



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI ENNA "KORE"

Facoltà di Scienze dell'Uomo e della Società
Anno Accademico 2020/2021
Corso di studi in Scienze delle attività motorie e sportive
classe di laurea L22

Insegnamento	Psicologia generale e dello sport
CFU	9
Settore Scientifico Disciplinare	M-PSI/01
Metodologia didattica	Lezioni frontali
Nr. ore di aula	54
Nr. ore di studio autonomo	171
Nr. ore di laboratorio	--
Mutuazione	--
Annualità	I
Periodo di svolgimento	I Semestre

Docente	E-mail	Ruolo ⁱ	SSD docente
Simona Nicolosi	simona.nicolosi@unikore.it	RU	M-PSI/01

Propedeuticità	nessuna
Sede delle lezioni	Plesso della Facoltà di Scienze dell'Uomo e della Società

Moduli

N.	Nome del modulo	Docente	Durata in ore
--			

Orario delle lezioni

L'orario delle lezioni sarà pubblicato sulla pagina web del corso di laurea almeno due mesi prima dell'inizio delle lezioni:

<https://www.unikore.it/index.php/it/scienze-attivita-motoria-sportiva-attivita-didattiche/scienze-delle-attivita-motorie-e-sportive-calendario-lezioni>

Obiettivi formativi

Acquisizione di conoscenze relative ai principali metodi d'indagine e delle tematiche che riguardano lo studio della mente e del comportamento umano (quali l'attenzione, la percezione, la memoria, l'apprendimento, i processi motivazionali, le dinamiche di gruppo, le emozioni, il linguaggio, il ragionamento, il giudizio, i processi decisionali, la soluzione dei problemi, l'intelligenza, la coscienza, la personalità).

Conoscenza dei processi psicologici che guidano il movimento umano, la pratica di attività fisiche e la prestazione sportiva.

Conoscenza dell'attuale dibattito scientifico sui processi motivazionali implicati nell'apprendimento e dei principali studi empirici sulle relazioni tra motivazione e pratica di attività fisiche e sportive in adolescenza.

Contenuti del Programma

- Psicologia ingenua e psicologia scientifica. La nascita della psicologia sperimentale.
- I metodi della ricerca psicologica.
- Attenzione (funzioni dell'attenzione, stili attentivi, stati della coscienza, livelli della coscienza, stati alterati di coscienza); relazioni tra processi attentivi e sport.
- Percezione (Costanze percettive, profondità, percezione del movimento, flusso ottico, aspettative percettive); percezione del proprio corpo e degli oggetti in movimento nello spazio, percezione visiva degli oggetti nello spazio; relazioni tra processi percettivi e sport.
- Memoria (i meccanismi del ricordo e dell'oblio); relazioni tra processi mnestici e sport.
- Apprendimento (condizionamento, apprendimento individuale, sociale, imitativo, implicito).
- Linguaggio e pensiero (sviluppo del linguaggio, comunicazione, ragionamento, giudizio e soluzione dei problemi).
- Intelligenza (teorie unitarie, multiple e gerarchiche, valutazione dell'intelligenza).
- Dinamiche di gruppo e sport.
- Personalità (struttura e dinamica della personalità); studi sulla personalità degli atleti. Concetto di Sé e identità. Autostima e convinzioni di efficacia. Concetto di Sé fisico e percezione delle competenze fisiche.
- Emozioni (Attivazione, emozioni negative nello sport, emozioni e prestazioni, esercizio fisico ed emozioni, *flow experience*); relazioni tra processi emotivi e sport; esercizio fisico e benessere psicologico.
- Motivazione (modelli teorici). Motivazione alla competenza, teoria dell'autodeterminazione e bisogni fondamentali, teoria dell'orientamento motivazionale, teoria dell'attribuzione causale. Teorie implicite e motivazione.
- La motivazione nella pratica sportiva. Crescita personale, percezione di competenza e ricerca di significato nello sport. Motivazione a fare o ad evitare. L'insuccesso. Le motivazioni nelle scelte. Il mantenimento della motivazione.

