



# UNIVERSIDAD DE CASTILLA - LA MANCHA

## GUÍA DOCENTE

### 1. DATOS GENERALES

<b>Asignatura:</b> PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE	<b>Código:</b> 39307
<b>Tipología:</b> BÁSICA	<b>Créditos ECTS:</b> 6
<b>Grado:</b> 314 - GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE	<b>Curso académico:</b> 2019-20
<b>Centro:</b> 8 - FACULTAD CC. DEL DEPORTE DE TOLEDO	<b>Grupo(s):</b> 40
<b>Curso:</b> 1	<b>Duración:</b> C2
<b>Lengua principal de impartición:</b> Español	<b>Segunda lengua:</b> Inglés
<b>Uso docente de otras lenguas:</b>	<b>English Friendly:</b> N
<b>Página web:</b>	<b>Bilingüe:</b> N

Profesor: <b>ESTHER CABANILLAS CRUZ</b> - Grupo(s): <b>40</b>				
Edificio/Despacho	Departamento	Teléfono	Correo electrónico	Horario de tutoría
Sabatini/1.71	PSICOLOGÍA	926051493	esther.cabanillas@uclm.es	Primer cuatrimestre: Martes: 10:00 h a 14:00 h Jueves: 10:00 a 12:00 h Segundo cuatrimestre: Miércoles: 11:00 h a 15:00 h Jueves: 9:00 h a 10:00 h Viernes: 11:30 h a 12:30h

### 2. REQUISITOS PREVIOS

No existen.

### 3. JUSTIFICACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS, RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS Y CON LA PROFESIÓN

No se han establecido.

### 4. COMPETENCIAS DE LA TITULACIÓN QUE LA ASIGNATURA CONTRIBUYE A ALCANZAR

#### Competencias propias de la asignatura

Código	Descripción
A05	Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo, independientemente del sexo, credo, raza y discapacidad.
A07	Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional aplicando los derechos fundamentales, los principios de igualdad de oportunidades y los valores propios de una cultura democrática. Asimismo actuar conforme a los valores éticos en relación a la salud de los usuarios y al respeto sobre el medio ambiente.
A08	Comprender y utilizar manuales comunes, así como artículos y, en general, bibliografía puntera en materias vinculadas a la actividad física y el deporte, con el fin de elaborar informes o resolver problemas específicos que se les planteen.
A09	Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
B04	Conocer y comprender los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y del deporte.
B05	Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano.
B06	Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.
B07	Conocer y comprender los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.
B10	Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza- aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características e individuales y contextuales de las personas.
M211	Diseñar objetivos para mejorar la motivación en el aprendizaje de gestos técnicos deportivos.
M212	Desarrollar la teoría de la motivación de logro en el ámbito de la actividad física y del deporte, siguiendo las pautas metodológicas adecuadas a cada deportista.
M213	Describir la motivación intrínseca-extrínseca, nuevas ideas sobre el proceso de evaluación cognitiva y buscar instrumentos para facilitar su evaluación. Procedimientos objetivos que analicen las prácticas reales y señalen los puntos de mejora en la actividad física.
M214	Identificar en deportistas las características de personalidad (innatas/adquiridas), que pueden necesitar intervención psicológica que ayude a optimizar sus capacidades.
M215	Trabajar las habilidades de liderazgo en el deporte y aplicar las dinámicas necesarias para ejercer diferentes roles dentro de su colectivo (o desde su función). Aumentando así su capacidad crítica, su autoestima, su autonomía personal y su aptitud para plantearse nuevas cuestiones y avanzar con eficacia en su resolución.

### 5. OBJETIVOS O RESULTADOS DE APRENDIZAJE ESPERADOS

#### Resultados de aprendizaje propios de la asignatura

Descripción

Aplicar test de personalidad y evaluar su comprensión

Desarrollar habilidades psicológicas: conciencia de uno mismo, autorregulación, motivación y empatía. Siguiendo las pautas metodológicas adecuadas.

