



PSICOLOGÍA PARA LA COMPETICIÓN
CURSO 5º (2011-2012)
FACULTAD DEL DEPORTE
UNIVERSIDAD PABLO DE OLAVIDE
Profesor: JOSÉ CARLOS JAENES SÁNCHEZ
jcjaesan@upo.es

**FICHA DE ASIGNATURAS DE CC. DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE PARA GUÍA DOCENTE.
PSICOLOGIA DEL ALTO RENDIMIENTO**

DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

NOMBRE. **PSICOLOGIA PARA EL RENDIMIENTO**

CÓDIGO. | AÑO DE PLAN DE ESTUDIO. 2004

TIPO (optativa) .

Créditos totales (LRU / ECTS). 6	Créditos teóricos. 1,5	Créditos prácticos: 4,5
----------------------------------	------------------------	-------------------------

CURSO. Optativa 4º-5º	CUATRIMESTRE. 1 y 2º	CICLO: 2º
-----------------------	----------------------	-----------

DATOS BÁSICOS DEL PROFESOR

NOMBRE. José Carlos Jaenes Sánchez. Horario de clase: Martes y miércoles de 14.00 a 16.00

Horas de consulta: lunes, martes y miércoles de 6-7

CENTRO/DEPARTAMENTO. Facultad del Deporte/ Ciencias Sociales

ÁREA. Psicología Básica (del Deporte)

Nº DESPACHO. 14-3-31	E-MAIL. jcjaesan@upo.es	TF. (despacho)
----------------------	--	----------------

URL WEB. EN CONSTRUCCION

1. DESCRIPTOR

Estudio de la Psicología aplicada alto rendimiento deportivo, de gran interés como ciencia aplicada, en un mundo de crecientes demandas y donde poco a poco la psicología tiene una creciente presencia. Se hará una revisión general de temas que ya se estudiaron anteriormente pero que son la base para abordar un plano más práctico y directo. Desde metodología de investigación, de la observación de la conducta deportiva, hasta el aprendizaje de diferentes técnicas que se aplican normalmente en el mundo del deporte.

2. SITUACIÓN

2.1. PRERREQUISITOS. Tener una base en Ciencias de la Conducta, entendiendo al ser humano como un todo que funciona de forma integral.

2.2. CONTEXTO DENTRO DE LA TITULACIÓN. Esta asignatura, junto con las asignaturas de Aprendizaje Motor, Psicología de la Actividad Física y del Deporte, así como diferentes temas que se dan en otras materias, deja patente la importancia de los aspectos psicológicos en nuestros estudios, ya que el objetivo del Alto Rendimiento deportivo es la mejora de la ejecución, medida de forma diferente según las especialidades deportivas. Es importante pues, entender los procesos inherentes a la conducta humana, esenciales en esta carrera por cuanto los profesionales de estas Ciencias relativas a la actividad física y del deporte trabajan con personas que invierten importante años de su vida en cumplir el sueño de llegar a la excelencia. Los alumnos tendrán la oportunidad de conocer aspectos básicos de la Psicología del Alto Rendimiento, los problemas más frecuentes a los que se enfrentan los deportistas para enfrentarse con garantía de éxito a la competición deportiva. Una parte de la materia se dedicará a llamar la atención a aspectos psicopatológicos que se dan en la esfera del deporte y que es importante saber atender adecuadamente.

2.3. RECOMENDACIONES. El alumno deberá en todo caso, estudiar no solo por las notas de clase, los temas escritos entregados por el profesor y las diapositivas que ilustran cada tema, además de esto el alumno/a debe trabajar con la bibliografía recomendada, tanto a niveles general (manuales) como los artículos y capítulos indicados para profundizar en cada uno de los temas del programa de clase, no debemos olvidar que estamos en una clase de la especialidad y se debe ser capaz de manejar suficiente información, más allá de los apuntes. La realización de las prácticas y trabajos específicos ayudarán a un mejor conocimiento de la asignatura. Los asistentes deberán demostrar que manejan recursos para enfrentarse a diferentes situaciones comunes en el alto rendimiento.

3. COMPETENCIAS

3.1. COMPETENCIAS TRANSVERSALES/GENÉRICAS. Conocimiento de la actividad física y del deporte para poder complementar los conocimientos de Psicología. Este conocimiento de los diferentes aspectos de la conducta humana, de sus procesos básicos aplicados y el aprendizaje de las técnicas de control de la conducta será materia fundamental.

Es importante:

1. Entender al ser humano como un todo psicobiológico que convierte en obsoleta una de las ideas más extendidas y nefastas en nuestra Ciencia. la separación cuerpo – mente, algo inexistente, limitado y falso.
2. Capacidad para utilizar medios audiovisuales disponibles de la materia.
3. Capacidad para comunicar la información obtenida en las presentaciones teóricas y prácticas.
4. Capacidad para trabajar en equipo.
5. Capacidad crítica y autocrítica.
6. Capacidad para trabajar de forma autónoma.

