

**FITXA IDENTIFICATIVA****DADES DE L'ASSIGNATURA**

**Codi:** 33205  
**Nom:** Psicologia social de l'activitat física i de l'esport  
**Cicle:** Grau  
**Crèdits ECTS:** 6  
**Curs acadèmic:** 2026-27

**TITULACIONS**

Titulació	Centre	Curs	Període
1312 - Grau CC.Act.Fís.Esp.	Facultat de Ciències de l'Activitat Física i Esports	2	Primer quadrimestre, Segon quadrimestre
1331 - Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (Ont)	Facultat de Ciències de l'Activitat Física i Esports	2	Segon quadrimestre

**MATÈRIES**

Titulació	Matèria	Caràcter
1312 - Grau CC.Act.Fís.Esp.	Psicologia	BÀSICA
1331 - Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (Ont)	Psicologia	BÀSICA

**COORDINACIÓ**

ALVAREZ SOLVES JOSE OCTAVIO

CASTILLO FERNANDEZ ISABEL MARIA

**RESUM**

L'assignatura "Psicologia Social de l'Activitat Física i l'Esport" de caràcter bàsic, s'ocupa de l'estudi científic dels fenòmens socials de l'esport des d'una perspectiva psicosocial, especialment de les interaccions socials que es produeixen en el context de l'activitat física i de l'esport. Així mateix, estudia els factors psicosocials que influeixen en la participació esportiva i els efectes que aquesta participació tenen en el rendiment i el benestar.

Amb aquesta assignatura es pretén que l'alumnat:

1. Es familiaritze amb la literatura existent en la psicologia social de l'activitat física i l'esport.



2. Adquirisca una panoràmica teoricopràctica sobre el tema.
3. Conega els principals determinants del rendiment esportiu i aprenga a identificar els principals processos psicosocials bàsics que influeixen en aquest rendiment i en el benestar dels practicants d'activitats físicoesportives.
4. Aprenga a analitzar les relacions intergrupals i els seus efectes sobre el rendiment tant individual com grupal.
5. Conega les principals teories del lideratge en l'esport amb èmfasi en el paper de l'entrenador com a líder.
6. S'introduïska en les línies d'investigació de la Psicologia Social de l'Activitat Física i l'Esport.

## CONEXEMENTS PREVIS

### RELACIÓ AMB ALTRES ASSIGNATURES DE LA MATEIXA TITULACIÓ

No s'ha especificat restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

### ALTRES TIPUS DE REQUISITS

No hi ha recomanacions ni requisits previs per a cursar aquesta assignatura

## COMPETÈNCIES / RESULTATS D' APRENENTATGE

### 1312 - Grau CC.Act.Fís.Esp.

Adquirir la formació científica bàsica aplicada a l'activitat física i a l'esport en les seues diferents manifestacions

Aplicar els drets fonamentals i d'igualtat d'oportunitats entre homes i dones, els principis d'igualtat d'oportunitats i accessibilitat universal de les persones amb discapacitat, de solidaritat i de protecció mediambiental, i els valors propis d'una cultura de la pau i de valors democràtics

Aplicar els principis fisiològics, biomecànics, comportamentals i socials als diferents camps de l'activitat física i l'esport

Aplicar els principis psicològics als diferents camps de l'activitat física i l'esport

Comprendre la literatura científica de l'àmbit de l'activitat física i l'esport en llengua anglesa i en altres llengües de presència significativa en l'àmbit científic

Conèixer els principis psicosocials del funcionament dels esportistes i dels grups esportius

Conèixer i comprendre els efectes de la pràctica de l'exercici físic sobre els aspectes psicològics i socials de l'ésser humà



Conèixer i comprendre els factors comportamentals i socials que condicionen la pràctica de l'activitat física i l'esport

Conèixer i comprendre els fonaments epistemològics i històrics i educatius de l'activitat física i l'esport

Conèixer les funcions, les característiques i les limitacions dels diferents models teòrics de la psicologia social de l'activitat física i l'esport

Conèixer les habilitats i les competències psicològiques dels esportistes i practicants d'exercici físic

Conèixer les lleis bàsiques dels diferents processos psicològics que regulen el comportament humà

Desenvolupar hàbits d'excel·lència i qualitat per a l'exercici professional

Desenvolupar la capacitat per treballar en equip i col·laborar eficaçment amb altres persones

Desenvolupar recursos per a l'adaptació a noves situacions i a la resolució de problemes, i per a l'aprenentatge autònom i la creativitat

Promoure i avaluar la formació d'hàbits perdurables i autònoms de pràctica de l'activitat física i l'esport

