios para la evaluación del trabajo obligatorio se presentan en la siguiente tabla, donde se resumen los aspectos a valorar y el porcentaje que representa cada uno de los mismos:

COMPONENTES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Contenidos generales	10%
Temas de especialidad	75%
Otras aportaciones	15%
TOTAL	100%

Los criterios para la evaluación de la evaluación continua son los siguientes:

ASPECTO DEL TEXTO	CARACT. POSTIVAS	1	0,75	0,5	0,25	0	CARACT. NEGATIVAS
Estructura (orden lógico)	Bien organizado						Sin orden, índice o esquema
Formato	Adecuado						Inadecuado
Objetivos	Fundamentados y claros						No se especifican
Expresión escrita	Corrección gramatical y ortografía						Incorrección y faltas
Metodología	Bien expuesta						Mal o no se explica
Bibliografía	Se utiliza la necesaria						No hay indicios de ello
Terminología	Adecuado uso						Uso inadecuado
Análisis	Corrección						Incorrección
Interpretación	Rigurosa						Defectuosa o inexistente

Conclusión	Existe, clara y correcta						Confusa, errada o ausente
Argumentación	Coherente y acertada						Afirmaciones poco coherentes

Los criterios para la evaluación de una exposición oral son los siguientes:

DESTREZAS Y ACTITUDES	PROPORCIÓN
Capacidad de observación	5%
Capacidad para captar expectativas y deseos ajenos	5%
Integración en el grupo	10%
Expresión verbal	20%
Capacidad de exponer	10%
Control del tiempo y organización	10%
Dominio del tema	10%
Rigor académico	10%
Presentación adecuada (palabras, gestos, posturas, atuendo, etc.)	10%
Capacidad para integrar aportaciones, correcciones, etc.	10%
TOTAL	100%



Para el apoyo tutorial, el alumno tendrá a su disposición un equipo docente encargado de acompañar al alumno durante toda su andadura en el proceso formativo, prestando una atención personalizada al alumno. Sus funciones están claramente diferenciadas complementándose al mismo tiempo. Las personas principales de este acompañamiento tutorial son:

- **Profesor docente:** encargado de resolver todas las dudas específicas de la asignatura y de informar al alumno de todas las pautas que debe seguir para realizar el estudio de la asignatura.
- **Tutor personal o de grupo:** asignado al alumno al iniciar los estudios de Grado y que orienta al alumno tanto en cuestiones académicas como personales.

El alumno dispondrá de un horario de tutorías para contactar con estas figuras durante toda su formación académica. La información sobre el horario la encontrará el alumno en la plataforma virtual.

Horario de tutorías de la asignatura: En relación a los horarios de atención en tutorías para consultas, aclaración de dudas, revisiones de trabajos y exámenes, etc., el profesor informará en la plataforma Blackboard de las franjas en las que tenga disponibilidad, pudiendo variar de un cuatrimestre a otro y también durante los meses de verano. Todo ello será informado oportunamente y con suficiente antelación a través del Campus Virtual.

Herramientas para la atención tutorial: Plataforma Blackboard, atención telefónica, correo electrónico (simon.gil@ucavila.es)



Horario de la asignatura: El alumno deberá consultar los horarios de clases de la asignatura en el apartado correspondiente dentro de la página web de la UCAV: www.ucavila.es. Igualmente, se informará de ellos en la Plataforma Blackboard.

Las sesiones se desarrollarán según la siguiente tabla, en la que se recogen el calendario de temas y las actividades de evaluación:

CONTENIDOS	ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN
1ª - 2ª -3ª semana	
Presentación y Tema 1	Actividades Tema 1. Test de auto-evaluación.
4ª-5ª -6ª semana	
Tema 2	Actividades Tema 2. Test de auto-evaluación
7ª-8ª-9ª Semana	
Tema 3	Actividades Tema 3. Test de auto-evaluación
10ª -11ª -12ª semana	
Tema 4	Actividades Tema 4. Test de auto-evaluación
13ª-14ª semana	
Tema 5	Actividades Tema 5. Test de auto-evaluación
15ª semana	
Preparación examen	Examen final

El plan de trabajo y las semanas son orientativos, pudiendo variar ligeramente, dependiendo de la evolución del alumno durante las distintas sesiones.