Fomentar el trabajo en equipo, la discusión de ideas y construir la confianza, curiosidad, intencionalidad autocontrol, relación, capacidad de comunicar y cooperación.

Instruir en el establecimiento de objetivos para mejorar el aprendizaje.

Proporcionar feedback de manera respetuosa en dinámicas de grupo sobre el liderazgo, alentando la práctica proporcionando modelos, reforzando el cambio y acompañando de sugerencias para una mejor actuación.

#### Resultados adicionales

Identificar los objetivos de un programa de entrenamiento psicológico para el sujeto atendiendo a: su estado de salud, forma física, nivel de adherencia y motivación por la práctica.

## 6. TEMARIO

### Tema 1: FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

**Tema 1.1** Aproximación histórica y conceptual a la psicología del deporte. Principales campos de aplicación.

### Tema 2: FUNDAMENTOS DE PSICONEUROBIOLOGÍA

**Tema 2.1** Psicología de la inteligencia, pensamiento y lenguaje. Percepción, atención, memoria y aprendizaje. Emociones y estados de ánimo. Trastornos del comportamiento.

### Tema 3: PROCESOS EVOLUTIVOS

**Tema 3.1** Desarrollo humano, crecimiento y desarrollo psicológico en la actividad física

**Tema 3.2** El entrenamiento de los más jóvenes. Desarrollo de actitudes, valores y del carácter.

### Tema 4: PSICOLOGÍA Y SALUD EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

**Tema 4.1** Efectos de la práctica deportiva en la salud. Bienestar físico, psicológico y social

### Tema 5: PROCESOS PERSONALES Y SOCIALES EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

**Tema 5.1** Personalidad y deporte

**Tema 5.2** Motivación y emoción en la práctica de actividad física y deportiva. Competitividad.

**Tema 5.3** Agresividad en el deporte

**Tema 5.4** Liderazgo en el deporte.

**Tema 5.5** Habilidades sociales y deporte

**Tema 5.6** El entorno humano del deportista y su rendimiento

### Tema 6: FUNDAMENTOS DE EVALUACIÓN

**Tema 6.1** Fuentes de documentación e instrumentos de evaluación y medida en el ámbito deportivo. Comportamiento ético profesional.

## COMENTARIOS ADICIONALES SOBRE EL TEMARIO

En cada tema se revisa la bibliografía actualizada y se presentan unos contenidos convincentes de cómo funciona la psicología de la actividad física y del deporte y cómo se puede desarrollar.

## 7. ACTIVIDADES O BLOQUES DE ACTIVIDAD Y METODOLOGÍA

Actividad formativa	Metodología	Competencias relacionadas (para títulos anteriores a RD 822/2021)	ECTS	Horas	Ev	Ob	Rec	Descripción
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL]	Método expositivo/Lección magistral	M212	0.75	18.75	S	S	S	Clases de presentación de contenidos teóricos
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA]	Estudio de casos	M213	0.6	15	S	S	S	Conlleva un proceso activo y constructivo de la información, en la que el alumno elabora esquemas teóricoprácticos.
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL]	Combinación de métodos	M214	0.5	12.5	S	S	S	Aplicación de habilidades psicológicas básicas. Metodología específica.
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA]	Aprendizaje cooperativo/colaborativo	M215	0.7	17.5	S	S	S	Análisis de intervenciones psicológicas en distintos deportes. Descripción de metodologías de investigación
Elaboración de memorias de Prácticas [AUTÓNOMA]	Trabajo autónomo	A05	0.7	17.5	S	N	S	Describir el trabajo en grupo realizado en sesiones prácticas y talleres con observaciones y reflexiones personales en los aspectos estudiados.
Talleres o seminarios [PRESENCIAL]	Resolución de ejercicios y problemas	A07	0.5	12.5	S	S	S	Aplicación de instrumentos de medida y evaluación psicológica. Cuestionarios, autoinformes, test, entrevistas.
Otra actividad presencial [PRESENCIAL]	Trabajo en grupo	A09	1	25	S	S	S	A partir de la revisión de fuentes documentales resolver un caso y presentarlo al resto de compañeros
Foros y debates en clase [PRESENCIAL]	Otra metodología	A08	0.45	11.25	S	S	S	Visualización de videos de competiciones deportivas y análisis de diferentes temas en debates dirigidos por el profesor.
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA]	Aprendizaje basado en problemas (ABP)	A09	0.8	20	S	S	S	Diseñar una intervención psicológica de adherencia a la actividad física para un grupo propuesto por el profesor.
			6	150	S	N	S	
			6	150	S	S	S	
<b>Total:</b>			<b>18</b>	<b>450</b>				
<b>Créditos totales de trabajo presencial: 3.2</b>			<b>Horas totales de trabajo presencial: 80</b>					
<b>Créditos totales de trabajo autónomo: 2.8</b>			<b>Horas totales de trabajo autónomo: 70</b>					