3.2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.

- *Cognitivas (Saber)*. Capacidad para aplicar los conocimientos sobre la conducta humana en las diferentes situaciones que se dan en el ámbito del alto rendimiento y de la amplia diversidad que ofrece el deporte. Esto conlleva estudiar los temas y manejar los conocimientos que en ellos se imparten siendo capaz de relacionar unos temas con otros y no trabajar con ellos como departamentos estancos, separados entre sí y sin conexión, algo que se verá limitado e inútil a lo largo del curso, ya que la conducta es diversa y presente en cada actividad del ser humano, sustrato diferente de lo biológico que conforma la base de la relación y que se enriquece con las relaciones.
1. Conocer aspectos fundamentales de la Psicología.
 2. Ser capaz de manejar diferentes técnicas de control emocional, solución de problemas, afrontamiento de situaciones difíciles, etc.
 3. Conocer como planificar trabajo psicológico y distribuirlo a lo largo de la temporada deportiva.
 4. Ser capaz de realizar una investigación siguiendo los criterios aceptados en este campo y siguiendo los criterios de la APA.
 5. El diseño y desarrollo de pautas a tener en cuenta para que los programas de actividad física sean más atractivos, no provoquen alta tasa de abandono y sí de adherencia
 6. El diseño de pautas adecuadas a tener en cuenta en el alto rendimiento deportivo, tanto en la observación de la conducta deportiva, como en la aplicación adecuada de las cargas.
- *Procedimentales/Instrumentales (Saber hacer)*. Observar adecuadamente la conducta humana en el ámbito deportivo, hacer diseños experimentales básicos para estudiar cuestiones diversas. Aprender a interpretar tests, cuestionarios y diferentes pruebas psicológicas de las que el psicólogo del deporte le informe, conocer cuales son los indicadores más adecuados en diferentes situaciones para poder hacer detección temprana, diseñar pautas de relación e incluso autoayuda en diferentes relaciones.
 - *Actitudinales (Ser)*. Colaborador y trabajador en equipo.

4. OBJETIVOS

El objetivo general de la asignatura es dotar al estudiante de Educación Física y Deporte de un conocimiento profundo de esta materia a varios niveles.

4.1. Conocer la función de psicólogo en este amplio campo de relaciones y el complemento que supone trabajar con estos profesionales en la actividad física y el deporte, en el ARD.

4.2. Dotar de conocimiento teórico y práctico para que el licenciado en actividad física y deporte pueda conocer los fundamentos, procesos y fenómenos psicológicos que se dan durante la competición deportiva y como usar lo aprendido en una variedad amplia de situaciones.

4.3. Aprender a dar sentido práctico, transferible a una variedad de situaciones comunes a lo largo de su práctica profesional, si bien algunos temas del programa inciden especialmente en poblaciones y ámbitos específicos en los que la Psicología y los aspectos psicológicos en general pueden cobrar especial relevancia.

5. METODOLOGÍA

CURSO ACADÉMICO

- Enseñanzas teóricas.
 - Enseñanzas prácticas y de desarrollo.
 - Actividades académicas dirigidas (Seminarios)
 - Trabajo personal autónomo. Según se elijan los temas listados y de acuerdo con el profesor.
- A) Horas de estudio de enseñanzas relacionadas con la teoría y la práctica.
- B) Horas de estudio-preparación de las enseñanzas prácticas y de desarrollo.
- C) XIII Congreso Andaluz de Psicología de la Actividad Física y del Deporte. <http://congreso.us.es/xiiicapafd/?section=inscripciones> Fecha: 17, 18 y 19 de noviembre de 2011. Universidad de Sevilla. Facultad de Psicología.
- D) Se enfatizará la importancia de la asistencia a este Congreso por parte de los estudiantes, por la importancia futura para su currículo personal. Se articularán mecanismos de control para saber que la asistencia a dicho Congreso resulte provechoso para su formación académica.
- Otras actividades (actividades relacionadas con la materia según se programen) y que dependen del calendario deportivo.
 - Realización de pruebas de evaluación y/o exámenes: 1
- E) Prueba de evaluación y/o examen de las lecturas obligatorias. 1
- F) Presentaciones en clase

6. TÉCNICAS DOCENTES

Sesiones académicas teóricas X	Exposición y debate. X	Presentaciones X
Sesiones académicas prácticas X	Asistencia al Congreso	Controles de lecturas obligatorias. X

7. BLOQUES TEMÁTICOS

BLOQUE I. BASES INICIALES DE CONOCIMIENTO EN PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

- 1. Psicología de las diferencias individuales en el deporte:** Revisión de diferentes aspectos generales sobre el rol del psicólogo del deporte, las intervenciones individuales y/o de grupo, situaciones que suelen darse en el ARD relacionadas con la precompetición. Concepto de entrenamiento psicológico. Ámbitos de aplicación de la intervención. ¿Qué debe saber un licenciado de Educación Física sobre Psicología?.
- 2. Sesión práctica:** Discusión de las lecturas.

