

Guía docente de la asignatura

Análisis Comportamental y Desarrollo Motor de la Actividad Física

Fecha última actualización: 18/06/2021

Fecha de aprobación:

Psicología Experimental: 18/06/2021

Educación Física y Deportiva: 07/07/2021

Grado	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	Rama	Ciencias Sociales y Jurídicas				
Módulo	Formación Básica	Materia	Psicología				
Curso	1º	Semestre	2º	Créditos	6	Tipo	Troncal

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

Es RECOMENDABLE un nivel de inglés suficiente para la comprensión de artículos científicos y manuales académicos en ese idioma.

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Grado)

Procesos Psicológicos Básicos. Concepto de Comportamiento. Control y Aprendizaje Motor. Modelos de Comportamiento Motor. Clasificaciones y Análisis de las Habilidades Motrices. Control Motor. Aprendizaje Motor. Principios y análisis de los mecanismos comportamentales de los deportistas. Principios de organización comportamental en el rendimiento deportivo. Fundamentos y planteamiento transversal y longitudinal del desarrollo motor, desde el período intrauterino a los adultos.

COMPETENCIAS ASOCIADAS A MATERIA/ASIGNATURA

COMPETENCIAS GENERALES

- CG01 - Capacidad de análisis y síntesis
- CG02 - Capacidad de organización y planificación
- CG03 - Comunicación oral y escrita
- CG06 - Capacidad de acceso y gestión de la información
- CG07 - Capacidad de resolución de problemas
- CG08 - Capacidad de toma de decisiones de forma autónoma
- CG09 - Capacidad de trabajo en equipo
- CG11 - Habilidades en las relaciones interpersonales
- CG13 - Capacidad crítica y autocrítica
- CG17 - Autonomía en el aprendizaje
- CG18 - Flexibilidad y capacidad de adaptación a nuevas situaciones



- CG19 - Capacidad de Liderazgo y Empatía
- CG20 - Capacidad de Creatividad
- CG23 - Motivación por la calidad

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE04 - Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la A.F y D
- CE05 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte entre las diferentes poblaciones
- CE07 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad
- CE08 - Identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de act. Físicas inadecuadas
- CE09 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de entrenamiento y de actividades físico deportivas
- CE11 - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza/aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
- CE22 - Comprender la literatura científica del ámbito de la A.F. y D en lengua inglesa y otras de presencia científica significativa
- CE23 - Aplicar las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) al ámbito de las CC del a A F y D.
- CE24 - Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo
- CE25 - Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones de resolución de problemas y para el aprendizaje autónomo
- CE26 - Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional
- CE27 - Conocer y actual dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

- Cognitivos. Conocer los fundamentos cognitivos, contextuales, sociales y evolutivos en la base de la explicación del comportamiento humano en general, y en el ámbito del deporte y la actividad física en particular. Identificación y análisis de los factores psicológicos que influyen en la práctica y el rendimiento deportivos.
- Procedimentales. Saber aplicar las técnicas de análisis conductual a la comprensión de la conducta en el ámbito de la actividad física y deportiva. Saber utilizar las técnicas e instrumentos básicos de registro y medida de la conducta en el ámbito de la actividad física y deportiva. Conocer los fundamentos de aplicación de las técnicas psicológicas y de modificación de conducta aplicadas a la práctica y el rendimiento deportivos.
- Actitudinales. Valorar la importancia de los factores psicológicos en el ámbito aplicado de la actividad física y el deporte. Promover el estilo científico como forma de enfrentarse a la explicación de la conducta. Promover actitudes favorables a la psicología en el deporte. Fomentar el respeto a la diversidad teórica. Fomentar una actitud favorable a la investigación científica. Conocer y respetar los principios deontológicos en la investigación sobre el deporte y en la práctica del mismo.

PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS



TEÓRICO

Tema 1. Introducción al análisis comportamental en la actividad física y el deporte

Introducción; Orientaciones teóricas y metodológicas; El análisis comportamental como herramienta.

