

ÍNDICE

Introducción	1
1 Psicología cognitiva	3
1.1. Procesos pedagógicos	6
A) Proceso psíquico	7
B) Proceso social	14
C) Proceso motor	16
D) Proceso psicomotor	18
Comportamiento psicomotor del deportista	18
Referencias	27

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

© Jaume A. Mirallas Sariola, septiembre de 2025
<https://www.mirallas.org/>

Diseño y maquetación: Ipatia Medical S.L. (<https://ipatiamedical.es/>)

ISBN: 979-13-991195-2-7
Depósito Legal: B 23074-2025

INTRODUCCIÓN

El estudio del rendimiento deportivo ha evolucionado en las últimas décadas, incorporando diversas áreas del conocimiento para comprender los factores que influyen en el éxito de los deportistas. Entre estas áreas, la psicología cognitiva ha surgido como un enfoque clave para analizar cómo los procesos cognitivos (la percepción, la atención, la memoria, el lenguaje, el razonamiento lógico, la toma de decisiones y el aprendizaje) afectan el comportamiento del deportista y constituyen el fundamento esencial para el desarrollo de los procesos pedagógicos, al posibilitar la adquisición, el almacenamiento, el procesamiento y la aplicación de la información. Desde esta perspectiva, no solo se examina la ejecución de la acción técnica y táctica, sino también

cómo la planificación, la anticipación, la resolución de problemas y la regulación emocional contribuyen a optimizar su práctica deportiva.

Este trabajo tiene como objetivo explorar el comportamiento de los deportistas desde la perspectiva de la psicología cognitiva, identificando los procesos cognitivos, expresados a través de acciones cognitivas, que intervienen en el entrenamiento y la competición, así como su relación con la ejecución técnica y táctica en las distintas disciplinas deportivas. De este modo, se pretende ofrecer un marco teórico que permita comprender cómo la cognición influye en la efectividad competitiva y aportar herramientas metodológicas para mejorar la formación integral del deportista.