Saber analitzar el context esportiu en què es desenvolupen les conductes dels esportistes i els processos grupals

Saber descriure i avaluar els processos d'interacció, la dinàmica dels grups i l'estructura grupal i intergrupals

Saber seleccionar i administrar els instruments que permeten obtenir dades rellevants per avaluar els contextos esportius

Seleccionar i saber utilitzar el material i equipament esportiu adequat per a cada tipus d'activitat i població

Ser capaç d'identificar els problemes més rellevants plantejats segons les necessitats grupals i intergrupals

### 1331 - Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (Ont)

Adquirir la formació científica bàsica aplicada a l'activitat física i a l'esport en les seues diferents manifestacions

Aplicar els drets fonamentals i d'igualtat d'oportunitats entre homes i dones, els principis d'igualtat d'oportunitats i accessibilitat universal de les persones amb discapacitat, de solidaritat i de protecció mediambiental, i els valors propis d'una cultura de la pau i de valors democràtics

Aplicar els principis fisiològics, biomecànics, comportamentals i socials als diferents camps de l'activitat física i l'esport

Aplicar els principis psicològics als diferents camps de l'activitat física i l'esport

Comprendre la literatura científica de l'àmbit de l'activitat física i l'esport en llengua anglesa i en altres llengües de presència significativa en l'àmbit científic



Conèixer els principis psicosocials del funcionament dels esportistes i dels grups esportius

Conèixer i comprendre els efectes de la pràctica de l'exercici físic sobre els aspectes psicològics i socials de l'ésser humà

Conèixer i comprendre els factors comportamentals i socials que condicionen la pràctica de l'activitat física i l'esport

Conèixer i comprendre els fonaments epistemològics i històrics i educatius de l'activitat física i l'esport

Conèixer les funcions, les característiques i les limitacions dels diferents models teòrics de la psicologia social de l'activitat física i l'esport

Conèixer les habilitats i les competències psicològiques dels esportistes i practicants d'exercici físic

Conèixer les lleis bàsiques dels diferents processos psicològics que regulen el comportament humà

Desenvolupar hàbits d'excel·lència i qualitat per a l'exercici professional

Desenvolupar la capacitat per treballar en equip i col·laborar eficaçment amb altres persones

Desenvolupar recursos per a l'adaptació a noves situacions i a la resolució de problemes, i per a l'aprenentatge autònom i la creativitat

Promoure i avaluar la formació d'hàbits perdurables i autònoms de pràctica de l'activitat física i l'esport

Saber analitzar el context esportiu en què es desenvolupen les conductes dels esportistes i els processos grupals

Saber descriure i avaluar els processos d'interacció, la dinàmica dels grups i l'estructura grupal i intergrupals

Saber seleccionar i administrar els instruments que permeten obtenir dades rellevants per avaluar els contextos esportius

Seleccionar i saber utilitzar el material i equipament esportiu adequat per a cada tipus d'activitat i població

Ser capaç d'identificar els problemes més rellevants plantejats segons les necessitats grupals i intergrupals

## DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

### 1. Tema 1: Introducció a la Psicologia Social de l'Activitat Física i l'Esport

1. Concepte: la psicologia social de l'activitat física i l'esport
2. Principals àmbits d'actuació de la psicologia social de l'activitat física i l'esport



## 2. Tema 2: Participació esportiva i agents de socialització esportiva

1. Participació esportiva
2. Processos de socialització esportiva
3. Els estereotips de gènere

## 3. Tema 3: El grup esportiu i productivitat grupal

1. Concepte de grup y d'equip
2. L'estructura del grup
3. Determinants de la productivitat grupal
4. La despreocupació social

## 4. Tema 4: La motivació en l'activitat física, l'esport i l'exercici físic

1. Concepte de motivació
2. Motius de pràctica i no pràctica en l'activitat física-esportiva
3. La teoria de metes d'assoliment
4. La teoria de l'autodeterminació
5. Climes empowering i climes disempowering
6. Programes d'intervenció per al desenvolupament dels contextos motivacionals positius

## 5. Tema 5: Lideratge en l'activitat física i l'esport

1. Concepte de lideratge
2. El model mediacional de lideratge en l'esport
3. El modelo multidimensional de liderazgo en l'esport
4. La teoria de lideratge transformacional en l'esport i l'exercici físic

## 6. Tema 6: La cohesió en l'activitat física, l'esport i l'exercici físic

1. Concepte de cohesió
2. Avaluació de la cohesió
3. La cohesió en l'esport. Factors que interaccionen amb la cohesió
4. Cohesió i rendiment
5. La cohesió en el context de l'exercici. Factors que interaccionen amb la cohesió
6. Estratègies d'intervenció sobre la cohesió: Team building