Lecturas de discusión en clase:

Jaenes, J.C. (2010). La atención psicológica al deportista en el Centro Andaluz de Medicina del Deporte. *Apuntes de Psicología*, 28,2, 263-277.

Jaenes, J.C. (2009). Consideraciones prácticas para la intervención en alto rendimiento. *Actas del XII Congreso Andaluz de Psicología de la Actividad Física y del Deporte*, 21-28.

- 3. Métodos de observación –intervención- y evaluación de la conducta deportiva:** Estrategias de observación: algunas consideraciones teóricas. Metodología de la observación: métodos de registro de la conducta en el ámbito deportivo. Utilización de registros de autoevaluación de la conducta deportiva.

Sesiones prácticas (2) Presentación en clase de instrumentos de evaluación de la conducta deportiva obtenidos de las siguientes fuentes documentales: www.rpd-online y www.Cuadernosde Psicología del Deporte.

Utilidad del instrumento, características psicométricas. Resultados y conclusiones. Uso en del deporte.

Lecturas de discusión en clase:

Jaenes, J.C. y Caracuel, J.C. (2007). Propuesta de evaluación, intervención en jóvenes deportistas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1,1, 127-134.

Jaenes, J.C., Rivera, M. y Echevarria, R. (2011). Intervención en un gran evento deportivo: Juegos Centroamericanos y del Caribe *Actas del XIII Congreso Andaluz de Psicología de la Actividad Física y del Deporte*.

4. Entrenamiento integral: Concepto, como integrar lo psicológico en el entrenamiento deportivo. Uso de objetivos para orientar la conducta humana. Uso de parámetros de evaluación para saber de la efectividad. Diferencia entre la intervención del psicólogo y otros profesionales involucrados en la competición.

Lecturas de discusión en clase:

Jaenes, J.C. y Caracuel, J.C. (2005). Maratón: Preparación psicológica para el entrenamiento y la competición. Almuzara: Córdoba. [capítulo de Entrenamiento psicológico y los modelos de entrenamiento].

Díaz, I. (2005). Intervención clínica en deporte de alto rendimiento: una experiencia en fútbol sala . *Cuadernos de Psicología del Deporte, 5, 1 y 2*.

Sesión práctica : Discusión del artículo de fútbol sala: aspectos de psicología profunda (lo no observable) y lo observable.

5. Competencias para trabajar en un grupo humano: Creatividad en el programa de entrenamiento psicológico de cada modalidad deportiva. La adaptación a equipos heterogéneos de trabajo. Habilidades que debemos aprender para trabajar con los deportistas. Comunicación.

Lecturas de discusión en clase:

Dosil, J. y Garcés de los Fayos, J. (2008). Creatividad en el programa de entrenamiento psicológico de cada modalidad deportiva. La adaptación a equipos heterogéneos de trabajo. En J. Dosil y E.J. Garcés. *Ser psicólogo del deporte. 10 competencias para la excelencia profesional*. Pp.70-93.

6. Aproximación a una intervención directa: Psicología y tiro con arco.

Lectura para discusión: Jaenes, J.C. y Rivera, M. (2011). Psicología y tiro con arco. En F. Arbinaga y J.C. Caracuel (Coord). *Psicología y los otros deportes*. Madrid. Psimática.

Sesión práctica: Presentación de cuatro casos de intervención, siguiendo el modelo aprendido en clase.

7. Planificación deportiva y planificación psicológica: Análisis de las necesidades. Tipos de criterio: según especialidad deportiva, criterio del cuerpo técnico y del psicólogo del deporte. El aprendizaje de habilidades psicológicas: necesidad de implicación del deportista. ¿Se puede obligar al deportista a trabajar con el PD?. Estrategias de intervención. Análisis de caso de deportista de ARD.

Lectura de discusión en clase:

Buceta, JM (1998): Capítulo 4 del libro *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dykinson.

8. Entrenamiento de destrezas psicológicas: Consideraciones generales una vez analizadas las necesidades. Una visión general de las técnicas más usadas en PD. ¿Qué habilidades suelen usar los deportistas? ¿Qué recomiendan los PD para hacer en estas situaciones. Creación de listados de autorregistro para la mejora del rendimiento. Las creencias: concepto, análisis y técnicas de trabajo específico: resistencias al cambio, creencias irracionales, creencias erróneas y acertadas.

