

Informe del trabajo de prácticas de la asignatura:

**PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y DEL DEPORTE**

Profesor: FERNANDO GIMENO MARCO

TÍTULO DEL TRABAJO:

< INDICA AQUÍ EL TÍTULO QUE LE PONDRÍAS A TU TRABAJO DE PRÁCTICAS TENIENDO EN CUENTA LOS OBJETIVOS Y EL CONTENIDO FINAL DEL MISMO >

NOMBRE Y APELLIDOS:

< INDICA AQUÍ TU NOMBRE Y TUS DOS APELLIDOS >

ÍNDICE

página

I. INTRODUCCIÓN

II. OBJETIVOS Y PLANTEAMIENTO GENERAL DEL TRABAJO

III. PROCESO DE EVALUACIÓN CONDUCTUAL GRUPAL

III.1. Características de la evaluación

III.2. Encuesta de preguntas abiertas

III.3. Encuesta de preguntas cerradas

III.4. Resultados

III.3. Discusión

IV. PROCESO DE EVALUACIÓN CONDUCTUAL INDIVIDUAL

IV.1. Entrevista de evaluación

IV.2. Análisis funcional de la conducta

IV.3. Planteamiento de hipótesis de trabajo

IV.3. Resumen de las hipótesis de trabajo y propuestas de un plan de entrenamiento psicológico para la siguiente temporada deportiva o curso académico.

V. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN FINAL

ANEXO 1. AGENDA DEL TRABAJO REALIZADO

ANEXO 2. INFORME PARA EL RESPONSABLE - GRUPO DE PARTICIPANTES - Y/O PERSONA OBJETO DE LA EVALUACIÓN CONDUCTUAL INDIVIDUAL

I. INTRODUCCIÓN

NOTA: En este capítulo debe aparecer:

1. Un breve resumen y justificación del contenido del informe en su conjunto.
2. La razón por la que se ha elegido este grupo de personas en concreto para realizar el trabajo.
3. La descripción del proceso inicial de contacto y del acuerdo de colaboración con ellos/as, ...
4. El nombre y datos de contacto (tf., e-mail, institución o centro, dirección postal, ...) del responsable del grupo de personas con las que se ha hecho el trabajo.

Es importante cumplimentar desde el principio la “agenda del trabajo realizado” (anexo 1), donde deben de aparecer detalladas cada una de las tareas realizadas en este trabajo de prácticas. Parea ello se cuenta con el apoyo de una hoja de cálculo “TEMPORALIZACIÓN_TRABAJO DE PRÁCTICAS” en la que se debe de ir reflejando el tiempo invertido en cada una de las tareas o actividades de este trabajo de prácticas así como la fecha de finalización de cada una de ellas (apartado sombreado en color amarillo).

Los criterios de maquetación y redacción del texto en este informe del trabajo de prácticas son:

1. Interlineado: “sencillo” (1 espacio).
2. Entre párrafos: un espacio de separación.
3. Párrafos justificados a izquierda y derecha.
4. Párrafos con “sangrado” de 1 cm.
5. Letra: tipo “Times New Roman”; tamaño: 12.
6. El nombre de la persona con la que se hace la evaluación individual se indica a través de iniciales “ficticias”. En este trabajo se garantiza el anonimato de los participantes y la confidencialidad de sus respuestas en las encuestas y en la entrevista de evaluación.

II. OBJETIVOS Y PLANTEAMIENTO GENERAL DEL TRABAJO

NOTA: En este apartado deben de estar indicados los objetivos específicos (qué se pretende conocer, comprender, conseguir, ...) y las diferentes tareas y actuaciones que se pretenden realizar, relacionadas con los objetivos previamente indicados.

OBJETIVO GENERAL:	
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TAREAS O ACTUACIONES PREVISTAS

III. PROCESO DE EVALUACIÓN CONDUCTUAL GRUPAL

III.1. Características de la evaluación

NOTA: En este apartado debe de describirse el proceso seguido para identificar las demandas psicológicas de la actividad que las personas objeto de estudio en este trabajo realizan (deportistas, entrenadores, responsables deportivos, padres de deportistas, profesores de Educación Física, jueces/árbitros deportivos, ...).

