PROGRAMMA DEL CORSO DI PSICOLOGIA GENERALE APPLICATA ALLE SCIENZE MOTORIE

SETTORE SCIENTIFICO

M-PSI/01 (PSIC-01/A)

CFU

6

OBIETTIVI

/**/

Obiettivo del corso è presentare la psicologia generale, ovvero la disciplina psicologica che studia i principali processi cognitivi dell'individuo, come emozione, memoria, sensazione e percezione, motivazione e intenzione, oltre che i fondamenti storici e metodologici dello studio scientifico del comportamento, comprensivo di riferimenti ad altre branche e tematiche specifiche della psicologia applicati. Il corso approfondirà inoltre nello specifico alcune applicazioni della psicologia generale ai contesti delle scienze motorie, dell'attività fisica, dello sport e promozione della salute.

Obiettivi formativi:

1. Conoscere la storia della psicologia e la sua collocazione all'interno delle scienze umane e sociali
2. Acquisire gli strumenti epistemologici e metodologici di base per comprendere gli aspetti psicologici di progetti educativi e di intervento nel contesto sportivo
3. Maturare comprensione del comportamento e della cognizione basata sulle teorie e i risultati della ricerca scientifica utili a operare efficacemente come professionisti dell'esercizio fisico, educatori motori, preparatori, trainer e operatori del wellness.

VERIFICA

/**/

La verifica dell'apprendimento si articola in una prova intermedia a distanza, composta da 24 domande a risposta multipla che sarà centrata su di una prima parte del programma didattico e in una prova finale di profitto in presenza, composta da 7 domande a risposta multipla, centrata sulla seconda parte del programma didattico. Il voto d'esame, espresso in trentesimi, deriva dalla somma dei punteggi conseguiti alla prova intermedia e alla prova finale, relative ai contenuti della didattica asincrona. L'esame si intende superato con il conseguimento di almeno 18/30 complessivi. Al voto finale possono aggiungersi, ove previsti, fino a 2 punti premiali maturati attraverso la partecipazione alle attività di didattica sincrona e il corretto svolgimento dei test di fine lezione.

In alternativa lo/la studente/essa ha la possibilità sostenere una prova unica con test di 31 domande a risposta multipla, in presenza, sull'intero programma del corso. Anche nella prova Unica l'esame si intende superato con il conseguimento di almeno 18/30 complessivi e a tale voto possono aggiungersi fino a 2 punti premiali maturati attraverso la partecipazione alle attività di didattica sincrona.

Inoltre, lo/la studente/essa ha la possibilità di sostenere una prova unica orale nelle due sessioni di Febbraio e Settembre sull'intero programma dell'insegnamento.

RISORSE

/**/
I testi consigliati sono i seguenti:

ALBERTO CEI - Fondamenti di psicologia dello sport Editore. Il Mulino, Bologna, 2021 Disponibili nella sezione "Biblioteca"

LAURA MANDOLESI - Manuale di psicologia generale dello sport. Editore. Il Mulino, Bologna, 2025 "Biblioteca"

Coon, D., Mitterer, J. O., & Martini, T. S. (2020) Psicologia Generale. Utet Università

Si segnalano alcuni testi facoltativi per l'approfondimento da parte degli studenti interessati. Si specifica che i testi di approfondimento volontario non saranno oggetto d'esame.

- Su emozioni, psicologia della salute, intelligenza emotiva ed empatia, effetto placebo, personalità e motivazione: Durosini, I., Triberti, S. (2022) Le emozioni tra cura e malattia. Maggioli
- Sulla personalità e i nuovi media: Villani, D., Triberti, S. (2018) La personalità online. Giunti
- Gerrig, J., Zimbardo, P.G., Anolli, L., Baldi, P.L. (2023) Psicologia Generale – Terza Edizione. Pearson

RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI

/**/
- Conoscenza e capacità di comprensione

Comprendere le principali teorie e ricerche psicologiche relative ai processi cognitivi, emotivi e motivazionali dell'individuo, con particolare riferimento ai contesti delle scienze motorie, dello sport e della promozione della salute (ob.1)

