



UNICUSANO

Università degli Studi Niccolò Cusano - Telematica Roma

Insegnamento	Psicologia Sociale e dello Sport
Livello e corso di studio	Laurea Triennale in Scienze Motorie (triennale classe L – 22)
Settore scientifico disciplinare (SSD)	M – PSI/05, M – EDF/02
Anno di corso	3
Anno Accademico	2020-2021
Numero totale di crediti	6+5 (11)
Propedeuticità	
Docente	Nome Cognome: Flaminia Bolzan Mariotti Posocco AREA: SCIENZE MOTORIE NICKNAME: BOLZAN.FLAMINIA EMAIL: FLAMINIA.BOLZAN@UNICUSANO.IT
Presentazione	<p>Il corso di Psicologia Sociale e dello Sport, che si colloca nel terzo anno del percorso di studi, si focalizza sulle principali modalità con cui gli individui elaborano e si rappresentano il proprio contesto sociale e fornisce gli strumenti concettuali per leggere criticamente teorie e paradigmi caratterizzanti la psicologia sociale, consente inoltre l'acquisizione di concetti e competenze relative allo sport, all'allenamento e alla prestazione sportiva in generale, studiandone i meccanismi di base e le metodologie di ottimizzazione.</p> <p>Illustra poi gli elementi specifici per la programmazione, la conduzione e l'organizzazione di un piano didattico per la disciplina del tennis.</p> <p>Nella prima parte del corso saranno affrontate le tematiche classiche della della psicologia sociale (la storia della disciplina, la percezione sociale, la cognizione sociale, gli atteggiamenti, i gruppi).</p> <p>La seconda parte dell'insegnamento si propone invece di inquadrare storicamente lo sport, illustrare la classificazione della attività sportive e fornire gli strumenti teorici per poter individuare quelli che sono gli interventi di base in un contesto sportivo attraverso la conoscenza dei modelli teorici e dei fattori che sono alla base dell'attività sportiva stessa, dell'allenamento e della prestazione dell'atleta con un focus specifico sull'allenamento mentale e sul ruolo della psicologia dello sport.</p> <p>L'ultima parte del corso attiene invece la metodologia e didattica del tennis e in riferimento alla storia della disciplina sportiva, al regolamento del gioco, alle tecniche di base, alla preparazione atletica e alla preparazione mentale.</p>
Obiettivi formativi	<p>Gli obiettivi formativi dell'insegnamento di Psicologia Sociale e dello Sport sono:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inquadramento della Psicologia Sociale come scienza e introduzione ai principali modelli teorici di riferimento • Definizione dei macro-concetti di cognizione e percezione sociale • Introduzione alla comunicazione e alla motivazione nella pratica sportiva • Introduzione alla storia dello sport e alla psicologia dello sport • Differenze tra sport individuale e sport di squadra • Definizione del ruolo dell'allenatore • Conoscenza dell'approccio relazionale • Il modello prestativo del tennis • I fondamentali del gioco del tennis
Prerequisiti	
Risultati di apprendimento attesi	<p>In sintesi, i risultati di apprendimento attesi sono:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conoscenza e capacità di comprensione (Knowledge and understanding): A partire dalla definizione e inquadramento teorico della Psicologia Sociale lo studente avrà acquisito la capacità di orientarsi tra i modelli teorici di base della psicologia sociale e comprendere il nesso tra conoscenza sociale e comportamento sociale, sarà in grado di comprendere la rilevanza degli aspetti psicologici in relazione all'attività sportiva, le modalità di

