

1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Psicología y habilidades comunicativas en el deporte
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Escuela/ Facultad	Facultad de Ciencias de la Salud
Curso	1º
ECTS	6
Carácter	Semestral
Idioma/s	Castellano
Modalidad	Presencial
Semestre	2º
Curso académico	2025/2026
Docente coordinador	Dra. Clara López Mora

2. PRESENTACIÓN

Esta asignatura está diseñada para dotar al estudiante de herramientas teóricas y prácticas que le permitan comprender y aplicar los principios de la psicología en contextos deportivos reales. A lo largo del curso, se abordarán aspectos fundamentales como la personalidad, la motivación, la autoconfianza, la cohesión grupal o la comunicación efectiva, así como otros esenciales para optimizar el rendimiento y el bienestar de los deportistas.

La asignatura tiene como objetivo que el estudiante sea capaz de identificar variables psicológicas que intervienen el rendimiento, como la ansiedad precompetitiva o la concentración, y a diseñar estrategias para gestionarlas en un equipo de fútbol juvenil o en un atleta de alto rendimiento. También se explorará cómo fomentar la autorregulación emocional en deportistas que atraviesan una lesión, ayudándoles a mantener la motivación durante el proceso de recuperación.

Desde el punto de vista de la comunicación estratégica (CT2), se trabajarán habilidades para transmitir mensajes de una forma eficaz, tanto en contextos técnicos como en reuniones con familias o directivos. La asignatura también promueve la resiliencia (CT7), enseñando al estudiante a adaptarse a situaciones adversas o no planificadas. Se abordarán ejemplos reales de deportistas que han transformado fracasos en oportunidades de crecimiento personal y profesional. En cuanto a la competencia ético-social (CT8), se reflexionará sobre el papel del profesional del deporte en la promoción de valores como la igualdad, el respeto o la inclusión.

Las competencias específicas se desarrollarán mediante actividades prácticas como el diseño de sesiones de entrenamiento que integren aspectos psicológicos, la evaluación de la condición física con enfoque integral incorporando las variables psicológicas, o la planificación de programas de intervención que contemplen al deportista y su contexto como un todo.

En resumen, esta asignatura no solo proporciona conocimientos técnicos, sino que prepara al estudiante para intervenir de forma ética, estratégica y eficaz en el ámbito del deporte, con una visión integral del ser humano y su contexto.

En cumplimiento de lo establecido en la Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual, se incorpora en esta asignatura formación específica dirigida a la prevención de las violencias sexuales y la promoción de la libertad sexual como derecho fundamental. Esta formación se integra de forma transversal a través de la competencia **CT8 - Competencia ético-social. Mostrar comportamientos éticos y compromiso social en el desempeño de las actividades de una profesión, así como sensibilidad a la desigualdad y a la diversidad.**

De esta manera, se aborda la necesidad de educar en el respeto a los derechos humanos, la igualdad de género y la diversidad en todas sus expresiones.

Esta formación no solo responde al marco normativo vigente, sino también contribuye activamente a la construcción de entornos académicos y profesionales más seguros, inclusivos y respetuosos con los derechos de todas las personas, en consonancia con los Objetivos de desarrollo Sostenible, en particular el ODS 5 (igualdad de Género) y el ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas).

3. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Competencias básicas:

- **CB1** - Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio
- **CB4** - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

Competencias transversales:

- **CT2** - Comunicación estratégica. Transmitir mensajes (ideas, conceptos, sentimientos, argumentos), tanto de forma oral como escrita, alineando de manera estratégica los intereses de los distintos agentes implicados en la comunicación.
- **CT7** - Resiliencia. Adaptarse a situaciones adversas, inesperadas, que causen estrés, ya sean personales o profesionales, superándolas e incluso convirtiéndolas en oportunidades de cambio positivo.
- **CT8** - Competencia ético-social. Mostrar comportamientos éticos y compromiso social en el desempeño de las actividades de una profesión, así como sensibilidad a la desigualdad y a la diversidad.