## 7. Tema 7: L'atribució en l'esport i l'exercici físic

1. Concepte d'atribució en l'esport i l'exercici físic



2. Principals teories sobre l'atribució
3. Biaixos atribucionals
4. Avaluació de les atribucions
5. Conseqüències afectives de les atribucions
6. Reentrenament atribucional

## 8. Tema 8: L'autoconfiança i l'autoeficàcia en l'esport i l'exercici físic

1. Concepte d'autoconfiança.
2. Beneficis de l'autoconfiança.
3. Model conceptual de la confiança en l'esport.
4. Avaluació de l'autoconfiança en l'esport.
5. Concepte d'autoeficàcia.
6. Fonts d'informació de l'autoeficàcia.
7. Avaluació de l'autoeficàcia.
8. Maneres de millorar l'autoconfiança i l'autoeficàcia

## 9. Tema 9: L'agressió i violència en l'esport

1. Concepte d'agressió i violència en l'esport
2. Principals teories sobre l'agressió en l'esport
3. El fenomen dels grups violents a l'esport
4. Iniciatives i recomanacions per lluitar contra la agressió i la violència a l'esport
5. Programes d'intervenció per la prevenció de la violència a l'esport

## VOLUM DE TREBALL (HORES)

### ACTIVITATS PRESENCIALS

Activitat	Hores
Teoria	45,00
Pràctiques a l'aula	15,00
<b>Total hores</b>	<b>60,00</b>

### ACTIVITATS NO PRESENCIALS

Activitat	Hores
Assistència a altres activitats	0,00
Elaboració de treballs individuals o en grup	30,00
Estudi i treball autònom	5,00
Preparació de classes	15,00
Preparació d'activitats d'avaluació	20,00
Resolució de casos pràctics	20,00
<b>Total hores</b>	<b>90,00</b>

## METODOLOGIA DOCENT



Les activitats presencials tenen una duració de 60 hores: 45 hores de classes teòriques i 15 hores de sessions d'activitats auto-formatives (exercicis en grup a l'aula, discussió col·lectiva de resultats).

La metodologia docent utilitzada en el desenvolupament d'aquesta assignatura inclourà els següents mètodes:

- Exposicions tècniques per part del professorat: presentació i anàlisi a l'aula dels conceptes i teories clau de l'Àrea Social de l'Activitat Física i l'Esport, mitjançant lliçó magistral i desenvolupament de dinàmiques a l'aula.
- Pràctiques i activitats realitzades per l'estudiantat a l'aula.
- Tutories presencials i/o virtuals a través de TIC.
- Treball autònom de l'estudiantat fora de l'aula, elaborant pràctiques individuals i en grup.
- Presentacions dels treballs pràctics realitzats pels i les estudiants.

Les pràctiques i activitats a desenvolupar (el seu contingut, manera de realització i data de lliurament o exposició) comunicades presencialment en classe com a través de l'aula virtual.

Per a un correcte desenvolupament de les classes presencials, i per a garantir les millors condicions de continuïtat, es detallen les següents pautes de comportament en classe i les interaccions o comunicacions amb el professorat de l'assignatura:

1. En tot moment el respecte i l'educació han de ser la base en les relacions que es desenvolupen entre l'estudiantat i el professorat.
2. Cal entrar a l'aula amb puntualitat i romandre en ella durant el desenvolupament complet de les sessions de classe.
3. El professorat té establert l'horari setmanal d'atenció a estudiants, que és públic i accessible en la web dels departaments respectius.
4. El correu electrònic, si el professorat té tutoria electrònica, pot constituir una eina de comunicació entre l'estudiantat i el professorat. Per a fer un bon ús:
  - S'ha d'utilitzar exclusivament el compte de correu de la Universitat (@alumni.uv.es).
  - Els remitents han d'identificar-se per complet (nom, assignatura i grup).