Tema 2. Mecanismos Cognitivos: Percepción y atención

Bases de la percepción y sus componentes relevantes para la acción; Definición de la atención y concentración: Implicaciones y demandas según la tarea; Selección espacial, preíndices y conducta de anticipación en contextos deportivos; Función ejecutiva, control atencional y automatización.

Tema 3. Emociones y motivación en la actividad física y el deporte

Activación y rendimiento; Ansiedad: concepto, evaluación, influencia sobre el rendimiento y control; Emociones positivas y estado de flujo; Estados de ánimo; La participación emocional en la toma de decisiones; Modelos generales de motivación para la actividad física; Fatiga; Adherencia; Alteraciones motivacionales: adicción a la actividad física y burnout deportivo.

Tema 4. Análisis y modificación de conducta en enseñanza y deporte

Control apetitivo y aversivo de la conducta; Programas de reforzamiento; Técnicas funcionales de modificación de conducta; Técnicas Cognitivas.

Tema 5. Interacción social en la Actividad Física y el Deporte

Roles y normas; Cohesión grupal y liderazgo; Cooperación y competición dentro del equipo; Habilidades sociales y aprendizaje grupal; La comunicación: desarrollo de la eficacia en el envío y recepción de mensajes.

Tema 6. Establecimiento de Objetivos en la actividad física y el deporte

Concepto y tipos de objetivos; Diseño de un sistema de planteamiento de objetivos; Metodología de control y evaluación de objetivos en deportistas; Sistemas para el establecimiento, control y el análisis de metas.

Tema 7. Desarrollo motor

Análisis Terminológico. Modelos; Aprendizaje y Desarrollo; Periodo intrauterino, sensorio motor, preescolaridad, escolaridad, pubertad y adolescencia; Postura y Desplazamientos.



PRÁCTICO

Nota: Dentro de los objetivos generales de la asignatura, las prácticas serán susceptibles de modificación en función de la disponibilidad de recursos.

Práctica 1: La percepción subjetiva del esfuerzo.

Práctica encaminada a que el/la estudiante sepa identificar los factores que intervienen en el proceso psicofísico de percepción de la fatiga durante el ejercicio, y comprenda como los factores psicológicos cumplen un papel mediador importante en este proceso. En la práctica se tomarán medidas de esfuerzo percibido, afectivas y fisiológicas, en una prueba de esfuerzo submáximo. Los datos obtenidos en la prueba serán objeto de análisis e interpretación.

Práctica 2: Seminario con un deportista de élite.

Se contará con un profesional del deporte de competición, que venga a hablar de la función del psicólogo deportivo en ese caso particular, las salidas profesionales que pueden existir y la importancia de la psicología según este experto. Se haría un turno de preguntas después por parte de los alumnos. Es una forma de animarles a que sigan formándose en la Psicología del Deporte mediante un caso real.

Prácticas 3 y 4: Medición de constructos psicológicos en la actividad física y el deporte.

Prácticas encaminadas a la medición de constructos psicológicos mediante instrumentos psicométricos (p.e. ansiedad, autocontrol, impulsividad...) y su relación con comportamientos de interés en el ámbito deportivo (práctica de actividad física, patrones de ingesta, rendimiento deportivo). Cada práctica se compondrá de (a) una sesión informativa para la presentación de los constructos de interés y su relación con el comportamiento deportivo, (b) una sesión de recogida de datos mediante cuestionarios o entrevistas en grupos pequeños, prestando especial atención a las cuestiones relacionadas con el procedimiento, las garantías psicométricas y los aspectos éticos de la investigación; y (c) Una sesión informativa de los resultados obtenidos a partir de los datos recogido.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

Budde, H. y Wegner, M. (2018). The exercise effect on mental health: Neurobiological mechanisms. Routledge: Londres, Reino Unido.

Carlstedt, R.A., y Balconi, M. (2018). Handbook of Sport Neuroscience and Psychophysiology. Routledge: Londres.