9. El mundo de las emociones I. Revisión de conceptos y teorías acerca de la relación Emoción y Rendimiento deportivo. Técnicas “naturales” de reducción de la ansiedad: ¿Qué hacen los deportistas?. ansiedad. Estrategias de afrontamiento: Centradas en el problema (TOC): Aprendizaje de un protocolo precompetitivo eficaz. Centradas en la emoción (EOC). Técnicas centradas en lo fisiológico: Relajación muscular progresiva de Jacobson (1938). Método autógeno de Schultz. Desensibilización sistemática.

Para los temas 8 y 9 y una visión muy amplia de intervención en diferentes deportes, tanto individuales como de grupo se recomienda consultar:

Dosil, J. (ed). (2002). *El psicólogo del deporte. Asesoramiento e intervención*. Madrid: Síntesis.

10. Técnicas de mejora de la atención y la concentración: La importancia del autodiálogo: el lenguaje crea pensamiento versus el pensamiento crea lenguaje. Habilidades atencionales y su entrenamiento. La atención selectiva. Asociación y disociación. Como entrenar los tipos de atención descritos por Nideffer: revisión de la teoría e implicaciones prácticas. Estrategias cognitivas de control.

Lectura: Revisar las teorías de Nideffer y en el libro de maratón, ya reseñado, las estrategias atencionales.

11. Trastornos alimentarios y deporte: Diferencia entre los diferentes trastornos alimentarios (TCA): Anorexia y bulimia nerviosa. Los Trastornos alimentarios no especificados (TCANE) y la Anorexia atlética. Pautas para un programa de intervención en padres. Pautas para un programa de intervención en entrenadores.

Lectura para discusión: Jaenes, J.C. (2011). *La práctica física en personas con trastornos de la conducta alimentaria* (TCA).

Trabajo para toda la clase: Vamos a realizar una evaluación usando instrumento de evaluación de la TCA en deporte a lo largo de todo el semestre. Para ellos los estudiantes tendrán que contactar con equipos de cualquier deporte y quedar en una fecha y con permiso de los entrenadores para hacer la evaluación en compañía del profesor o de un psicólogo/a.

ANÁLISIS DE CASOS: desde los primeros momentos el profesor traerá casos de deportistas de AR para que los estudiantes puedan ver el diseño de una intervención desde la entrevista, la toma de datos, la evaluación de la conducta deportiva, criterios de diagnóstico y la intervención

8. BIBLIOGRAFÍA

8.1 GENERAL

Manuales y obras generales. (Brevemente comentadas por el profesor)

Se recomienda que los estudiantes puedan disponer del manual de Dosil (2008) que se indica abajo y que recoge con gran calidad y rigor científico la mayoría de los temas y dado que una parte importante del trabajo en el nuevo modelo educativo es personal, es obvio que el estudiante necesitará tener un manual de consulta disponible en cualquier momento.

Los números en estos manuales indican la importancia e interés que pueden tener para el estudiante

Dosil, J. (2008). *Manual de psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid. McGraw-Gill.

Dosil, J. (Ed.) (2002). *El psicólogo del deporte*. Madrid. Síntesis.

Libro de gran interés donde un numeroso grupo de psicólogos del deporte, con amplia experiencia práctica en diferentes especialidades deportivas tales como atletismo, remo, tenis, etc. donde se pueden encontrar diferentes acercamientos prácticos que orientarán a los interesados en la práctica psicológica. Para esta clase representa un libro de gran interés por cuanto se pueden consultar formas de intervención en muchos deportes. Muy recomendable para la práctica futura.

Buceta, J.. (1998): *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dyckinson.

Autor de gran relevancia en la Psicología del deporte, profesional de reconocido prestigio con experiencia tanto docente como de intervención. Manual de corte conductual, que aporta casos prácticos y una amplia visión de intervención en nuestro campo.

Weinberg, R.S. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona. Ariel.

Manual clásico de los EE.UU., traducido al castellano. Como libro clásico y por el tratamiento de los temas, es un libro que merece estar en cualquier biblioteca de PAFD.

Olmedilla, A., Garcés de los Fayos, E. y Nieto, G. (2002). *Manual de Psicología del Deporte*. Murcia. Diego Marín.

Manual que merece la pena ser consultado. Tiene secciones de interesantes autores españoles.

Garcés de los Fayos, E. Olmedilla, A., y Jara, P. (2006). *Psicología y Deporte*. Murcia. Diego Marín Manual de última generación escrito por diferentes y prestigiosos profesionales de la Psicología del deporte, aunque de diferente calidad en cuanto a la aportación.

Dosil, J. y Garcés, E.J. (2008). *Ser psicólogo del deporte. 10 competencias para la excelencia profesional*. La Coruña: Gesbiblo.