Ev: Actividad formativa evaluable

Ob: Actividad formativa de superación obligatoria

8. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y VALORACIONES			
Sistema de evaluación	Valoraciones		Descripción
	Estudiante presencial	Estud. semipres.	
Elaboración de trabajos teóricos	20.00%	0.00%	Presentar y superar los talleres, trabajos individuales y de grupo. Con estos procedimientos se evaluarán los siguientes criterios: - Utilizar con fluidez las variables psicológicas básicas. - Diseñar dinámicas de grupo para la mejora de la cohesión. - Aplicar test de personalidad. - Diseñar estrategias para la motivación en la práctica deportiva. - Desarrollar sesiones de relajación siguiendo las pautas metodológicas adecuadas. - Deducir aplicaciones de la psicología en contextos educativos y recreativos. - Identificar los problemas básicos de conducta y aplicar los medios y métodos necesarios para su corrección. - Diseñar autoinformes.
Valoración de la participación con aprovechamiento en clase	10.00%	0.00%	Asistir a las clases y participar con apoyo teórico y práctico en su desarrollo.
Portafolio	10.00%	0.00%	Elaboración de un cuaderno con las sesiones prácticas propuestas por el profesor y los compañeros. Para evaluar los criterios: - Utilizar los materiales e instrumentos de la psicología y dar sentido a la experiencia. - Elaborar conclusiones de la misma. - Se identifican pautas o patrones comunes.
Prueba final	60.00%	0.00%	1) Superar un examen parcial donde se evaluarán la mitad de los temas del temario. Se realizará a mitad del segundo cuatrimestre. 2) Superar un examen final, que supondrá la mitad del temario para los que hayan superado con un aprobado el primer parcial y el temario completo para los que no tengan un aprobado en la primera convocatoria del parcial.
<b>Total:</b>	<b>100.00%</b>	<b>0.00%</b>	

**Criterios de evaluación de la convocatoria ordinaria:**

Aprobar cada uno de los apartados anteriores. Excepto La asistencia a clase que podrá puntuar positivamente con la participación o aprovechamiento. Se hace nota media de los dos parciales, pero se tienen que aprobar ambos con un 5 como mínimo para poder hacer medias.

**Particularidades de la convocatoria extraordinaria:**

Para aprobar la materia Psicología de la actividad física y del deporte es necesario aprobar la prueba teórica final y las prácticas.

**Particularidades de la convocatoria especial de finalización:**

Para aprobar la materia Psicología de la actividad física y del deporte es necesario aprobar la prueba teórica final y las prácticas.

**9. SECUENCIA DE TRABAJO, CALENDARIO, HITOS IMPORTANTES E INVERSIÓN TEMPORAL****No asignables a temas**

Horas	Suma horas
<b>Comentarios generales sobre la planificación:</b> La planificación es flexible y se podrá variar algún aspecto importante previa consulta con el profesor responsable. La planificación temporal podrá verse modificada ante causas imprevistas.	