Haywood, K. M., y Getchell, N. (2019). Life span motor development. Human Kinetics: Champaign: IL, EE.UU.



Luiselli, J. K., y Reed, D. D. (Eds.). (2011). Behavioral sport psychology: Evidence-based approaches to performance enhancement. Springer: N.Y.

Razon, S., y Sachs, M. L. (Eds.). (2017). Applied Exercise Psychology: The Challenging Journey from Motivation to Adherence. Routledge.

Ruiz, L. M., Gutiérrez, M., Graupera, J. L., Linza, J. L., y Navarro, F. (2001). Desarrollo, comportamiento motor y deporte. Síntesis: Madrid.

Smoll, F. L. y Smith, R. (2009). Claves para ser un entrenador excelente. Inde: Madrid.

Vickers, J. N. (2007). Perception, Cognition, and Decision Training in Sports. Human Kinetics: Londres.

Weinberg, R. S. y Gould, D. (2019). Foundations of Sport and Exercise Psychology. Human Kinetics: Champaign, IL, EE.UU.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Adolph, K. E., y Franchak, J. M. (2017). The development of motor behavior. Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science, 8(1-2), e1430.

Cameron, J., Banko, K. M., y Pierce, W. D. (2001). Pervasive negative effects of rewards on intrinsic motivation: The myth continues. The Behavior Analyst, 24(1), 1-44.

Carron, A. V., Widmeyer, W. N., y Brawley, L. R. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The Group Environment Questionnaire. Journal of Sport and Exercise psychology, 7(3), 244-266.

Chelladurai, P. (1990). Leadership in sports: a review. International Journal of Sport Psychology, 21(4), 328-354.

de Morree, H. M., y Marcora, S. M. (2015). Psychobiology of perceived effort during physical tasks. En Gendolla, G. H., Tops, M., y Koole, S. L. (Eds.). Handbook of biobehavioral approaches to self-regulation (pp. 255-270). Springer New York.

Díez, Á., y Márquez, S. (2005). Utilización de sociogramas para la valoración de la cohesión interna de los jugadores de un club de fútbol. European Journal of Human Movement, (14), 37-52.

Ekkekakis, P. (2018). Physical Activity and Mental Health in the Era of Evidence-Based Medicine. In T.S. Horn y A.L. Simth (Eds.), Advances in Sport and Exercise Psychology. (pp. 353-373). Human Kinetics. Champaign, IL, EE.UU.

Ekkekakis, P., Parfitt, G., y Petruzzello, S. J. (2011). The pleasure and displeasure people feel when they exercise at different intensities. Sports Medicine, 41(8), 641-671.

Furley, P. A., y Memmert, D. (2010). The role of working memory in sport. International Review of Sport and Exercise Psychology, 3(2), 171-194.

Furley, P., y Wood, G. (2016). Working memory, attentional control, and expertise in sports: A review of current literature and directions for future research. Journal of Applied Research in Memory and Cognition, 5(4), 415-425.



Hanin, J., y Ekkekakis, P. (2014). Emotions in sport and exercise settings. In Papaioannou, A. y Hackfort, D. (Eds). Routledge companion to sport and exercise psychology. (pp. 107-128). Routledge: Londres, Reino Unido.

Hill, D. M., Hanton, S., Matthews, N., y Fleming, S. (2010). Choking in sport: A review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 3(1), 24-39.

Jones, M. V. (2012). Emotion regulation and performance. In S. M. Murphy (Ed.), *The Oxford handbook of sport and performance psychology*. (pp. 154-172). Oxford University Press: Oxford: Reino Unido.

Kwan, B. M., y Bryan, A. (2010). In-task and post-task affective response to exercise: Translating exercise intentions into behaviour. *British Journal of Health Psychology*, 15(1), 115-131.

Lam, L. C. W., y Riba, M. (2016). *Physical exercise interventions for mental health*. Cambridge University Press: Cambridge, Reino Unido.