Risultati di apprendimento (descrittori di Dublino)

I risultati di apprendimento attesi sono definiti secondo i parametri europei descritti dai cinque descrittori di Dublino.

Alla fine del corso, gli studenti dovranno aver conseguito le seguenti abilità, conoscenze e capacità:

1. Conoscenza e capacità di comprensione:

Conoscere i principali metodi d'indagine della psicologia sperimentale e le principali tematiche che riguardano lo studio della mente e del comportamento umano; conoscere i processi psicologici che guidano il movimento umano, la pratica delle attività fisiche e la prestazione sportiva.

2. Conoscenza e capacità di comprensione applicate:

Saper collegare le conoscenze teoriche della psicologia generale con i processi psicologici coinvolti nella pratica delle attività fisiche e sportive. Conoscere le principali modalità attraverso cui i processi psicologici favoriscono i processi di apprendimento e di insegnamento delle attività motorie e sportive.

3. Autonomia di giudizio:

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

4. Abilità comunicative:

Saper descrivere, con un linguaggio tecnico appropriato, i processi psicologici e le dinamiche sociali implicati nella pratica sportiva; dimostrare di saper argomentare i temi trattati e di saper elaborare esempi personali applicati ai contesti sportivi.

5. Capacità di apprendere:

Capacità di approfondimento personale mediante la consultazione di testi e riviste scientifici.

Testi per lo studio della disciplina

- 1) Schacter, D. L., Gilbert, D. T., Nock, M., Wegner, D. M. (2018). *Psicologia generale*. Zanichelli, Bologna. Seconda edizione italiana (capitoli 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 e 12).
- 2) Spinelli, D. (a cura di) (2002). *Psicologia dello sport e del movimento umano*. Zanichelli, Bologna (capitoli: 1, 2, 4, 5, 6 e 8).
- 3) Cei, A. (2021). *Fondamenti di psicologia dello sport*. Il Mulino, Bologna (capitolo 1 da pag. 17 a pag. 52).
- 4) Moè, A. (2021). *Motivarsi. Tre buone ragioni e qualche strategia*. Il Mulino, Bologna (per intero).

Modalità di accertamento delle competenze

L'accertamento delle competenze avverrà attraverso un colloquio sull'intero programma del corso. Per raggiungere la soglia minima di superamento dell'esame (18/30), la studentessa o lo studente dovrà dimostrare sufficienti conoscenze e capacità di comprensione degli argomenti del programma (contenuti nei 4 testi indicati per lo studio della disciplina e sviluppati durante le lezioni frontali), di saper individuare i principali quadri teorici e le caratteristiche fondamentali dei processi psicologici connessi alla pratica sportiva, di utilizzare un linguaggio tecnico pertinente, di argomentare i temi trattati e di saper elaborare esempi applicati ai contesti sportivi (come descritto in dettaglio nel paragrafo "Risultati di apprendimento (Descrittori di Dublino)").

Date di esame

Le date di esame saranno pubblicate sulla pagina web del corso di laurea almeno due mesi prima dell'inizio della sessione d'esami:

<https://www.unikore.it/index.php/it/scienze-attivita-motoria-sportiva-esami/scienze-delle-attivita-motorie-e-sportive-calendario-esami>

Modalità e orario di ricevimento

L'orario di ricevimento sarà pubblicato sulla pagina personale del docente:

<https://unikore.it/index.php/it/scienze-attivita-motoria-sportiva-persone/scienze-delle-attivita-motorie-e-sportive-docenti-del-corso/itemlist/category/1755-prof-simona-nicolosi>

ⁱ PO (professore ordinario), PA (professore associato), RTD (ricercatore a tempo determinato), RU (Ricercatore a tempo indeterminato), DC (Docente a contratto).