Universidad Rey Juan Carlos

GUÍA DOCENTE

COMUNICACION Y PSICOLOGIA EN EL DEPORTE

GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE (3º y 4º curso)

CURSO 2026-27

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.

Fecha de publicación: 07-07-2026

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.

I.-Identificación de la Asignatura	
Tipo	FORMACIÓN BÁSICA
Período de impartición	1 curso, 2Q semestre
Nº de créditos	6
Idioma en el que se imparte	Castellano

II.-Presentación

La asignatura tiene como principales objetivos adquirir los conocimientos teóricos y aplicados básicos acerca de los procesos psicológicos y psicosociales que intervienen en la comunicación y el comportamiento humanos en la actividad física y el deporte. En concreto, los contenidos de la asignatura se estructuran en diez temas, dedicados fundamentalmente al estudio de los procesos psicológicos básicos, las principales variables individuales implicadas en la actividad deportiva, el rendimiento, el papel de las habilidades sociales y la comunicación en el deporte, las dinámicas grupales en los deportes de equipo (cooperación y competición, cohesión, coordinación) y el contexto social en el deporte (ambiente y conductas agresivas y violentas).

Con ello se pretende ofrecer una perspectiva general acerca de los procesos cognitivos, emocionales y conductales básicos implicados en la actividad física y el deporte, de las dinámicas y los procesos grupales y de los factores sociales y ambientales que contextualizan la práctica de la actividad física y el deporte.

Los contenidos teóricos de cada tema se acompañarán de los correspondientes ejercicios y casos prácticos, de modo que puedan integrarse los elementos conceptuales y teóricos con su aplicación específica en cada ámbito.

ATENCIÓN: EL FUNCIONAMIENTO DE LA ASIGNATURA PATA LOS ESTUDIANTES QUE LA CURSEN EN EL CAMPUS DE ALCORCÓN (el campus dónde se imparta la asignatura al 25%) SERÁ EL SIGUIENTE: se van a establecer una hora de tutoría semanal donde se trabajaran contenidos teoricos y prácticos. Así mismo, estos estudiantes podrán asistir en remoto a las clases y prácticas del grupo presencial que se imparte en el campus de Fuenlabrada.

III.-Resultados de Aprendizaje

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.

CG1. Adquirir y comprender los conocimientos necesarios de las distintas áreas de estudio que conforman el título para desarrollar su vida laboral como profesional de las Ciencias del Deporte.
CG2. Ser capaz de recoger e interpretar datos relevantes de las distintas áreas de estudio de las Ciencias del Deporte y de emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica y ética.
CG3. Demostrar capacidad de análisis y síntesis del conocimiento adquirido, siendo capaz de elaborar ideas propias y aplicarlas con rigor científico.
CG5. Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa.
CG8. Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo, en la dirección de grupos humanos que practiquen actividad física y deporte.
CG9. Desarrollar la capacidad de adaptación a nuevas situaciones, promoviendo la innovación y creatividad para la solución de los problemas profesionales.
CE4. Conocer y comprender los factores psicológicos y sociales que condicionan la práctica de la Actividad Física y el Deporte
CE7. Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.
CE14. Aplicar las técnicas de medición de las variables cognitivas y emocionales en la práctica del deporte.

- Leyenda para las titulaciones no adaptadas al RD 822/21: **CB** - competencias básicas, **CG** - competencias generales, **CE** - competencias específicas, **CT** - competencias transversales.
- Leyenda para las titulaciones adaptadas al RD 822/21: **CON** - conocimientos, **COM** - competencias, **HAB** - habilidades.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.

IV.-Contenido

IV.A.-Temario de la asignatura

Tema 1. Introducción: la psicología en la actividad física y el deporte.
Tema 2. Procesos psicológicos básicos y habilidades psicológicas básicas: percepción, atención, aprendizaje, concentración y visualización.
Tema 3. La personalidad en el deporte.
Tema 4. Variables relacionadas con el rendimiento en el deporte: motivación, activación, establecimiento de metas, ansiedad y estrés.
Tema 5. Análisis funcional y modificación de conducta en la actividad física y el deporte.
Tema 6. Las habilidades sociales y la comunicación en el deporte.
Tema 7. Dinámicas grupales en los deportes de equipo: cooperación y competición, cohesión, coordinación.
Tema 8. Liderazgo en los equipos deportivos.
Tema 9. Contexto social del deporte: presión ambiental y conductas agresivas y violentas.
Tema 10: Salud y bienestar en el deporte: prevención de lesiones, sobreentrenamiento, burnout, adicción y vigorexia.

IV.B.-Actividades formativas

Tipo	Descripción
Lecturas	Lecturas para complementar contenidos del aula
Prácticas	Resolución de trabajos individuales
Prácticas	Resolución de trabajos en grupo

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.