Competencias específicas:

- **CE1** - Describir, elaborar y aplicar los procedimientos, estrategias, actividades, recursos, técnicas y métodos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con eficiencia, desarrollando todo el curso de la acción en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte

(enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).

- **CE8** - Articular y desplegar un nivel avanzado de destreza en el análisis, diseño y evaluación de las pruebas de valoración y control de la condición física y del rendimiento físico-deportivo.
- **CE10** - Desplegar un nivel avanzado en la planificación, aplicación, control y evaluación de los procesos de entrenamiento físico y deportivo.

Resultados de aprendizaje:

1. Definir las variables psicológicas relacionados con el rendimiento deportivo.
2. Describir el funcionamiento psicológico de los deportistas y la importancia del autoconocimiento y la autorregulación para poder influir positivamente en los deportistas.
3. Identificar los determinantes de la autoconfianza y de la motivación en el contexto del ejercicio físico y sus efectos sobre la adherencia al mismo.
4. Identificar estrategias que permitan generar dinámicas grupales que promuevan la cohesión, la resolución de conflictos y la transmisión de valores educativos que favorezcan el rendimiento y el bienestar en el contexto de la educación física, del ejercicio físico y del deporte.
5. Describir la importancia de una correcta práctica de la comunicación y las relaciones interpersonales en la atención al deportista manejando las situaciones potencialmente conflictivas.
6. Desempeñar con éxito diferentes técnicas para la búsqueda, procesamiento y almacenamiento de la información, así como para el desarrollo de habilidades comunicativas en el ámbito deportivo.

En la tabla inferior se muestra la relación entre las competencias que se desarrollan en la asignatura y los resultados de aprendizaje que se persiguen:

Competencias	Resultados de aprendizaje
CB1, CE8, CE10	1. Definir las variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo
CB1, CT7, CE1, CE10	2. Describir el funcionamiento psicológico de los deportistas y la importancia del autoconocimiento y la autorregulación para poder influir positivamente en los deportistas
CB1, CT7, CT8, CE1, CE8, CE10	3. Identificar los determinantes de la autoconfianza y de la motivación en el contexto del ejercicio físico y sus efectos sobre la adherencia al mismo
CB1, CB4, CT2, CT7, CT8, CE1	4. Identificar estrategias que permitan generar dinámicas grupales que promuevan la cohesión, la resolución de conflictos y la transmisión de valores educativos que favorezcan el rendimiento y el bienestar en el contexto de la educación física, del ejercicio físico y del deporte
CB4, CT2, CT8, CE1	5. Describir la importancia de una correcta práctica de la comunicación y las relaciones interpersonales en la atención al deportista manejando las situaciones potencialmente conflictivas

CB4, CT2

6. Desempeñar con éxito diferentes técnicas para la búsqueda, procesamiento y almacenamiento de la información, así como para el desarrollo de habilidades comunicativas en el ámbito deportivo

4. CONTENIDOS

1. **Introducción a la Psicología y su fundamento metodológico.** La Psicología en la actividad física y el deporte: acercamiento histórico, periodos y perspectivas, competencias profesionales.
2. **Procesos psicológicos básicos que influyen en la conducta del individuo deportista:** motivación y deporte, aprendizaje y condicionamiento deportivo, atención y concentración en la actividad física y el deporte, activación estrés y ansiedad en la práctica deportiva.
3. **Aspectos sociológicos básicos influyentes en el comportamiento del individuo y su implicación en la relación con el ejercicio físico:** dinámicas de grupos, estilos de entrenador, planificación y programación del trabajo psicológico e intervención en lesiones.
4. **Evaluación psicológica en contextos de rendimiento deportivo:** descripción y análisis de programas basados en la evidencia, evaluación de las habilidades psicológicas del deportista, evaluación de la personalidad.
5. **Conceptos básicos de la comunicación humana:** la comunicación oral, escrita y no verbal.
6. **Las habilidades sociales y técnicas comunicativas en la actividad física y el deporte.**