Tanto la encuesta de preguntas abiertas como la encuesta de preguntas cerradas deberán de aparecer en los dos siguientes apartados, respectivamente.

III.2. Encuesta de preguntas abiertas

NOTA: En este trabajo de prácticas se pretende tener una experiencia real de evaluación conductual: 1º con un grupo de personas (evaluación grupal); y 2º con una persona de dicho grupo (evaluación individual). Para realizar la evaluación grupal se utilizará como método de evaluación o de recogida de información una breve encuesta de preguntas de carácter abierto. Con ello se pretende que cada persona del grupo pueda expresarse con sus propias palabras sobre los aspectos psicológicos que alumno/a y profesor hayan considerado relevantes. Esta encuesta debe de:

1. Llevar un título, ej. “Encuesta (I) para jugadores de ... - entrenadores de ..., etc.”.
2. En el “encabezado de página” la identificación de la universidad, la facultad y la asignatura (tamaño de letra 8).
3. En el “pie de página” el nombre del alumno/a (tamaño de letra 8).
4. Incluir una breve introducción donde se agradezca la colaboración a los participantes, se informe sobre el carácter voluntario y confidencial de la encuesta, y se indiquen las instrucciones para su cumplimentación.
5. Estar maquetada adecuadamente para permitir la respuesta de los participantes (ej. suficiente espacio entre pregunta y pregunta).
6. Y en cuanto al contenido de la encuesta, explicar o justificar por qué se hace cada una de las preguntas y qué información se pretende obtener con cada una de ellas (ej. información sobre determinada variable psicológica). El contenido de las preguntas debería de reflejar el interés particular que el alumno/a tiene, pero también las propuestas o sugerencias que el responsable del grupo de personas con las que se realiza este trabajo pueda plantear. Para ello, puede utilizarse una tabla de este tipo:

PREGUNTAS	MOTIVO O RAZÓN E INFORMACIÓN QUE SE PRETENDE OBTENER

7. La redacción de las preguntas debe de ser lo más clara y concreta posible persiguiendo que las respuestas que obtengamos también lo sean. De esta forma:
 - Habría que evitar preguntas del tipo: “¿Qué representa para ti el deporte?”
 - Y formular preguntas como: “Por qué practicas actualmente este deporte?”
8. Asimismo, cada pregunta debe de contener una sola pregunta y no dos o más en la misma frase.
9. Con las respuestas a esta encuesta, se realizará un análisis de contenido con el fin de elaborar una nueva encuesta cuyas preguntas tendrán opciones de respuesta de carácter cerrado y métrico. El análisis de contenido deberá

realizarse en un fichero de hoja de cálculo siguiendo el procedimiento que el profesor explicará en clase. Este fichero se debe de enviar al profesor por correo electrónico para confirmar el análisis de contenido.

10. Tanto con la encuesta de preguntas abiertas como con la de preguntas cerradas será necesario garantizar la confidencialidad de las respuestas y el anonimato de las personas que participen en este trabajo de prácticas. Siempre que sea posible, la presentación y recogida de las encuestas debería de hacerse con la presencia de todo el grupo de participantes dando la oportunidad de responder a todas las preguntas que se planteen.

III.3. Encuesta de preguntas cerradas

Esta encuesta debe de:

1. Llevar un título, ej. “Encuesta (II) para jugadores de ... - entrenadores de ..., etc.”.
2. En el “encabezado de página” la identificación de la universidad, la facultad y la asignatura (tamaño de letra 8).
3. En el “pie de página” el nombre del alumno/a (tamaño de letra 8).
4. una breve introducción donde se agradezca la colaboración a los participantes, se informe sobre el carácter voluntario y confidencial de la encuesta, y se indiquen las instrucciones para su cumplimentación.
5. Estar maquetada adecuadamente para permitir la respuesta de los participantes, sin que aparezca en ningún momento información alguna sobre el criterio de codificación numérica que se utilizará en el proceso de tabulación de datos en una hoja de cálculo.
6. Una vez elaborada debe de enviarse por correo electrónico al profesor para confirmar que es correcta o recibir el feedback que corresponda.