V.-Tiempo de trabajo del alumnado (30h grado y 25h máster)	
Clases teóricas	40
Clases de resolución de ejercicios, problemas, casos, etc.	15
Prácticas en laboratorios experimentales, tecnológicos, clínicos, campo, etc.	0
Realización de pruebas	5
Tutorías académicas	30
Actividades relacionadas: jornadas, seminarios, etc.	18
Preparación de clases teóricas	40
Preparación de prácticas/ejercicios/casos	15
Preparación de pruebas	17
Total de horas de trabajo del alumnado	180

VI.-Metodología y plan de trabajo

Tipo	Periodo	Contenido
Prácticas	Semana 1 a Semana 15	Resolución de problemas u otras actividades prácticas en el aula. Se aplicara ABP y aprendizaje colaborativo y cooperativo.
Clases Teóricas	Semana 1 a Semana 15	Trabajo no presencial del alumno: Realización de búsquedas bibliográficas, realización de trabajos, lecturas recomendadas.
Clases Teóricas	Semana 1 a Semana 1	Se aplicará en las prácticas de la asignatura
Clases Teóricas	Semana 1 a Semana 1	Se aplicará en las prácticas de la asignatura
Clases Teóricas	Semana 1 a Semana 1	Se aplicará en las clases teóricas
Trabajos colectivos	Semana 1 a Semana 15	Elaboración de portafolios, informes o carpetas de aprendizaje. Se realizará un video-documental y se aplicara ABP y aprendizaje colaborativo y cooperativo.
Clases Teóricas	Semana 1 a Semana 15	Clases magistrales. Exposiciones orales.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.

VII.-Método de evaluación

El modelo de evaluación general es la evaluación continua, tal como establece el Reglamento de evaluación de los resultados de aprendizaje de la Universidad Rey Juan Carlos.
Deberán utilizarse todos los sistemas de evaluación establecidos para la asignatura en la memoria de la titulación, excepto aquellos que tuviesen una ponderación mínima del 0%, que podrán utilizarse en los cursos académicos en los que el profesorado lo considere oportuno. Cada uno de los sistemas de evaluación podrá ser aplicado mediante una o más actividades de evaluación, coherentes con ese sistema. Ninguna de las actividades de evaluación podrá superar individualmente el 60% de la calificación global de la asignatura.
La suma de las actividades de evaluación no revaluables no podrá superar el 40% de la calificación global de la asignatura y, en general, no deberían tener nota mínima (salvo en el caso de actividades de carácter práctico en las que, estrictamente, no pudieran reproducirse en la convocatoria extraordinaria las condiciones de evaluación de la convocatoria ordinaria).
El alumnado que no consiga superar la asignatura en la convocatoria ordinaria, o no se hayan presentado, podrán presentarse a la convocatoria extraordinaria únicamente a las actividades de evaluación revaluables no superadas.
El uso de herramientas basadas en inteligencia artificial está prohibido en cualquier ejercicio y prueba de evaluación de la asignatura salvo que el profesor lo indique de forma explícita en el enunciado o en el material de esta. En caso de que esté permitido, se darán indicaciones precisas de qué usos están permitidos y cuáles no.
La distribución y características de las actividades de evaluación son las que se describen a continuación.

VII.A.- Descripción de las actividades de evaluación y su ponderación

Evaluación ordinaria continua: La distribución y características de las pruebas de evaluación son las que se describen a continuación. Solo en casos excepcionales y especialmente motivados, el profesor podrá incorporar adaptaciones en la Guía. Dichos cambios requerirán, previa consulta al Responsable de la Asignatura, la autorización previa y expresa del Coordinador de Grado, quien notificará al Vicerrectorado con competencias en materia de Ordenación Académica la modificación realizada. En todo caso, las modificaciones que se propongan deberán atender a lo establecido en la memoria verificada. Para que tales cambios sean efectivos, deberán ser debidamente comunicados a comienzo de curso a los estudiantes a través del Aula Virtual. La suma de las actividades no reevaluables no podrá superar el 50% de la nota de la asignatura y, en general, no podrán tener nota mínima (salvo en el caso de las prácticas de laboratorio o prácticas clínicas, cuando esté debidamente justificado), evitando incorporar pruebas que superen el 60% de la ponderación de la asignatura. Evaluación extraordinaria: Los estudiantes que no consigan superar la evaluación ordinaria, o no se hayan presentado, serán objeto de la realización de una evaluación extraordinaria para verificar la adquisición de las competencias establecidas en la guía, únicamente de las actividades de evaluación revaluables. La asignatura se superará obteniendo una nota de 5 o superior como resultado final de la asignatura. Dicho sistema de evaluación de la asignatura constará de cuatro apartados que se muestran a continuación: •Prueba examen tipo test I: 30% (revaluable) •Prueba examen tipo test II: 30% (revaluable) •Trabajo práctico (ABP): 30% (revaluable) •Evaluación continua y prácticas a traves del aula: 10% (no revaluable) La nota final se calculará a partir de la media ponderada de las puntuaciones obtenidas en cada uno de los cuatro apartados. Únicamente se realizará esta media ponderada una vez que en los tres primeros apartado se obtenga una nota de 5 o superior. La reevaluación de la asignatura se realizará en el periodo extraordinario de junio.