5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A continuación, se indican los tipos de metodologías de enseñanza-aprendizaje que se aplicarán:

- Clase magistral/ web conference
- Método del caso
- Aprendizaje basado en problemas

6. ACTIVIDADES FORMATIVAS

A continuación, se identifican los tipos de actividades formativas que se realizarán y la dedicación en horas del estudiante a cada una de ellas:

Modalidad presencial:

Actividad formativa	Número de horas
Clases magistrales	6
Clases de aplicación práctica	24
Análisis de casos	20
Resolución de problemas	15

Exposiciones orales de trabajos	3
Elaboración de informes y escritos	4
Trabajo autónomo	50
Debates y coloquios	8
Tutoría	18
Pruebas de evaluación presenciales	2
TOTAL	150

7. EVALUACIÓN

A continuación, se relacionan los sistemas de evaluación, así como su peso sobre la calificación total de la asignatura:

Modalidad presencial:

Sistema de evaluación	Peso
Pruebas de evaluación presenciales	60 %
Exposiciones orales	10 %
Informes y escritos	15 %
Caso/problema	15 %

En el Campus Virtual, cuando accedas a la asignatura, podrás consultar en detalle las actividades de evaluación que debes realizar, así como las fechas de entrega y los procedimientos de evaluación de cada una de ellas.

7.1. Convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en cada uno de los sistemas de evaluación de la materia.

Si se detectan casos de plagio en alguna de las actividades entregadas se evaluará con una calificación de 0 y se suspenderá esta actividad en convocatoria ordinaria. **Tampoco se permite la entrega tardía de actividades (se evaluará con un "0"), salvo casos debidamente justificados.** Estas actividades deberán ser recuperadas en convocatoria extraordinaria, aplicándose la misma normativa en dicha convocatoria.

Por último, para aprobar la asignatura en convocatoria ordinaria **se deberá tener un mínimo de 50 % de asistencia a clase. Los justificantes de ausencia no suponen la eliminación de dichas ausencias en ningún caso.**

La Universidad Europea de Valencia fija la evaluación continua como sistema de valoración de los conocimientos, las habilidades y las competencias básicas, generales, transversales y específicas de la titulación de "Grado en Actividad Física y el Deporte", de acuerdo con lo previsto Reglamento de

evaluación de las titulaciones de Grado. A este respecto y a efectos del consumo de convocatorias el estudiante debe ser conocedor de que, si presenta cualquier sistema de evaluación previsto en la Guía de Aprendizaje, en la convocatoria ordinaria el alumno tendrá una calificación global de la asignatura, consumiendo por tanto convocatoria.

7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria extraordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en cada uno de los sistemas de evaluación de la asignatura.

Se deben entregar las actividades no superadas en convocatoria ordinaria, tras haber recibido las correcciones correspondientes a las mismas por parte del docente, o bien aquellas que no fueron entregadas.

La Universidad Europea de Valencia fija la evaluación continua como sistema de valoración de los conocimientos, las habilidades y las competencias básicas, generales, transversales y específicas de la titulación de “Grado en Actividad Física y el Deporte”, de acuerdo con lo previsto Reglamento de evaluación de las titulaciones de Grado. A este respecto y a efectos del consumo de convocatorias el estudiante debe ser conocedor de que en la convocatoria extraordinaria será la Prueba Objetiva de Conocimiento (POC) la que determine si consume convocatoria o no y en el supuesto excepcional de que únicamente tenga pendiente de superar sistema/s de evaluación que no sean la POC, será considerado NP si no lo/s presenta y obtendrá calificación numérica si presenta al menos uno de ellos.