Martin, J. (2015). Behavior analysis in sport and exercise psychology. *Behavior Analysis: Research and Practice*, 15(2), 148-151.

McEwan, D., Harden, S. M., Zumbo, B. D., Sylvester, B. D., Kaulius, M., Ruissen, G. R., ... y Beauchamp, M. R. (2016). The effectiveness of multi-component goal setting interventions for changing physical activity behaviour: a systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review*, 10(1), 67-88.

Normand, M. P. (2008). Increasing physical activity through self-monitoring, goal setting, and feedback. *Behavioral Interventions: Theory & Practice in Residential & Community-Based Clinical Programs*, 23(4), 227-236.

Oettingen, G., y Gollwitzer, P. (2010). Strategies of setting and implementing goals: Mental contrasting and implementation intentions. In J.E. Maddux y J. P. Tangney. (Eds.). *Social Psychological Foundations of Clinical Psychology* (pp. 114-135). Guilford Press: NY, EE.UU.

Reed, D. D., Critchfield, T. S., y Martens, B. K. (2006). The generalized matching law in elite sport competition: Football play calling as operant choice. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 39(3), 281-297.

Rhodes, R. E., y Dickau, L. (2013). Moderators of the intention-behaviour relationship in the physical activity domain: a systematic review. *British Journal of Sports Medicine*, 47(4), 215-225.

Ruiz, M. C., Raglin, J. S., y Hanin, Y. L. (2017). The individual zones of optimal functioning (IZOF) model (1978-2014): Historical overview of its development and use. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(1), 41-63.

Schmidt, R.A., y Wrisberg, C.A. *Motor learning and performance: A situation-based approach*. Human Kinetics: Londres.

Shields, D. L. L., Gardner, D. E., Bredemeier, B. J. L., y Bostrom, A. (1995). Leadership, cohesion, and team norms regarding cheating and aggression. *Sociology of Sport Journal*, 12(3), 324-336.

Spencer, J. P., Perone, S., y Buss, A. T. (2011). Twenty years and going strong: A dynamic systems revolution in motor and cognitive development. *Child Development Perspectives*, 5(4), 260-266.



Tashman, L. S., Simpson, D., y Cremades, J. G. (2018). Psychological skills training for adopting and adhering to exercise. En S. Razon y M.L. Sachs (Eds.), Applied exercise Psychology. (pp. 92-98). Routledge: London.

Thelen, E. (1995). Motor development: A new synthesis. American Psychologist, 50(2), 79-95.

Tomeo, E., Cesari, P., Aglioti, S. M., y Urgesi, C. (2012). Fooling the kickers but not the goalkeepers: behavioral and neurophysiological correlates of fake action detection in soccer. Cerebral Cortex, 23(11), 2765-2778.

Vestberg, T., Gustafson, R., Maurex, L., Ingvar, M., y Petrovic, P. (2012). Executive functions predict the success of top-soccer players. PLOS One, 7(4), e34731.

Washington, W. D., Banna, K. M., y Gibson, A. L. (2014). Preliminary efficacy of prize-based contingency management to increase activity levels in healthy adults. Journal of Applied Behavior Analysis, 47(2), 231-245.

Williams, A. M., Hodges, N. J., North, J. S., y Barton, G. (2006). Perceiving patterns of play in dynamic sport tasks: Investigating the essential information underlying skilled performance. Perception, 35(3), 317-332.

Williams, A., y Jackson, R. (2019). Anticipation in sport: Fifty years on, what have we learned and what research still needs to be undertaken?. Psychology of Sport and Exercise, 42, 16-24.