**Tema 1 (de 6): FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

Actividades formativas	Horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	3
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Estudio de casos]	2
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Combinación de métodos]	3
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	3
Elaboración de memorias de Prácticas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	2
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Resolución de ejercicios y problemas]	2
Otra actividad presencial [PRESENCIAL][Trabajo en grupo]	2
Foros y debates en clase [PRESENCIAL][Otra metodología]	2
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje basado en problemas (ABP)]	3

**Periodo temporal:** Segundo cuatrimestre

Grupo 40:

**Inicio del tema:** 29-01-2020

**Fin del tema:** 07-02-2020

**Comentario:** Presentación de la asignatura e introducción a su temática. - Antecedentes, evolución y estado actual de la psicología. - Principales campos de aplicación - Cometidos de la psicología del deporte.

**Tema 2 (de 6): FUNDAMENTOS DE PSICONEUROBIOLOGÍA**

Actividades formativas	Horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	3
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Estudio de casos]	2
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Combinación de métodos]	3
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	2
Elaboración de memorias de Prácticas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	3
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Resolución de ejercicios y problemas]	2

Otra actividad presencial [PRESENCIAL][Trabajo en grupo]	3
Foros y debates en clase [PRESENCIAL][Otra metodología]	3
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje basado en problemas (ABP)]	2
<b>Periodo temporal:</b> Febrero	
Grupo 40:	
<b>Inicio del tema:</b> 12-02-2020	<b>Fin del tema:</b> 28-02-2020
<b>Comentario:</b> Fundamentos de neurociencia: - Organización y estructura del sistema nervioso. - Percepción, atención, memoria y aprendizaje. - Trastornos del comportamiento.	
<b>Tema 3 (de 6): PROCESOS EVOLUTIVOS</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	4
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Estudio de casos]	2
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Combinación de métodos]	3
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	2
Elaboración de memorias de Prácticas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	3
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Resolución de ejercicios y problemas]	2
Otra actividad presencial [PRESENCIAL][Trabajo en grupo]	2
Foros y debates en clase [PRESENCIAL][Otra metodología]	2
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje basado en problemas (ABP)]	3
<b>Periodo temporal:</b> Marzo	
Grupo 40:	
<b>Inicio del tema:</b> 04-03-2020	<b>Fin del tema:</b> 13-03-2020
<b>Comentario:</b> Psicología evolutiva: - Crecimiento y desarrollo psicológico en la actividad física. - Entrenamiento de los más jóvenes. - Desarrollo de actitudes, valores y del carácter.	
<b>Tema 4 (de 6): PSICOLOGÍA Y SALUD EN LA ACTIVIDAD FÍSICA</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	4
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Estudio de casos]	3
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Combinación de métodos]	4
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	2
Elaboración de memorias de Prácticas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	2
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Resolución de ejercicios y problemas]	3
Otra actividad presencial [PRESENCIAL][Trabajo en grupo]	3
Foros y debates en clase [PRESENCIAL][Otra metodología]	3
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje basado en problemas (ABP)]	3
<b>Periodo temporal:</b> Marzo	
Grupo 40:	
<b>Inicio del tema:</b> 18/03/2020	<b>Fin del tema:</b> 27/03/2020
<b>Comentario:</b> Psicología de la salud: - Efectos de la práctica deportiva en la salud. Bienestar físico, psicológico y social.	
<b>Tema 5 (de 6): PROCESOS PERSONALES Y SOCIALES EN LA ACTIVIDAD FÍSICA</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	7
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Estudio de casos]	3
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Combinación de métodos]	4
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	3
Elaboración de memorias de Prácticas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	4
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Resolución de ejercicios y problemas]	3
Otra actividad presencial [PRESENCIAL][Trabajo en grupo]	2
Foros y debates en clase [PRESENCIAL][Otra metodología]	3
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje basado en problemas (ABP)]	3
<b>Periodo temporal:</b> Abril-Mayo	
Grupo 40:	
<b>Inicio del tema:</b> 03/04/2020	<b>Fin del tema:</b> 08/05/2020
<b>Comentario:</b> Procesos personales y sociales en la actividad deportiva: - Personalidad y deporte. - Motivación y emoción en el deporte. Competitividad. - Agresividad en el deporte. - Liderazgo en el deporte. - Habilidades sociales en el deporte - El entorno humano del deportista y su rendimiento.	
<b>Tema 6 (de 6): FUNDAMENTOS DE EVALUACIÓN</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	5
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Estudio de casos]	2
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Combinación de métodos]	4
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	2
Elaboración de memorias de Prácticas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	2
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Resolución de ejercicios y problemas]	2
Otra actividad presencial [PRESENCIAL][Trabajo en grupo]	2
Foros y debates en clase [PRESENCIAL][Otra metodología]	2
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje basado en problemas (ABP)]	2
<b>Periodo temporal:</b> Mayo	
Grupo 40:	
<b>Inicio del tema:</b> 13/05/2020	<b>Fin del tema:</b> 15/05/2020
<b>Comentario:</b> Fundamentos de evaluación psicológica: - Uso de instrumentos de evaluación en el ámbito deportivo. - Fuentes de documentación. - Ética profesional.	
<b>Actividad global</b>	