Conoscere la storia della psicologia generale/sperimentale (ob. 2)

Comprendere i principali metodi della ricerca psicologica e la loro applicazione nello studio della motivazione, della performance, dell'apprendimento motorio e della promozione della salute (ob. 3)

- Capacità di applicare conoscenza e comprensione

Applicare le conoscenze derivanti dal corso nella collaborazione allo sviluppo e gestione di ricerche di interesse psicologico (ob. 1)

Saper sviluppare ipotesi di ricerca e selezionare gli strumenti più adeguati per la loro conferma o disconferma (ob. 2)

Utilizzare le conoscenze della psicologia per meglio comprendere i comportamenti delle persone in diversi ambiti, a partire da quello educativo in tutte le fasce d'età e per progettare interventi educativi e motori orientati alla promozione della salute, alla prevenzione e al miglioramento della qualità della vita (ob. 3)

- Autonomia di giudizio

Sviluppare un approccio critico per la comprensione di asserzioni di interesse psicologico, che siano di provenienza scientifica o popolare/divulgativa (ob. 1)

Saper analizzare il comportamento delle persone nei diversi contesti motori, sportivi ed educativi sulla base di principi scientifici, superando interpretazioni basate esclusivamente sul senso comune (ob. 2)

Saper identificare gli aspetti rilevanti del comportamento e della cognizione, con particolare riferimento agli ambiti di interesse dell'educazione e che influenzano performance, partecipazione e salute (ob. 3)

- Abilità comunicative

Maturare abilità di comunicazione relativa alle questioni di interesse psicologico, a partire dalla spiegazione del comportamento degli individui (ob. 1)

Saper descrivere i risultati di ricerca in ambito psicologico (ob. 2)

Apprendere modalità di progettazione e presentazione di interventi educativi, motori e psico-educativi finalizzati alla promozione della salute (ob. 3)

- Capacità di apprendimento

Migliorare la capacità di apprendere concetti, teorie e risultati nell'ambito della psicologia applicata alle scienze motorie, allo sport e alla promozione della salute (ob. 1)

Sviluppare capacità di leggere e studiare testi scientifici in area psicologica e delle scienze della persona (ob. 2)

ATTIVITÀ DI DIDATTICA EROGATIVA (TEL-DE)

/**/
Le attività di Didattica Erogativa consistono, per ciascun CFU, nell'erogazione di cinque videolezioni della durata di circa 30 minuti. A ciascuna videolezione è associata una dispensa in formato PDF di supporto oppure l'indicazione di capitoli o paragrafi di un e-book di riferimento, scelto dal docente tra quelli liberamente consultabili da studentesse e studenti sulla piattaforma. Sono inoltre previsti un questionario a risposta multipla per l'autoverifica dell'apprendimento.

ELENCO VIDEOLEZIONI

/**/
1 - Alle origini della psicologia scientifica: strutturalismo e funzionalismo

2 – Psicoanalisi

3 – Comportamentismo

4 – Gestalt

5 – Cognitivismo

6 – Embodied Cognition

7 –Percezione e azione

8 – Il dolore

9 – La coscienza

10 – Il sonno

11 –Processi Attentivi

12 –La memoria

13 –Memoria a breve termine e working memory

14 – Memoria a lungo termine

15 – Strategie di codifica e di recupero

16 – L'Intelligenza

17 – Teorie delle Intelligenze multiple e loro criticità

18 – Intelligenza Artificiale

19 – La motivazione: i bisogni

20 – La motivazione: obiettivi e "nutrimenti"

21 – Il flow

22 – La psicologia positiva e del benessere

23 –Attenzione e concentrazione

24 – Ansia, attivazione e stress

25 - Modelli di cambiamento comportamentale

26 – Sistema 1 e 2 e Bias cognitivi

27 – Le emozioni: teorie classiche

28 – Le emozioni: teorie e studi moderni

29 – La regolazione emotiva

30 – Intelligenza emotiva ed empatia

ATTIVITÀ DIDATTICA INTERATTIVA (TEL-DI)

