

PROGRAMA DE DISCIPLINA

DISCIPLINA: EF842 PSICOLOGIA DO ESPORTE					
PROFESSOR RESPONSÁVEL: PAULA TEIXEIRA FERNANDES					
HORAS SEMANAIS:					
Teóricas	Práticas	Laboratório	Orientação	Distância	
45	15	0	0	0	
Estudo em Casa	Sala de Aula	Prática de Extensão	Orientação de Extensão		
0	0	0	0		
Nº semanas	Carga horária total	Créditos	Exame	Frequência	Aprovação
15	60	4	SIM	>=75%	SIM
EMENTA: Estudo dos aspectos psicológicos da prática esportiva e da pesquisa em Psicologia aplicada ao treinamento esportivo e à prática de exercícios físicos. Estabelecimento de relações entre a ciência e a prática.					
OBJETIVOS:					
<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver temas atuais a respeito da Psicologia aplicada à prática de exercícios físicos e ao treinamento esportivo; • Oferecer aos alunos do Bacharelado uma visão ampla da Psicologia do Esporte e do Exercício, capacitando-os a identificar, de maneira ativa e protagonista, os principais aspectos e as principais habilidades psicológicas no contexto esportivo, permitindo sua aplicação na sua prática profissional; • Oportunizar a compreensão da Psicologia do Esporte e do Exercício, capacitando os estudantes para aplicar os conhecimentos em suas áreas de atuação. 					

PROGRAMA:

1. Psicologia do Esporte: introdução e atualização;
2. Iniciação esportiva e Transição na carreira esportiva;
3. Stress e ansiedade;
4. Avaliação e Pesquisa Psicológica no Esporte;
5. Pesquisa Psicológica no Esporte;
6. Liderança, coesão, grupos-equipe, comunicação;
7. Relação treinador atleta;
8. Motivação;
9. Saúde mental no esporte;
10. Psicologia aplicada às lesões esportivas;
11. Psicologia no Esporte adaptado;
12. Transtornos alimentares no esporte;
13. Burnout;
14. Treinamento de habilidades psicológicas.

BIBLIOGRAFIA BÁSICA:

SAMULSKI, D. Psicologia do Esporte. Editora Manole, Barueri, 2009.
WEINBERG, R. S.; GOULD, D. Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício. Editora Artmed, Porto Alegre, 2017.
VIEIRA, L. F. et al. Psicologia do esporte: uma área emergente da psicologia. Psicologia em estudo, v. 15, nº2, p. 391-399, 2010.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR:

ANGELO, L. F.; RUBIO, K. Instrumentos de Avaliação em Psicologia do Esporte. Casa do Psicólogo, São Paulo, 2007.
BURITI, M. A. Psicologia do Esporte. Editora Alínea, Campinas, 2009.
FERNANDES, P. T. (org.) Interdisciplinaridade na Psicologia do Esporte. CRV Editora, Curitiba, 2019, 349p.
PEIXOTO, Evandro Moraes; DE CASSIA NAKANO, Tatiana. Psicologia do esporte e desenvolvimento humano. Editora Viseu LTDA-ME, 2019.
RUBIO, K. Psicologia do Esporte: teoria e prática. Casa do Psicólogo, 2010.
RUBIO, Kátia. Da psicologia do esporte que temos à psicologia do esporte que queremos. Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, v. 1, nº1, 2018.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- Avaliação individual final: prova dissertativa realizada no final do semestre abordando todo o conteúdo ministrado. Valor máximo: 6,0 pontos.
- Apresentação e debate dos textos. Valor máximo: 2,0 pontos.
- Avaliação contínua no decorrer das aulas através das participações em classe nas atividades propostas, das atividades individuais não marcadas, das discussões em grupos não marcadas. Valor máximo: 2,0 pontos.
- Total geral: 10 pontos. A média final será a soma dos conceitos obtidos nestas atividades.