Muy interesante libro sobre las competencias más importantes para psicólogo del deporte. Los

licenciados en Educación física encontrarán aquí una buena guía de principios para ser más competente en su profesión y contacto con los deportistas y demás personas involucradas en el rendimiento deportivo.

Obras más específicas y relacionadas con el rendimiento deportivo:

Suay et al. (2003). *El síndrome de sobreentrenamiento. una visión desde la psicobiología del deporte.* . Barcelona. Paidotribo.

Carrascosa, J. (2003): Saber competir. Madrid: Gymnos.

Libro de pequeño formato, muy interesante por su presentación y contacto con el mundo del fútbol.

Ventura, I. (1992): Preparación psicológica del futbolista. Pamplona: Asesoramiento psicomédico.

DeDe Owens y Kirschenbaum,D.(2006): *Golf inteligente.* Badalona: Paidotribo. Interesante libro, que nos adentra en el complicado mundo del golf, un deporte de creciente importancia social que puee ser una buena salida profesional para muchos futuros licenciados.

Márquez, S. (2004): Ansiedad, estrés y deporte. Madrid: EOS.

Libro de pequeño formato muy útil para revisar las cuestiones relacionadas con las emociones y el deporte, teorías que la relacionan y técnicas de abordaje en el mundo del deporte.

Olmedilla, A. (2005): Factores psicológicos y lesiones en futbolistas: un estudio correlacional. Murcia: Fundación Universitaria Católica San Antonio.

Balaguer, I. (Dir.) (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte.* Valencia. Albatros.

Interesantes autores que tocan los diversos temas más generales de la PAFD, de utilidad y con rigor científico.

Carboles, J.A. y Godoy, J. (1987): Biofeedback. Principios y aplicaciones. Barcelona: Martínez Roca. Muy interesante para conocer el uso y alcance de esta técnica.

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

Muy buen manual, escrito por importantes autores españoles.

Dosil, J. (Ed.) (2001). *Aproximación a la Psicología del deporte*. Ourense. Gersam.

Interesante libro para conocer el desarrollo de la PAFD en diferentes facetas, su práctica profesional. Escrito por importantes autores de España y Portugal. Publicado completamente en castellano.

Lorenzo, J. (1997). *Psicología del deporte*. Madrid. Biblioteca Nueva.

Manual de PAFD que toca los temas clásicos de la materia.

Riera, J. (1985). *Introducción a la psicología del Deporte*. Barcelona. Martínez Roca.

Libro que por su autor y por lo que aporta es imprescindible en una biblioteca de PAFD. Su visión de la PAFD sigue siendo de total actualidad. Si ha sido descatalogado, lo consideramos un grave error editorial.

Pérez, G., Cruz, J. y Roca, J. (1995). *Psicología y deporte*. Madrid. Alianza.

Sus autores dicen suficiente. El pequeño formato del libro y la forma de abordar los diferentes capítulos, lo hacen una buena obra de estudio y consulta. Básico para introducirse en la PAFD.

William, J. (1991). *Psicología aplicada al deporte*. Madrid. Biblioteca Nueva.

Manual clásico, traducción del original de la misma autora en el que colaboran importantes autores norteamericanos.

Otras obras de interés para la materia de clase

Dosil, J. (Ed.) (2003). *Ciencias de la actividad física y del deporte*. Madrid. Síntesis.

Libro que debería estar en las bibliotecas de los estudiantes de AFD, por cuanto presenta una interesante visión –escrita por importantes autores- sobre las ciencias que se interrelacionan en los estudios que están realizando. bases, fisiología, gestión, sociología, aspectos jurídicos y por supuesto PDFD. Muy recomendable.

Mora, J.A., García, J., Toro, S. y Zarco, J.A. (2000). *Psicología aplicada a la actividad físico-deportiva*. Madrid. Pirámide.

Interesante libro de pequeño formato que ofrece una buena visión teórico-práctica de diferentes temas

básicos de la PAFD.

Riera, J. (1989). *Aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas*. Barcelona. INDE.

Libro de pequeño formato. Su autor y título deben ser suficientes para despertar el interés de los estudiantes de AFD.

Riera, J. (2005). *Habilidades en el deporte*. Barcelona. INDE.

Libro de pequeño formato. Por su autor y por la materia de aborda se hace imprescindible para los estudiantes de AFD.

Libro de referencia para entender y profundizar en el campo de la Psicobiología y el deporte y concretamente el controvertido tema del sobreentrenamiento.

Tamorri, S. (2004). *Neurociencias y deporte*. Barcelona: Paidotribo.

