

FACOLTÀ DI SCIENZE MOTORIE E DEL BENESSERE
L 22 - SCIENZE DELLE ATTIVITA' MOTORIE E SPORTIVE

PROGRAMMA DI PSICOLOGIA GENERALE E DELLO SPORT
A.A. 2010 - 2011

Insegnamento: Psicologia generale e dello sport

Tipo di attività: di base

Ambito: Psicologico, pedagogico e sociologico

Codice insegnamento:

Articolazioni in moduli: nessuna

Numero moduli: --

Settore scientifico-disciplinare: M-PSI/01

Docente: Simona Nicolosi

Numero Cfu: 7

Numero di ore riservate allo studio personale: 133

Numero di ore riservate alle attività didattiche assistite: 42

Propedeuticità: nessuna

Anno di corso: II

Sede di svolgimento delle lezioni: Facoltà di Scienze motorie e del benessere - Università degli studi di Enna Kore, Cittadella universitaria di Enna

Organizzazione didattica: lezioni frontali

Modalità di frequenza: facoltativa

Metodi di valutazione: Colloquio orale

Periodo delle lezioni: I semestre

Calendario delle attività didattiche: secondo il calendario delle lezioni pubblicato

Orario di ricevimento degli studenti: Giovedì dalle 10 alle 12

Contatti: simona.nicolosi@gmail.com

Risultati di apprendimento attesi

Conoscenza e capacità di comprensione

Conoscere i principali metodi d'indagine e le tematiche che riguardano lo studio della mente e del comportamento dell'uomo; conoscere i processi psicologici implicati nel movimento e nella pratica sportiva.

Applicazione delle conoscenze acquisite

Saper collocare le conoscenze teoriche della psicologia generale alla pratica motorio-sportiva.

Capacità critiche

Saper individuare i principali quadri teorici dei principali processi cognitivi e dinamici e le caratteristiche fondamentali dei processi psicologici connessi alla pratica sportiva.

Abilità comunicative

Saper descrivere i processi psicologici implicati nel movimento e le dinamiche individuali e gruppalì nella pratica sportiva, avere capacità di semplificazione e di argomentazione dei temi trattati.

Capacità di apprendimento

Capacità di approfondimento personale mediante la consultazione di test e riviste scientifiche.

Obiettivi formativi del modulo

Acquisizione delle conoscenze dei principali metodi d'indagine e delle tematiche che consentono lo studio della mente e del comportamento dell'uomo (quali l'attenzione, la percezione, la memoria, l'apprendimento, il linguaggio e la comunicazione, la motivazione, il pensiero e le emozioni).
Conoscenza dei processi mentali che guidano l'azione e la prestazione sportiva; dei rapporti esistenti tra aspetti cognitivi, emotivi, motivazionali, personologici e movimento; tra differenze di genere e pratica sportiva; tra sport e benessere psicologico; tra motivazione e prestazione sportiva.

Struttura delle lezioni frontali

4	L'evoluzione della psicologia come scientifica e il metodo della ricerca psicologica
4	Attenzione e percezione (coscienza, funzioni dell'attenzione, percezione del proprio corpo e del movimento nello spazio, percezione visiva degli oggetti nello spazio)
3	Memoria (i meccanismi del ricordo e dell'oblio)
3	Apprendimento (condizionamento, a. individuale e a. sociale, a. imitativo, a. implicito)
4	Linguaggio e pensiero (sviluppo del linguaggio, comunicazione, giudizio e soluzione dei problemi)
3	Intelligenza (teorie unitarie, multiple e gerarchiche, valutazione dell'intelligenza, l'intelligenza sportiva)
3	Personalità (struttura e dinamica della personalità, Concetto di Sè e identità, autostima e convinzioni di efficacia)
2	Dinamiche di gruppo e sport
1	Differenze di genere e pratica sportiva
1	Esercizio fisico e benessere psicologico
2	Emozione (Attivazione, emozioni negative nello sport, emozioni e prestazioni, esercizio fisico e emozioni, flow experience)
2	Motivazione (Motivazioni biologiche e sociali, motivazioni intrinseche, riuscita, potere)
8	Il coaching

Testi obbligatori per gli esami

Corso generale:

Schacter D.L., Gilbert D.T. e Wegner D.M. (2010) *Psicologia generale*, Zanichelli, Bologna (capitoli 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 e 12)

Spinelli D.(a cura di) (2002) *Psicologia dello sport e del movimento umano*, Zanichelli, Bologna (capitoli: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 e 8).

Corso monografico: la motivazione nella pratica sportiva

Angel P., Amar R.(2008), *Il coaching*, Il Mulino, Bologna

Dispensa sulla motivazione fornita dalla docente durante le lezioni (che sarà pubblicata nel sito www.unikore.it).