	<p>strutturazione di un allenamento e i fondamenti teorici e didattici del gioco del tennis.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacità applicativa (Applying knowledge and understanding): Attraverso la definizione dei concetti e del funzionamento psicosociale lo studente sarà in grado di generalizzare una lettura del contesto di riferimento che gli permetterà di affrontare i problemi più ricorrenti nella progettazione dell'allenamento dello sportivo (con particolare riferimento al tennista), mediante l'applicazione delle conoscenze acquisite durante il corso. • Autonomia di giudizio (Making Judgments): Lo studente sarà in grado di utilizzare i riferimenti teorici migliori per la scelta delle metodologie comunicative e didattiche da applicare al contesto della preparazione dello sportivo. • Abilità comunicative (Communication skills): lo studente avrà acquisito un linguaggio tecnico appropriato che consentirà di esprimere in modo chiaro le conoscenze teoriche acquisite nell'ambito degli argomenti proposti. • Capacità di apprendere (Learnig skills): lo studente sarà in grado di utilizzare adeguatamente le nozioni acquisite per lo studio, l'analisi e l'applicazione del sapere psicosociale e psicosportivo applicato al contesto di riferimento.
<p>Organizzazione dell'insegnamento</p>	<p>Il corso è sviluppato attraverso le lezioni preregistrate audio-video che compongono, insieme a slide e dispense, i materiali di studio disponibili in piattaforma.</p> <p>Sono poi proposti dei test di autovalutazione, di tipo asincrono, che corredano le lezioni preregistrate e consentono agli studenti di accertare sia la comprensione, sia il grado di conoscenza acquisita dei contenuti di ciascuna delle lezioni.</p> <p>Sono altresì disponibili lezioni in web-conference programmate a calendario che si realizzano nei periodi didattici.</p> <p>La didattica interattiva si avvale, inoltre, di forum (aule virtuali) e chat disponibili in piattaforma che costituiscono uno spazio di discussione asincrono, dove i docenti e/o i tutor individuano i temi e gli argomenti più significativi dell'insegnamento e interagiscono con gli studenti iscritti.</p> <p>In particolare, nell'ambito della Didattica Interattiva saranno proposte allo studente delle E-tivity di approfondimento.</p> <p>L'insegnamento di Psicologia Sociale e dello Sport prevede in totale 11 CFU che corrispondono ad un carico di studio per lo studente di almeno 275 ore ed è sviluppato attraverso lezioni pre-registrate audio video, slides, dispense e altre risorse didattiche di supporto. I materiali di studio, che sono disponibili in piattaforma, contengono gli elementi necessari per affrontare lo studio della materia in vista della prova d'esame. Inoltre, per una preparazione migliore, si consiglia la consultazione dei testi consigliati.</p> <p>Il carico di studio comprende almeno le seguenti componenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • N 231 ore di didattica erogativa per la visualizzazione e lo studio del materiale e delle lezioni preregistrate (7 ore di studio per 1 ora di lezione preregistrata, di cui 2 ore per l'ascolto della lezione e 5 ore di autoapprendimento per assimilare i contenuti, per un totale di 33 ore di lezioni videoregistrate) • N 44 ore di didattica interattiva sul forum (aula virtuale) mirata allo svolgimento di esercitazioni e esercizi proposti dal docente, denominate e-tivity <p>Infine, la didattica si avvale di strumenti sincroni come il ricevimento in web-conference e le chat disponibili in piattaforma al fine di consentire un'interazione in tempo reale con gli studenti iscritti.</p>
<p>Contenuti del corso</p>	<ul style="list-style-type: none"> • MODULO I – INTRODUZIONE ALLA PSICOLOGIA SOCIALE <ul style="list-style-type: none"> - Definizione di Psicologia Sociale - Psicologia Sociale come scienza - Cause del comportamento e del pensiero sociale - Breve storia della psicologia sociale - Nuove tendenze della Psicologia Sociale - Comprensione dei metodi di ricerca - Il ruolo della teoria nella Psicologia Sociale - Ricerca e diritti della persona: le questioni etiche • MODULO II – COGNIZIONE SOCIALE <ul style="list-style-type: none"> - Che cosa è la cognizione sociale - Gli schemi e le categorie: il quadro mentale per l'organizzazione e l'utilizzo delle informazioni sociali - L'impatto degli schemi sulla cognizione sociale: attenzione, codifica e recupero - Euristiche: ridurre gli sforzi nella cognizione sociale - Potenziali fonti di errore nella cognizione sociale - Affettività e cognizione • MODULO III – LA PERCEZIONE SOCIALE <ul style="list-style-type: none"> - Definizione di percezione sociale

- Stereotipi
- I diversi canali di comunicazione non verbale
- La teoria di Darwin delle espressioni facciali universali delle emozioni
- Attribuzione , teorie di attribuzione e bias di attribuzione
- Applicazioni della teoria dell'attribuzione