8. CRONOGRAMA

En este apartado se indica el cronograma con fechas de entrega de actividades evaluables de la asignatura:

Actividades evaluables	Fecha
Pruebas de evaluación de conocimientos (convocatoria ordinaria)	18 de Mayo al 7 de Junio Pendiente de calendario publicado por facultad
Exposiciones orales (convocatoria ordinaria)	Del 4 al 15 de Mayo de 2026
Informes y escritos (convocatoria ordinaria)	Del 14 al 24 de Abril de 2026
Caso/problema (convocatoria ordinaria)	Del 2 al 14 de Marzo de 2026
Pruebas de evaluación de conocimientos (convocatoria extraordinaria)	1 al 10 Julio de 2026 Pendiente de calendario publicado por facultad
Exposiciones orales (convocatoria extraordinaria)	Del 29 de Junio al 6 de Julio de 2026
Informes y escritos (convocatoria extraordinaria)	Del 29 de Junio al 6 de Julio de 2026
Caso/problema (convocatoria extraordinaria)	Del 29 de Junio al 6 de Julio de 2026

Este cronograma podrá sufrir modificaciones por razones logísticas de las actividades. Cualquier modificación será notificada al estudiante en tiempo y forma.

9. BIBLIOGRAFÍA

La obra de referencia para el seguimiento de la asignatura es:

- León Zarceño, E. M., & Garcés de los Fayos, E. J. (2025). *Fundamentos de psicología del deporte*. Editorial Médica Panamericana.
- Salom Martorell, M., Núñez Prats, A., & Leguizamo Barroso, F. (2023). *Psicología del deporte: Una aproximación práctica desde la evidencia científica*. Editorial Médica Panamericana.

A continuación, se indica bibliografía recomendada:

- Alarcón López, F., Cárdenas Vélez, D., & Clemente Suárez, V. J. (2018). *Neurociencia, deporte y educación*. Editorial Paidós.
- Castillo Manrique, I. (2023). *Psicología social de la actividad física y el deporte*. McGraw-Hill Interamericana de España
- Bernat Cardell, J. (2020). *Competir en arenas movedizas: Cómo gestionar la presión en el deporte*. Plataforma Editorial.

10. UNIDAD DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA, DIVERSIDAD E INCLUSIÓN

Desde la Unidad de Orientación Educativa, Diversidad e Inclusión (ODI) ofrecemos acompañamiento a nuestros estudiantes a lo largo de su vida universitaria para ayudarles a alcanzar sus logros académicos. Otros de los pilares de nuestra actuación son la inclusión del estudiante con necesidades específicas de apoyo educativo, la accesibilidad universal en los distintos campus de la universidad y la equiparación de oportunidades.

Desde esta Unidad se ofrece a los estudiantes:

1. Acompañamiento y seguimiento mediante la realización de asesorías y planes personalizados a estudiantes que necesitan mejorar su rendimiento académico.
2. En materia de atención a la diversidad, se realizan ajustes curriculares no significativos, es decir, a nivel de metodología y evaluación, en aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo persiguiendo con ello una equidad de oportunidades para todos los estudiantes.
3. Ofrecemos a los estudiantes diferentes recursos formativos extracurriculares para desarrollar diversas competencias que les enriquecerán en su desarrollo personal y profesional.
4. Orientación vocacional mediante la dotación de herramientas y asesorías a estudiantes con dudas vocacionales o que creen que se han equivocado en la elección de la titulación.

Los estudiantes que necesiten apoyo educativo pueden escribirnos a:

orientacioneducativa.uev@universidadeuropea.es

11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN

¡Tu opinión importa!

La Universidad Europea te anima a participar en las encuestas de satisfacción para detectar puntos fuertes y áreas de mejora sobre el profesorado, la titulación y el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las encuestas estarán disponibles en el espacio de encuestas de tu campus virtual o a través de tu correo electrónico.

Tu valoración es necesaria para mejorar la calidad de la titulación.

Muchas gracias por tu participación.