ENLACES RECOMENDADOS

Toda la información complementaria necesaria será facilitada a través de la plataforma docente PRADO: <https://pradograd2021.ugr.es/auth/saml/login.phpprado.ugr.es>

METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 Lección magistral/expositiva
- MD02 Sesiones de discusión y debate
- MD03 Resolución de problemas y estudio de casos prácticos
- MD04 Prácticas de laboratorio y/o talleres de habilidades
- MD05 Prácticas de campo
- MD06 Prácticas en sala de informática
- MD07 Seminarios
- MD08 Ejercicios de simulación
- MD09 Análisis de fuentes y documentos

EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)

EVALUACIÓN ORDINARIA

El 40% de la calificación en la asignatura se corresponderá con la nota de examen teórico. Dicho examen se realizará en la fecha oficial. El examen podrá contener preguntas con los siguientes



formatos:

- a. Preguntas cortas que se deben responder en un máximo de 5 líneas.
- b. Pregunta más extensa a responder como máximo en una cara del folio que consiste en desarrollar un tema propuesto que no se encuentra explícitamente en los apuntes y se debe redactar relacionando varios conceptos con la información asimilada en el curso.
- c. Preguntas objetivas de respuestas múltiples.

Para que este criterio haga media con el resto, se debe alcanzar criterio mínimo que no podrá ser superior a 5 ni inferior a 4, y que será establecido por el profesor al principio del curso. Si no se llega a dicha nota, se repite en la convocatoria extraordinaria. En el caso de que no se alcance ese criterio en el examen de teoría, la nota final en acta reflejará la suma de todas las fuentes de nota hasta un valor máximo de 4.9 puntos.

El 60% de la calificación en la asignatura se corresponderá con la valoración de las actividades ECTS de evaluación continua. Esas actividades deberán incluir las prácticas (a), y al menos una de las dos actividades siguientes [(b) y (c)]. La cuarta (d) queda a discrecionalidad del profesor. Dos tercios de esta partida de evaluación (40% de la calificación total) se corresponderán con las prácticas (ver temario práctico), y un tercio (20% de la calificación total) con las actividades (b) y (c).

a. Actividades correspondientes a las prácticas: Cada práctica necesita de su asistencia obligatoria y se debe entregar en la plataforma Prado o presencialmente durante la misma realización de la sesión práctica. La evaluación de cada una de ellas se llevará a cabo con un sistema de rúbricas adaptadas, con lo que se obtiene un feedback pormenorizado de su valoración. Para favorecer la evaluación continua, este criterio no se puede recuperar, y no necesita de una calificación mínima para hacer media con el resto.

*** Hasta un máximo de la mitad de esta partida de evaluación (20% de la calificación total) podrá evaluarse mediante preguntas de examen añadidas al examen teórico (con lo que el examen final podría contabilizar hasta un 60% de la calificación total, incluyendo contenidos teóricos y prácticos).**

b. Evaluación a una pregunta que se hace a un alumno seleccionando al azar al final de cada clase. En los últimos minutos de cada clase, se pone en marcha una aplicación informática que va pasando a modo de ruleta por todas las fotografías de los alumnos y se detiene en una al azar. Se realiza una pregunta breve al alumno de algunos de los contenidos impartidos en esa clase y en ese instante se califica con Mal (1), Regular (6) o Bien (10). Con este sistema se pretende fomentar la asistencia de los alumnos a clase y poner la máxima atención en la misma.

c. Clases de discusión sobre material científico original (un artículo en español o inglés). Formarán parte de la calificación de estas actividades la asistencia a las mismas (1/3) pero, sobre todo la participación activa, tanto mediante la realización de exposiciones personales, como en las discusiones. De cada tema de discusión también se pedirá la entrega de un resumen con un formato pre-establecido que permita valorar la comprensión del tema tratado. Se valorará especialmente demostrar la capacidad de analizar la conducta desde los parámetros de la Psicología científica contemporánea.

Las notas de prácticas y actividades presenciales ECTS no se conservan entre cursos académicos. Por tanto, en posteriores convocatorias, aquellos alumnos que no dispongan de nota de prácticas y actividades presenciales ECTS tendrán la oportunidad de examinarse de dichos contenidos dentro del examen realizado en la fecha oficial.