/**/
Le attività di Didattica Interattiva (TEL-DI) consistono, per ciascun CFU, in 2 ore erogate in modalità sincrona su piattaforma Class, svolte dal docente, anche con il supporto del tutor disciplinare, e dedicate a una o più tra le seguenti tipologie di attività:

• sessioni live, in cui il docente guida attività applicative, stimolando la riflessione critica e il confronto diretto con gli studenti tramite domande in tempo reale e discussioni collaborative;

• webinar interattivi, arricchiti da sondaggi e domande dal vivo, per favorire il coinvolgimento attivo e la co-costruzione della conoscenza;

• lavori di gruppo e discussioni in tempo reale, organizzati attraverso strumenti collaborativi come le breakout rooms, per sviluppare strategie di problem solving e il lavoro in team;

• laboratori virtuali collettivi, in cui il docente guida esperimenti, attività pratiche o l'analisi di casi di studio, rendendo l'apprendimento un'esperienza concreta e partecipativa;

Tali attività potranno essere eventualmente supportate da strumenti asincroni di interazione come per esempio: forum; wiki; quiz; glossario.

Si prevede l'organizzazione di almeno due edizioni di didattica interattiva sincrona nel corso dell'anno accademico.

Si precisa che il ricevimento degli studenti, anche per le tesi di laurea, non rientra nel computo della didattica interattiva.

OBBLIGO DI FREQUENZA

/**/
A studentesse e studenti viene richiesto di partecipare ad almeno il 70% dell'attività di didattica erogativa (70% della TEL-DE).

INCLUSIONE

/**/
Il corso prevede forme di flessibilità finalizzate a favorire la piena partecipazione delle diverse tipologie di utenti, anche attraverso adattamenti nelle metodologie, nei materiali, negli strumenti didattici e, ove previsto, nelle modalità di verifica. Studentesse e studenti con disabilità, DSA, BES o altre condizioni di necessità, anche temporanee, possono rivolgersi al/alla docente del corso e sono invitati a contattare l'Ufficio Inclusione all'indirizzo ufficio.inclusione@unipegaso.it, al fine di ricevere informazioni sui servizi disponibili, sui supporti e sugli strumenti per la fruizione della didattica, inclusa l'eventuale predisposizione di un Piano Universitario Personalizzato secondo quanto previsto dal Regolamento dei servizi per l'inclusione.

AGENDA

/**/
Nella sezione Informazioni Appelli, nella home del corso, per ogni anno accademico vengono fornite le date degli appelli d'esame.

Le attività di didattica interattiva sincrona sono calendarizzate in piattaforma nella sezione Class.

Le attività di ricevimento di studenti e studentesse sono calendarizzate nella sezione Ricevimento Online.

POLICY SULL'UTILIZZO DI INTELLIGENZA ARTIFICIALE E/O GENERATIVA

/**/
L’utilizzo di strumenti di intelligenza artificiale e/o generativa è consentito esclusivamente come supporto allo studio, all’organizzazione delle idee, alla ricerca preliminare e alla revisione formale dei testi, nel rispetto dei principi di autonomia, originalità, responsabilità, riservatezza e correttezza accademica. Tali strumenti non possono sostituire l’elaborazione personale dello studente né essere impiegati per produrre integralmente elaborati, risposte o attività oggetto di valutazione.

OBIETTIVI AGENDA 2030 PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE

/**/
Il corso, in coerenza con gli Obiettivi dell’Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile, intende favorire l’acquisizione di conoscenze e competenze utili ad affrontare in modo consapevole, critico e responsabile le problematiche connesse allo sviluppo sostenibile, con particolare attenzione alle dimensioni sociali, economiche, ambientali e culturali proprie dell’ambito disciplinare di riferimento.