Como su título indica se interesa por la relación entre lo neuropsicológico y lo psicológico; es decir, por los sustratos biológicos y psicológicos, vínculo tan importante como obviado en la mayoría de los casos. Contiene capítulos sobre temas que no son siempre muy comunes en los libros de PAFD, tales como biorritmos, los procesos y en control de los mismos. Es muy interesante para conectar las asignaturas de ciencias médicas y de rendimiento con los aspectos psicológicos.

Viadé, A. (2003). *Psicología del rendimiento deportivo*. Barcelona. UOC.

La aportación más interesante es el CD que viene con el libro y que ofrece de forma clara los conceptos básicos y la materia que contiene el libro.

Libros sobre la práctica directa de la Psicología del Deporte en castellano

Buceta, J.M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid. Dykinson.

Obra clásica de este importante autor de gran actividad profesional –teórico – práctica-.

Buceta, J.M. (1996). *Psicología y lesiones deportivas. prevención y recuperación*. Madrid. Dyckinson.

A pesar de la falta de referencias a autores importantes que han trabajado sobre lesiones deportivas como J. Palmi, el libro es de interés para conocer este interesante campo de la PAFD.

Dosil, J. (Ed.) (2001). *Aproximación a la psicología del deporte*. Ourense. Gersam.

Libro muy adecuado para estudiar la práctica de la psicología del deporte en el alto rendimiento. Contiene capítulo de reconocidos autores que trabajan o han trabajado en catorce especialidades deportivas.

Guillen, F. y Márquez, S. (2005). *Directorio de Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. Sevilla. Wanceulen.

Como indica su título, se trata de un directorio, una especie de guía donde podemos encontrar amplia información por autores, títulos de libros, manuales, revistas en diferentes lenguas e incluso un interesante capítulo –actualizado– sobre la historia y el desarrollo de la PAFD en nuestro país.

Jaenes, J.C. y Caracuel, J.C. (2005). *Maratón. Preparación psicológica para el entrenamiento y la competición*. Córdoba. Almuzara.

Libro único por el abordaje que hace para acercarse al entrenamiento integral de las carreras de fondo y maratón. Además de información psicológica, ofrece planes de entrenamiento para los que desean correr un maratón.

Morilla, M. y Pérez-Córdoba. E. (Coords.) (2005). *Entrenamiento de la atención y la concentración en el fútbol*.

Libro de pequeño formato que como su título indica, se adentra en el trabajo práctico de la atención y concentración en el fútbol.

Renon, J. y Violán, J.A. (2002). *Entrenamiento psicológico en vela*. Barcelona. Paidotribo.

Libro de pequeño formato que nos adentra en el interesante y variado mundo de la vela de competición y nos ofrece un equilibrio adecuado entre deporte y psicología y la clara implicación de los dos campos complementarios.

Ventura, I. (1992). *Preparación psicológica del futbolista*. Pamplona. Asesoramiento médico.

Libro específico de fútbol, escrito por un especialista con gran experiencia en este deporte.

Libros de interés en inglés

Dosil, J. (Ed.) (2005). *The Sport Psychologist handbook. a guide for Sport Specific Performance*

Enhancement. Wiley.

Libro que como el anterior, editado por Dosil (2001), ofrece capítulos sobre especialidades deportivas diferentes, escritos por diferentes autores (la mayoría no españoles) de reconocido prestigio en la PAFD. Novedad en noviembre 2005.

Le Unes, A. y Nation, J. (1996) . *Sport Psychology. An introduction*. Chicago . Nelson-Hall.

Manual de PAFD que trata los temas generales y básicos de esta Ciencia aplicada.

Murphy, SH. (Ed.) (1995). *Sport Psychology Interventions*. Champaign. Human Kinetics.

Libro de gran interés para la práctica de la PAFD, ofrece modelos de intervención y perspectivas diferentes para intervenir con jóvenes, entrenadores, familia, etc.

Pargman, D. (Ed.) (1993). *Psychological Bases os Sport Injuries. Morgantown . Fitness Information Technology*.

Autor básico para adentrarse en el trabajo psicológico de las lesiones deportivas.

Libro de interés en portugués

Serpa, S. y Araújo, D. (Eds) (2002). *Psicología do Desporto e do Exercício. Compreensao e aplicacoes*. Faculdade de Motricidade Humana.

Manual de PAFD en esta lengua, en el que colaboran importantes autores de lengua portuguesa y castellana (contiene cuatro capítulos en castellano).

Revistas en castellano

Revista de Psicología del Deporte. Editor J. Cruz (desde 1992). Revista oficial de la Federación Española de Psicología del Deporte (puede consultarse en la biblioteca de la UPO). www.rpd-online.com .