NOTA: Al diseñar esta encuesta, es importante elegir la escala de medida de los items más adecuada en cada caso, pensando en el posterior análisis de datos que habrá que realizar.

III.4. Resultados

NOTA: Con todas las encuestas de preguntas cerradas recogidas deberemos realizar:

1. El análisis de datos correspondiente con el apoyo de los contenidos del tema de Metodología explicados en clase (ej. utilización de una hoja de cálculo, realización de la estadística descriptiva, elaboración de los gráficos oportunos en cada caso, ...).
2. El fichero de hoja de cálculo utilizado para realizar los cálculos estadísticos se elaborará a partir del utilizado previamente para la realización del análisis de contenido. Para ello éste fichero “se guardará” con otro nombre y se eliminará la información de todas las filas, con excepción de la primera. Así conservaremos tanto los nombres de las variables (ítems) sin tener que copiar de nuevo esta información, como la estructura del fichero dividido en tantas hojas de cálculo como preguntas haya en la encuesta.
3. Éste fichero, con los cálculos estadísticos y las representaciones gráficas debe de enviarse por correo electrónico al profesor para confirmar que es correcto o recibir el feedback que corresponda.
4. Es importante elegir la forma más adecuada para la presentación de los resultados de cada pregunta: en ocasiones, los datos de la tendencia central y dispersión serán suficientes; en otras, un gráfico nos permitirá ofrecer con mayor claridad los resultados de una pregunta; y, finalmente, la ordenación de los ítems de las preguntas en una tabla, en función de las puntuaciones obtenidas, podrá ser la mejor opción. Es deseable no poner el “piloto automático” y presentar todos los resultados de la misma manera y/o con el mismo tipo de gráfico.
5. Finalmente, debe de incorporarse una breve descripción de los resultados obtenidos en cada pregunta, sin ningún tipo de interpretación o conjetura.

III.5. Discusión

NOTA: En este apartado, deberemos realizar:

1. Un resumen global con los resultados más relevantes y una reflexión sobre el comportamiento de variables psicológicas como la motivación, atribución, estilos de afrontamiento, estrés, autoconfianza, etc. en el grupo de personas que hemos elegido para este trabajo.
2. Y, finalmente, sobre la base de estos resultados, redactar una serie de propuestas encaminadas a facilitar la actividad de este grupo de deportistas, entrenadores, responsables deportivos, padres, ...

IV. PROCESO DE EVALUACIÓN CONDUCTUAL INDIVIDUAL

IV.1. Entrevista de evaluación

NOTA: En esta fase se realizará la evaluación conductual con una persona del grupo en el marco de una entrevista y con el apoyo de los resultados de la 2ª encuesta, con el objetivo de realizar el “análisis funcional de la conducta” de esta persona. La información aportada por esta persona en la entrevista debe de transcribirse en este apartado, explicando la estructura y proceso de la misma.

IV.2. Análisis funcional de la conducta

Para estructurar la información en los diferentes episodios conductuales, puede utilizarse la siguiente tabla:

Situaciones/estímulos antecedentes externos e internos.	Conducta (teniendo en cuenta los tres niveles de respuesta: cognitivo, psicofisiológico y motor)	Consecuencias externas e Inter..as
	Características personales de carácter estable.	

Teniendo en cuenta que cada “episodio conductual” debe de estar acompañado de la información que la persona elegida aportó en la entrevista con el fin de comprobar la relación entre cada episodio y la información real que se ha utilizado para elaborarlo.

Los episodios conductuales no se confeccionan sobre la base de hechos del pasado y/o con información muy general. Éstos deben de referirse a las situaciones del presente o del pasado cercano que sean características y significativas de la persona y de la actividad que ésta realiza. La información en cada uno de los apartados (situaciones antecedentes, conducta y consecuencias) debe de ser lo más concreta y detallada posible. En caso contrario, la fase posterior de formulación de hipótesis no será posible.