- Prèviament, s'ha de comprovar que la informació requerida no està en la web o en aula virtual.
  - La consulta o informació requerida ha de ser ajustada a les possibilitats de la comunicació escrita.
  - Abans d'insistir, fa falta comprovar que ha passat el temps raonable perquè un correu electrònic enviat s'haja pogut rebre (mínim de 48 hores laborables).
  - Es prega NO ENVIAR CAP TREBALL PER EMAIL, tan sols s'admetrà en cas de ser específicament demanat pel professorat. En cas de recepció d'un treball adjunt no demanat, es donarà per no rebut.
  - 5. Una atenció adequada a l'aula requereix no usar telèfons mòbils llevat que el professorat el demane per a alguna activitat. Els mòbils han d'estar apagats o en manera avió, fora de la taula.
  - 6. Els ordinadors i tauletes s'han d'utilitzar únicament per al desenvolupament de la docència de la matèria, en cas que el professorat podria sol·licitar que no s'usaren si així ho aconsella la metodologia docent que proposen.
  - 7. L'enregistrament de les sessions de classe NO està permesa. Només en circumstàncies excepcionals, amb l'autorització expressa de professorat i companys, es podrà realitzar l'enregistrament d'una sessió lectiva.
  - 8. S'ha de contribuir a l'adequat manteniment de tots els recursos docents, cuidant el mobiliari de l'aula, procurant sempre en tot moment les condicions de neteja, vetllar pel correcte ús dels materials audiovisuals (ordenadors, projectors, etc.) i qualsevol tipus de material (llibres, proves d'avaluació, programes d'intervenció...) que s'utilitzen en classe.
  - 9. Cal guardar silenci en classe llevat que es desenvolupen activitats de treball en grup, debat, etc. a proposta del professorat.
  - 10. Conèixer i complir els deures establits a l'article 13 del Reial decret 1791/2010, de 30 de desembre, pel qual s'aprova l'Estatut de l'Estudiant Universitari (<https://www.boe.es/boe/dias/2010/12/31/pdfs/boe-a-2010-20147.pdf>).
- El professorat pot aplicar les mesures que considere oportunes i proporcionades per a salvaguardar el bon funcionament i convivència a l'aula.

e oportunes i proporcionades per a salvaguardar el bon funcionament i convivència a l'aula.e>

## AVALUACIÓ

L'avaluació sumativa es portarà a terme al final del procés d'ensenyament-aprenentatge, considerant els següents aspectes:

- la presentació i defensa del treballs teòrics o teòric-pràctics



- la realització d'una prova escrita sobre els coneixements teòrics bàsics de l'assignatura
- el nivell de participació e implicació personal de l'alumnat, tant en les activitats d'aula com en aquelles que es realitzen fora d'ella.

Amb la següent ponderació:

- Nota de la prova objectiva dels continguts teòrics: 70%
- Nota de les tasques obligatòries dels continguts pràctics: 30%

La nota de cada pràctica serà ponderada en funció de la quantitat d'hores de treball i complexitat de cada pràctica.

Per a poder superar l'assignatura, el/la alumne haurà d'assolir, al menys, un 3.5 sobre 7 en l'examen teòric i un 1.5 sobre 3 en les pràctiques.

El professorat podrà suggerir activitats voluntàries que podran ser tingudes en compte per pujar nota. En qualsevol de les activitats, tant les obligatòries com les voluntàries, **UN TREBALL QUE DENOTE PLAGI O REALITZACIÓ AMB SISTEMES D'INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL (e.g., chatGPT o similars) SIGNIFICARÀ EL SUSPENS AUTOMÀTIC EN LA CONVOCATÒRIA ON ES PRODUÏSCA, independentment que la resta de treballs i examen estiguen aprovats.**

## BIBLIOGRAFIA

### Referències bàsiques

- Castillo, I., y Álvarez, O. (2023). *Psicología Social de la actividad física, el deporte y el ejercicio*. McGraw-Hill.
- Raimundi, M. J. (2025). *Psicología del deporte: Caja de herramientas para la evaluación y la intervención*. Paidós.

### Referències complementàries

- 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.
- Castillo, I., Adell, F. L., y Álvarez, O. (2018). Relationships between personal values and leadership behaviours in basketball coaches. *Frontiers in psychology*, 9, 1661. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01661>
- Castillo, I., Molina-García, J., Estevan, I., Queralt, A., Álvarez, O. (2020). Transformational teaching in physical education and students' leisure-time physical activity: the mediating role of learning climate, passion and self-determined motivation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 4844. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134844>



- Estevan, I., Álvarez, O., y Castillo, I. (2015). Autoeficacia percibida y rendimiento técnico-táctico en taekwondistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 51-64.
- Knight, C. J., y Newport, R. A. (2018). Understanding and working with parents of young athletes. En C. J. Knight, C. G. Harwood, y D. Gould (Eds.), *Sport Psychology for young athletes* (pp. 303-314). Routledge.
- Weinberg, R. S., y Gould, D. (2007). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico* 4ª edición. Madrid: Editorial médica panamericana S.A.