La metodología docente y la evaluación serán adaptadas a los estudiantes con necesidades específicas (NEAE), conforme al Artículo 11 de la Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada, publicada en el Boletín Oficial de la Universidad de Granada, no 112, 9 de noviembre de 2016.

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

Aquellos estudiantes que no superen la materia en la convocatoria ordinaria, si lo desean, podrán conservar las puntuaciones obtenidas en las actividades realizadas durante el curso para la convocatoria extraordinaria de ese mismo curso. En este caso, el examen será de características iguales al de la convocatoria ordinaria. Si no se desea mantener las puntuaciones de las actividades, el alumno tendrá derecho a alcanzar la nota máxima posible (10) realizando un examen que tendrá una parte teórica y una parte práctica. Las preguntas de la parte práctica se corresponderán con un 20% de la calificación del examen, mientras que la parte práctica supondrán el restante 80%.

La metodología docente y la evaluación serán adaptadas a los estudiantes con necesidades específicas (NEAE), conforme al Artículo 11 de la Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada, publicada en el Boletín Oficial de la Universidad de Granada, no 112, 9 de noviembre de 2016.

EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

Para casos justificados que no puedan seguir la evaluación continua habitual durante el curso, y previa autorización expresa de uno de los departamentos implicados en la docencia de esta asignatura, se ofrecerá una posibilidad de evaluación única, sobre el 100% de la calificación posible, que se corresponde en todas sus características con la descrita en la sección anterior.

La metodología docente y la evaluación serán adaptadas a los estudiantes con necesidades específicas (NEAE), conforme al Artículo 11 de la Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada, publicada en el Boletín Oficial de la Universidad de Granada, no 112, 9 de noviembre de 2016.

INFORMACIÓN ADICIONAL

- **Participación en investigaciones llevadas a cabo por miembros del Departamento de Psicología Experimental:**

La participación en investigaciones es una actividad formativa que permite al alumnado experimentar en primera persona las técnicas que contribuyen al avance de la ciencia en Psicología, así como practicar las tareas que serán referidas en los contenidos de las distintas asignaturas.

Es importante señalar que su participación en estas investigaciones es totalmente voluntaria, tal y como se expresa en la «Guía de buenas prácticas y consideraciones éticas en la investigación que implique la participación de alumnos matriculados en asignaturas impartidas por profesores de la Facultad de Psicología de la Universidad de Granada», aprobada en Junta de Centro el día 30 de mayo de 2019.

Cada alumna/o podrá obtener un máximo de 0.5 puntos por su participación en estas investigaciones, que podrán sumarse a su nota final en la asignatura. Obtendrá 0.1 punto por cada



participación durante un tiempo igual o inferior a 45 minutos.

Con el fin de preservar su anonimato y cumpliendo así lo estipulado en la "Guía de buenas prácticas" mencionada más arriba, la realización de estudios y la elección de las asignaturas del departamento en las que aplicar esas décimas de punto se realizarán mediante la plataforma: <https://experimentos.psiexpugr.es/>. Esta plataforma está diseñada de tal forma que no es posible que el profesorado pueda conocer si sus estudiantes han realizado o no alguno de sus estudios, ni tampoco que el estudiantado sepa qué investigaciones son responsabilidad del profesorado que le imparte clase.

El resultado de sumar la nota final de la asignatura y la participación en estas investigaciones, nunca podrá exceder el límite del sistema de calificaciones establecido en el artículo 22.2 de la Normativa de Evaluación y Calificación de los Estudiantes de la Universidad de Granada; si así ocurriese, el excedente de la calificación que acredita su participación será reintegrado a las/os alumnas/os que lo deseen tras manifestarlo en el acto de revisión ante el/la profesor/a, para que lo pueda aplicar en otra asignatura del departamento que forme parte de su titulación.

El estudiantado que no participe en estas investigaciones podrá obtener una puntuación equivalente con la realización de actividades alternativas que serán ofrecidas desde el Departamento de Psicología Experimental.

