



### PROGRAMA DE DISCIPLINA

<b>DISCIPLINA:</b> EF 632 – ESTUDOS PSICOLÓGICOS DO ESPORTE
<b>PROFESSOR RESPONSÁVEL:</b> Professora Paula Teixeira Fernandes
<b>EMENTA:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aspectos psicológicos da prática esportiva</li><li>• Pesquisa em Psicologia aplicada à iniciação e treinamento esportivo</li></ul>
<b>OBJETIVOS:</b> Desenvolver temas pertinentes e atuais a respeito da Psicologia aplicada ao treinamento esportivo.
<b>PROGRAMA:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Apresentação da Psicologia do Esporte</li><li>• Iniciação Esportiva e Transição na Carreira Esportiva</li><li>• Motivação</li><li>• Neurociências e Esporte</li><li>• Liderança, coesão, grupos, comunicação</li><li>• Relação treinador-atleta</li><li>• Stress e ansiedade</li><li>• Avaliação psicológica no esporte</li><li>• Benefícios psicológicos da prática esportiva</li><li>• Burnout</li><li>• Treinamento de habilidades psicológicas</li><li>• Psicologia aplicada às lesões esportivas</li></ul>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:</b> <b>Referências básicas:</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. WEINBERG, R.S. &amp; GOULD, D. Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício. Editora Artmed, Porto Alegre, 2008.</li><li>2. SAMULSKI, D. Psicologia do Esporte. Editora Manole, Barueri, 2009.</li><li>3. Rubio, K. Psicologia do Esporte Aplicada. Casa do Psicólogo, 2010</li></ol> <b>Referências Complementares:</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. ANGELO, L.F. &amp; RUBIO, K. Instrumentos de Avaliação em Psicologia do Esporte. Casa do Psicólogo, São Paulo, 2007</li><li>2. BURITI, M.A. Psicologia do Esporte. Editora Alínea, Campinas, 2009</li><li>3. RUBIO, K. Joaquim Cruz: Estratégias de preparação psicológica: da prática à teoria. Casa do Psicólogo, São Paulo, 2008</li><li>4. RUBIO, K. Psicologia do Esporte: interfaces da pesquisa. Casa do Psicólogo, São Paulo, 2007</li><li>5. RUBIO, K. Psicologia do Esporte: teoria e prática. Casa do Psicólogo, 2010</li></ol>
<b>CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Avaliação individual final: prova individual realizada no final do semestre abordando todo o conteúdo ministrado. Valor máximo: 5,0 pontos.</li><li>• Apresentação “criativa” em grupos de temas escolhidos já no primeiro dia de aula. Valor máximo: 4,0 pontos.</li><li>• Avaliação contínua no decorrer das aulas: participações em classe nas atividades propostas, atividades individuais não marcadas, discussões em grupos não marcadas. Valor máximo: 1,0 ponto.</li><li>• Total geral: 10 pontos. A média final será a soma dos conceitos obtidos nestas atividades.</li></ul>