VII.B.- Evaluación del alumnado con dispensa académica de asistencia a clase

La concesión de Dispensa Académica de Asistencia a Clase (DAAC) no implica que se quede automáticamente eximido de participar en las actividades de evaluación continua ni en las actividades formativas presenciales de asistencia obligatoria establecidas en la guía docente. Una vez concedida la dispensa, el alumnado deberá contactar con el docente, que podría proponerle las adaptaciones que considere convenientes, siempre que garanticen la adquisición y adecuada evaluación de los resultados de aprendizaje previstos. El alumnado deberá mantener a lo largo de curso una comunicación fluida con el docente para que este le proporcione información sobre las fechas en que se realizarán esas actividades formativas y de evaluación, en caso de que su programación no estuviese ya fijada y a disposición del alumnado en el momento de la concesión de la dispensa.
Asignatura con posibilidad de dispensa: No

VII.C.- Revisión y reclamación de las actividades de evaluación

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.

Se realizará conforme al Reglamento de evaluación de los resultados de aprendizaje de la Universidad Rey Juan Carlos.

VII.D.- Alumnado con discapacidad o necesidades educativas especiales

Con el fin de garantizar la igualdad de oportunidades, la no discriminación, la accesibilidad universal y la mayor garantía de éxito académico, las adaptaciones curriculares para alumnado con discapacidad o con necesidades educativas especiales serán pautadas por la Unidad de Atención a Personas con Discapacidad, de acuerdo con la normativa que regula el servicio de Atención a Estudiantes con Discapacidad, aprobada por Consejo de Gobierno de la Universidad Rey Juan Carlos.
Para que esas adaptaciones puedan realizarse, será requisito la emisión de un informe de adaptaciones curriculares por parte de dicha Unidad, por lo que el alumnado con discapacidad o necesidades educativas especiales deberán contactar con este servicio para analizar conjuntamente las distintas opciones.

VII.E.- Conducta académica, integridad y honestidad académica

La Universidad Rey Juan Carlos está plenamente comprometida con los más altos estándares de integridad y honestidad académica, por lo que estudiar en la URJC supone asumir y suscribir los valores de integridad y la honestidad académica recogidos en el Código Ético de la Universidad.

Para acompañar este proceso, la Universidad dispone de la Normativa de Convivencia de la Universidad Rey Juan Carlos y de diferentes herramientas (antiplagio, supervisión) que ofrecen una garantía colectiva para el completo desarrollo de estos valores esenciales.

Las herramientas basadas en inteligencia artificial pueden mejorar la experiencia de aprendizaje, pero debe utilizarse de forma ética, legal, honesta y transparente. Por este motivo, deben seguirse las recomendaciones de uso adecuado indicadas por los docentes de la asignatura.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.

VIII.-Recursos y materiales didácticos
Bibliografía básica
-Buceta, J.M. (1998). Psicología del entrenamiento deportivo. Madrid: Dykinson. -Buceta, J.M. (2004). Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes. Madrid: Dykinson. -Carascosa, J. (2003). ¿Dirigir o liderar?: Claves para la cohesión del grupo. Madrid: Gymnos. -García-Naviera, A. (2014). Liderazgo y coaching deportivo. España: Síntesis. -León Zarceño, E.M. & Garces de los Fayos, E.J. (2024). Fundamentos de Psicología del Deporte. España: Panamericana -Mercade, O. (2016). Entrenador líder. Psicología deportiva para la gestión de equipos de éxito. España: Murillo Saif -Tamorri, S. (2004). Neurociencias y deporte: Psicología deportiva, procesos mentales del atleta. Barcelona: Paidotribo -Weinberg, R.S. & Gould, D. (2010). Fundamentos de Psicología del deporte y del ejercicio físico. (4ª ed). Madrid: Panamericana.
Bibliografía complementaria

IX.-Profesorado	
Nombre y apellidos	JESÚS DAVID ZARZA MOTA
Correo electrónico	jesusdavid.zarza@urjc.es
Departamento	Psicología
Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Profesor/a Asociado/a
Responsable de asignatura	No
Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	0
Nº de Sexenios	0
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	0
Nombre y apellidos	PATRICIA CATALÁ MESÓN
Correo electrónico	patricia.catala@urjc.es
Departamento	Psicología
Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Titular de Universidad
Titulación académica	Doctor
Responsable de asignatura	Si

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.

Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	1
Nº de Sexenios	1
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	2

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 13/11/2026 18:15 | Hash: 5bdb7d35e26e1f26e9ca31bbe11bbe0a.