Actividades formativas	Suma horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	26
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Estudio de casos]	14
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Combinación de métodos]	21
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	14
Elaboración de memorias de Prácticas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	16
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Resolución de ejercicios y problemas]	14
Otra actividad presencial [PRESENCIAL][Trabajo en grupo]	14
Foros y debates en clase [PRESENCIAL][Otra metodología]	15
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Aprendizaje basado en problemas (ABP)]	16
<b>Total horas:</b>	<b>150</b>

10. BIBLIOGRAFÍA, RECURSOS						
Autor/es	Título/Enlace Web	Editorial	Población	ISBN	Año	Descripción
Balaguer, I.	Entrenamiento Psicológico en el deporte	Artes Gráficas Soler S. A.	Valencia, España		1994	Consulta de temas de psicología aplicada al deporte
Berguer, K. S.	Psicología del desarrollo: Infancia y Adolescencia.	Médica panamericana	Madrid, España		2007	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
Cox, R.H.	Psicología del deporte. conceptos y sus aplicaciones	Médica panamericana	Madrid, España	978-84-9835-110-1	2009	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
Dosil, J.	Psicología de la actividad física y del deporte	McGraw-Hill	Madrid, España	84-481-4067-2	2004	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
Jan D. Sinnott	Positive Psychology	Springer	Madrid, España	978-1-4614-7282-7	2013	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
Mendo, A. H.	Psicología del deporte: Fundamentos y metodología	Wanceulen	Sevilla		2005	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
Moore, Margaret	Coaching psychology manual	Williams & Wilkins	Madrid, España	978-0-7817-7262-4	2010	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
Olmedilla, A., Garcés, E. y Nieto, G.	Psicología del deporte.	Diego Marín	Murcia, España		2002	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
Pickren, W.E.	El Libro de la Psicología	Librero	Madrid, España	978-90-8998-493-7	2015	Consulta de temas de psicología
Pérez Ramírez, M.C.	Entrenadores deportivos. La clave del éxito	Wanceulen editorial deportiva	Sevilla, España		2004	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
Spielberger, C. D.	Anxiety and Behavior	Nueva York Academic	Nueva York		1966	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
Weinberg, R.S., y Goudl, D.	Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico	Médica panamericana	Madrid, España	978-84-9835-207-8	2010	Consulta de temas des psicología aplicada al deporte
	Cuadernos de psicología del deporte	Copyright 2015: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia	Murcia, España		2016	Articulos de evaluación e intervención en psicología aplicada
	<a href="http://psicodeporte.net/cuadernos.html">http://psicodeporte.net/cuadernos.html</a>	Elsevier España, S.L.U.	España		2016	Consulta de temas de psicología clínica y salud
	International Journal of Clinical and Health Psychology <a href="http://www.elsevier.es/ijchp">www.elsevier.es/ijchp</a> REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES Web REEFD: <a href="http://www.reefd.es">www.reefd.es</a>	REEFD	España	1133-6366	2015	Consulta de articulos de Educacion Física y Deporte