



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE DISCIPLINA



Nome do Componente Curricular em português: Psicologia do Esporte		Código: EFD174
Nome do Componente Curricular em inglês: Sport Psychology		
Nome e sigla do departamento: CEDUFOP		Unidade acadêmica: Reitoria
Carga horária semestral Ex: 30 horas	Carga horária semanal teórica 02 horas/aula	Carga horária semanal prática 00 horas/aula
Ementa: Temas fundamentais da Psicologia do Esporte: aprendizagem, motivação, ansiedade, agressividade e relações interpessoais.		
Conteúdo programático:		
Unidade I: Introdução à Psicologia do Esporte e sua ação no desenvolvimento psicológico		
<input type="checkbox"/> Psicologia do Esporte no Brasil e no mundo.		
<input type="checkbox"/> Áreas, campos de atuação e produções científicas.		
<input type="checkbox"/> O exercício e o bem estar psicológico.		
<input type="checkbox"/> Esporte e desenvolvimento psicológico.		
Unidade II: Aspectos Comportamentais		
<input type="checkbox"/> Motivação		
<input type="checkbox"/> Emoção		
<input type="checkbox"/> Estresse		
<input type="checkbox"/> Agressividade		
<input type="checkbox"/> Overtraining		
Unidade III: Aspectos Cognitivos		
<input type="checkbox"/> Percepção		
<input type="checkbox"/> Atenção		
<input type="checkbox"/> Concentração		
<input type="checkbox"/> Tomada de decisão		

Unidade IV: Processos de Grupo

- Comunicação
- Liderança
- Coesão de grupo
- Sociometria

Bibliografia básica:

SAMULSKI, D. Psicologia do Esporte: um manual para Educação Física, psicologia e fisioterapia. Barueri: Manole, 2009.

WEINBERG, R. S. & GOULD D. Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. 4ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

DAVIDOFF, L. Introdução à Psicologia. 3ª Makron Brooks. São Paulo, 2001.

Bibliografia complementar:

KELLMAN, M.; KALLUS, K.W.; SAMULSKI, D.; COSTA, L.; SIMOLA, R. Questionário de Estresse e Recuperação para Atletas. Belo Horizonte: Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, 2009.

DINIZ, D.P. Guia de qualidade de vida. Barueri: Manole, 2008.

MACHADO, A. Especialização esportiva precoce. Jundiai: Fontoura, 2008.

MELLO, M.T. & TUFIK, S. Atividade física, exercício físico e aspectos psicobiológicos. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.

COHEN, M. Medicina do esporte. Barueri: Manole, 2008.

STERNBERG R. Psicologia cognitiva. 4ª Ed. Porto Alegre: Artmed; 2008.

BECKER, B. & SAMULSKI, D. Manual de treinamento psicológico para o esporte. Rio Grande do Sul: Edelbra, 1998.