Cuadernos de Psicología del Deporte. Editada por la Asociación Murciana de Psicología del Deporte (desde 2001). Revista recomendable, igual que la anterior. Puede consultarse en la biblioteca de la UPO). www.psicodeporte.nu

Revistas en inglés

Internacional Journal of Sport Psychology. La revista más antigua de las editadas (desde 1970 aunque con otro nombre). Revista oficial de la Internacional Society of Sport Psychology (ISSP). Se publica en Italia.

Internacional Journal of Sport & Exercise Psychology. Desde 1997 aunque con otro nombre. Se publica en Alemania.

Journal of Sport & Exercise Psychology. Revista de los EE. UU. (desde 1979 aunque con otro nombre).

Journal of Applied Psychology. Revista oficial de la AAASP de los EE. UU. (desde 1989).

Psychology of Sport and Exercise. Revista oficial de la FEPSAC europea. (desde 2000).

The Sport Psychologist. Revista de los EE. UU. (desde 1987).

BASE DE DATOS PARA CONSULTAR

MEDLINE (más específica de medicina, pero se pueden encontrar los más importantes artículos que relacionan salud-aspectos psicológicos-actividad física, etc.).

PSYCLIT

SPORDISCUS

Se recomienda revisar la amplia oferta de plataformas de información de la que disponemos en la Universidad Pablo de Olavide en su sección de recursos electrónicos.

BUSCADORES

En la red hay –como en todas las materias- ingente cantidad de información no siempre fiable, por lo que informamos a los estudiantes de que caso de querer usar una fuente información que no esté en este programa, consulta previamente con el profesor.

Escribiendo Psicología del deporte o Sport Psychology, los buscadores que más información “encuentran” son los clásicos.

www.google.com

www.yahoo.com

8.2 ESPECÍFICA. Por temas. contienen tanto libros, como artículos

Definición, campo de intereses de la Psicología de la Actividad Física del Deporte (PAFD).

- *Tendencias actuales de investigación e intervención en psicología del deporte*. Autor. José Carlos Jaenes Sánchez. Universidad Pablo de Olavide. Actualizado en 2011, documentos que nace de la comunicación “ *Hacia donde va la Psicología del Deporte*. Escudero, J.T. y Jaenes, J.C. Conferencia presentada en el X Congreso Nacional de PAFD. Málaga. 2005.

Material y documentos de trabajo para su desarrollo

Cruz, J. (1997). *Psicología del Deporte. Historia y propuestas de desarrollo*. En *Psicología del Deporte*. Madrid. Síntesis.

Olmedilla, A., García-Montalbo, C. y Garcés de los Fayos, E. (1998). Un análisis del papel del psicólogo del deporte desde la perspectiva del entrenador de fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 13, pp. 95-111.

Jaenes, J.C., y Caracuel, J.C. (2005). *Maratón. Preparación psicológica para el entrenamiento y la competición*. Córdoba. Almuzara.

Ortín, F.J., Olmedilla, A. y Lozano, F.J. (2003). La utilización de registros para la mejora del comportamiento táctico en deportes de equipo. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 12, núm 1, pp. 95-105.

Riera, J. (1985). *Psicología de la competición deportiva*. En J. Riera (Ed.) *Introducción a la psicología del deporte* .pp. 89-107. Barcelona. Martínez Roca.

Riera, J. (1989). *Fundamentos del aprendizaje de técnica y la táctica deportivas*. Barcelona. INDE.

Riera, J. (1994). *Aprendizaje de la táctica deportiva*. *Revista de Psicología del Deporte*, núm 5, pp. 111-124.

Ortín, F.J., Olmedilla, A. y Lozano, F.J. (2003). La utilización de registros para la mejora del comportamiento táctico en deportes de equipo. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 12, núm 1, pp. 95-105.

Capdevila, LL. (1997). *Metodología de evaluación en psicología del deporte*. En J. Cruz (Ed.) *Psicología*

del Deporte. Pp. 111-145. Madrid. Síntesis.

Fernández, R. y Carboles, J.A. (1981). *Evaluación conductual. Metodología y aplicaciones*. Madrid. Pirámide. (Libro fundamental para el diseño experimental, el conocimiento de las técnicas y registros de la evaluación de la conducta.

Smith, R.E., Smoll, F.L., Curtis, B. (1991). Adiestramiento eficaz del entrenador. Una aproximación cognitivo conductual para mejorar sus interacciones sociales con deportistas jóvenes. En J. Riera y J. Cruz (Ed.) *Psicología del deporte. aplicaciones y perspectivas*. pp. 118-139. Barcelona. Martínez Roca.

Rey, M., Blasco, T. y Borrás, F. (2000). Efectos de un procedimiento de inducción de estados de ánimo sobre la autoeficacia. *Anales de Psicología*, 16, pp. 23-31.

Roca, E. (2005). Como mejorar tus habilidades sociales. Valencia. ACDE.

