

BLOQUE III: LOS PROCESOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS EN LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

V.- LA MOTIVACIÓN EN EL DEPORTE	228
5.1.- Definición de motivación.....	230
5.2.- Tipos de motivación.....	233
5.3.- Teorías de la motivación.....	236
5.3.1.- Teoría de la Motivación de Logro.....	239
5.3.2.- Teoría de la Motivación Extrínseca/Intrínseca.....	241
5.3.3.- Teoría de la Atribución.....	245
5.3.4.- Teoría Social-Cognitiva.....	253
5.4.- Evaluación de la motivación en el deporte.....	257
5.5.- Motivos de participación y abandono en el deporte	259
5.6.- Intervención en los déficits de motivación.....	265
5.7.- Resumen.....	268
5.8.- Lecturas recomendadas.....	270
VI.- LA ATENCIÓN Y LA CONCENTRACIÓN EN EL DEPORTE	278
6.1.- Definición de atención y de concentración.....	279
6.2.- Teorías explicativas de la atención en el deporte.....	285
6.2.1.- Teoría de los Estilos Atencionales.....	285
6.2.2.- El Modelo Integral de la Atención.....	289
6.2.3.- El Modelo Explicativo del Proceso Atencional.....	291
6.3.- Evaluación de la atención y de la concentración.....	294
6.4.- Mejorar la atención/concentración en el deporte.....	299
6.5.- Resumen.....	308
6.6.- Lecturas recomendadas.....	309
VII.- EL AROUSAL Y LA EJECUCIÓN DEPORTIVA	315
7.1.- Definición de Arousal.....	316
7.2.- Medición del Arousal.....	321
7.3.- Arousal y rendimiento deportivo.....	323
7.4.- Técnicas para el control del Arousal.....	330
7.4.1.- Técnicas de control de los aspectos fisiológicos.....	331
7.4.2.- Técnicas de control de los aspectos cognitivos.....	341
7.4.3.- Técnicas de control de los aspectos motores.....	352
7.5.- Resumen.....	359
7.6.- Lecturas recomendadas.....	361