IV.3. Planteamiento de hipótesis de trabajo

En este apartado aparecerán planteadas todas aquellas propuestas dirigidas a mejorar la práctica deportiva o actividad profesional de la persona evaluada en el apartado anterior. Cada propuesta o “hipótesis de trabajo” debe de estar justificada sobre la base de los resultados de la evaluación conductual descritos en el apartado anterior. Es decir, sobre cada uno de los episodios conductuales, se formularán hipótesis relacionadas con las situaciones antecedentes, con la conducta y con las consecuencias.

Por lo tanto, al formular las hipótesis:

1. Debe de copiarse de nuevo el “episodio conductual” correspondiente y a continuación proceder a la formulación de las hipótesis. De esta forma puede comprobarse la relación existente entre evaluación y propuesta de hipótesis.
2. En las hipótesis sobre las situaciones antecedentes y sobre las consecuencias, previamente se debe de indicar cuál es el objetivo de cambio de conducta que se pretende y, a continuación, indicar las propuestas correspondientes.
3. En las hipótesis sobre el apartado de la conducta, previamente se debe de indicar cuál es la conducta alternativa que se pretende y, a continuación, indicar las propuestas correspondientes.

IV.4. Resumen de las hipótesis de trabajo y propuestas de un plan de entrenamiento psicológico para la siguiente temporada deportiva o curso académico

En este apartado se elaborará un listado con todas las diferentes hipótesis de trabajo formuladas en el apartado anterior. A continuación, se propondrá una planificación realista del posible trabajo psicológico a realizar con la persona evaluada para la siguiente temporada deportiva o curso académico.

V. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN FINAL

En este apartado debe de reflejarse el resumen y valoración del conjunto del trabajo realizado. Este resumen podría y debería de apoyarse en el análisis de la información contenida en la “agenda del trabajo realizado” (anexo 1), así como hacer referencia a los “objetivos y planteamiento general del trabajo” indicados en el capítulo 2.

HISTORIA DE APRENDIZAJE: Son muy importantes las reflexiones del alumno/a a lo largo de todo el proceso, detallando las sugerencias, modificaciones y correcciones planteadas a lo largo de la interacción mantenida con el profesor. Este sub-apartado de las conclusiones debe de reflejar todo aquello que el/la alumno/a considere que ha aprendido o que de manera especial ha influido en su aprendizaje durante la realización de este trabajo, ej.:

1. Experiencias relacionadas con el contacto con el grupo de personas que han participado en este trabajo de prácticas.
2. Experiencias de sus compañeros/as de clase relacionadas con este trabajo.
3. Explicaciones o actividades en las clases de teoría y/o de práctica de la asignatura.
4. Feedback aportado por el profesor mediante correo electrónico.
5. Indicaciones del profesor en tutorías.
6. etc.

POSIBLE CONTINUIDAD DE ESTE TRABAJO: Este trabajo de prácticas se centra en los procesos de evaluación y formulación de hipótesis. En ningún caso se plantea al alumno ningún tipo actividad relacionada con el entrenamiento de aspectos psicológicos o con estrategias de modificación de conducta. Durante el curso siguiente, en el marco de la asignatura optativa de Psicología del Entrenamiento, se ofrece al alumno la posibilidad de realizar su trabajo de prácticas centrado en la implementación de algunas de las estrategias propuestas en el apartado I.V, con el apoyo y la supervisión del profesor.

ANEXO 1.
AGENDA DEL TRABAJO REALIZADO

FECHA	HORARIO	DURACIÓN	ACTIVIDAD REALIZADA	OBJETIVO(S)	OBSERVACIONES

ANEXO 2.
INFORME PARA EL RESPONSABLE - GRUPO DE PARTICIPANTES - Y/O PERSONA OBJETO DE LA EVALUACIÓN CONDUCTUAL INDIVIDUAL

FEEDBACK PARA LOS PARTICIPANTES: Al finalizar el trabajo, se comentará con el profesor la forma más adecuada para ofrecer información a las personas que han participado en la realización de este trabajo.