Garcés de los Fayos, E.J. y Medina, G. (2002). Principios básicos a aplicar en el desarrollo de programas de intervención y prevención en deportistas con el síndrome de Burnout. Propuestas desde una perspectiva transnacional. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 11, núm 2, pp. 259-267.

Arce, C., Andrade, E.A. y Seoane, G. (2000). Problemas semánticos en la adaptación del POMS al castellano. *Psicothema*, 1, supl. 2, pp. 47-61.

Gutierrez, M. , Estévez, A., García, J. y Pérez, H. (1997). Ansiedad y rendimiento atlético en condiciones de estrés. efectos moduladores de la práctica. *Revista de Psicología del Deporte*, núm 12, pp. 27-44.

Arruza, J.A., Balagué, G. y Arrieta, M. (1998). Rendimiento deportivo e influencia del estado de ánimo, la dificultad estimada y de la autoeficacia en la alta competición. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 7 núm 2, pp.187-348.

Hernández Mendo, A. y Ramos, R. (1995). Tarea informática para evaluación y entrenamiento de la atención. Aplicación en el entrenamiento deportivo. *Anales de Psicología*, 11 (2), pp. 183-191.

Nieto, G. y Olmedilla, A.(2002). Concentración. Dirección de la atención. En A. Olmedilla, E. Garcés de

los Fayos y G. Nieto (Coords.) *Manual de Psicología del Deporte*

Mora, J.A., García, J. Toro, S. y Zarco, J.A. (2000). Atención – concentración en deportistas. En J.A. Mora, J. García, S. Toro, S. y J.A. Zarco, J.A (Eds.) *Psicología aplicada a la actividad físico-deportiva*. pp. 85-104. Madrid. Anaya.

Nieto, G. y Olmedilla, A.(2002). Concentración. Dirección de la atención. En A. Olmedilla, E. Garcés de los Fayos y G. Nieto (Coords.) *Manual de Psicología del Deporte* .pp. 259-277. Murcia. DM.

González, A.M.(1996). Procesamiento cognitivo en la actividad deportiva de resistencia. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 9-10, núm pp. 7-18.

Suay F. , Ricarte, J. y Salvador, A. (1998). Indicadores psicológicos de sobreentrenamiento y agotamiento. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 13, pp. 7-25.

Arnedo, M.T., Ricarte, J. Martínez-Sánchez y Salvador, A. (1998) Efectos de los esteroides anabolizantes-androgenizantes sobre diversas variables implicadas en el rendimiento. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 7 núm 2, pp.215-233.

Alzate, R. Lázaro, I., Ramirez, A. y Valencia, J. (1997). Análisis del impacto del estilo de comunicación del entrenador en el desarrollo de la cohesión grupal, la eficacia colectiva y la satisfacción. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 13, pp. 7-25.

Gimeno, F. (2003). Descripción y evaluación de un programa de habilidades sociales y de solución de problemas con padres y entrenadores en el deporte infantil y juvenil. *Revista de Psicología del Deporte*, Vol. 12, núm 1, pp. 67-79.

Roffé, M., Fenili, A. y Giscafré, N. (2003). Mi hijo campeón. Las presiones de los padres y el entorno. Buenos Aires. Lugar.

TRABAJO PRÁCTICO: Participación activa en la investigación activa sobre trastornos de alimentación y deporte.

XIII CONGRESO ANDALUZ DE PSICOLOGIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE: (2 puntos en la nota final): Entrega de un trabajo que justifica la asistencia. Los detalles del mismo se darán cuando estén confirmados los profesores asistentes.

XIII Congreso Andaluz de Psicología de la AF y Deporte <http://congreso.us.es/xiiicapafd/>

Obtendréis además un certificado que se reconoce en las oposiciones.

- **La no asistencia por motivo justificado o no al Congreso implica que el alumno no podrá aspirar a más de un 8 en la nota final. No se hará ningún tipo de excepción.**
- **** Para obtener dicho punto el alumno/a debe contactar al menos con un equipo de la especialidad que sea y conseguir una cita que finalice en la realización de las pruebas de evaluación, la no consecución de la evaluación, a pesar de las gestiones, significará que no se ha completado este criterio.**

NOTAS:

Participación activa en trabajo TAC: hasta 1 puntos**

XII Congreso de Psicología del Deporte: hasta 2 puntos*

Asistencia a clase y participación activa en clase (cada 3 faltas sin justificar (DAN o médico con justificación) es pérdida de un punto hasta 3 puntos

Exámenes del material de clase y lecturas: 4 puntos * Tener una media de suspenso en este apartado significará tener que examinarse en La segunda convocatoria o el examen final.

MUY IMPORTANTE: Sin la asistencia a los exámenes teóricos NO se podrá aprobar la asignatura.