- **MODULO IV – IDENTITÀ, ATTEGGIAMENTI E PERSUASIONE**
- Conoscenza di sé
- Formazione e gestione delle impressioni
- Definizione e struttura degli atteggiamenti
- Atteggiamento e comportamento
- Persuasione
- Dissonanza cognitiva

- **MODULO V – I GRUPPI**
- Definizione di gruppo
- Influenza del gruppo
- Funzionamento del gruppo
- Leadership
- Relazioni tra i gruppi
- Pregiudizio e discriminazione

- **MODULO VI – INTRODUZIONE ALLO SPORT**
- La prestazione sportiva
- Lo sport nella storia
- Lo sport nell'attualità
- Classificazione degli sport
- I giochi sportivi

- **MODULO VII – L'ALLENAMENTO**
- Capacità, abilità e competenze motorie
- L'apprendimento motorio
- L'allenamento sportivo
- Strutturazione di una seduta di allenamento
- La programmazione nell'allenamento giovanile e infantile
- Le competenze pedagogiche dell'allenatore

- **MODULO IX – INTRODUZIONE ALLA PSICOLOGIA DELLO SPORT**
- La psicologia dello sport applicata agli sport di squadra: le dinamiche di gruppo, coesione e cooperazione
- La psicologia dello sport applicata agli sport individuali: lo stato di flow e la peak performance individuale
- La nozione di competenza e abilità mentale
- Competenze cognitive
- Competenze emotive
- Consapevolezza di Sé in condizioni ordinarie e "sotto pressione"

- **MODULO X – MENTAL TRAINING**
- Motivazione
- Goal setting
- Rilassamento
- Abilità immaginative
- Self-talk
- Il metodo dell' "Inner game"

- **MODULO XI – TEORIA TECNICA E DIDATTICA DEL TENNIS**
- Storia del tennis
- Le regole, il campo, gli strumenti e i tornei
- Il modello prestativo del tennis
- I fondamentali

	<ul style="list-style-type: none"> - La didattica nel tennis - L'allenamento specifico: aspetti tecnici e tattici
Materiali di studio	<ul style="list-style-type: none"> • Videolezioni preregistrate a cura del docente suddivise in N 11 moduli • Materiali didattici di supporto a cura del docente (dispense, slide e altro materiale caricato in piattaforma) • Testi consigliati per approfondimenti: <ol style="list-style-type: none"> 1. Hogg, M. A., Vaughan, G. M., & Arcuri, L. (2016). <i>Psicologia sociale: teorie e applicazioni</i>. Pearson. 2. Giovannini, D., & Savoia, L. (2002). <i>Psicologia dello sport</i>. Carocci. 3. Gallwey, W. T. (2014). <i>The Inner Game of Tennis: The Ultimate Guide to the Mental Side of Peak Performance</i>. Pan Macmillan.
Modalità di verifica dell'apprendimento	<p>L'esame consisterà di norma nello svolgimento di una prova scritta o nel sostenimento di una orale (modalità di verifica che può essere svolta presso la sede centrale di Roma) tendente ad accertare le capacità di analisi, la proprietà di linguaggio e la capacità di rielaborazione dei concetti acquisiti.</p> <p>La prova scritta prevede N 3 domande a risposta multipla e 3 domande "aperte" (di natura teorica e/o applicativa) che riguardano l'intero programma dell'insegnamento.</p> <p>Alle 3 domande a risposta multipla viene attribuito il valore di 2 punti per ogni risposta corretta, mentre alle 3 domande aperte viene attribuito un punteggio massimo di 8 punti in base alla verifica sui risultati di apprendimento attesi.</p> <p>La prova orale consiste in un colloquio teso ad accertare il livello di preparazione dello studente. Quest'ultimo normalmente si snoda in N 3 domande (di natura teorica e/o applicativa) che riguardano l'intero programma dell'insegnamento, ogni domanda ha uguale dignità e pertanto un massimo voto pari a 10 punti.</p> <p>In ambedue le modalità d'esame, particolare attenzione nella valutazione delle risposte viene data alla capacità dello studente di rielaborare, applicare e presentare con proprietà di linguaggio il materiale presente in piattaforma.</p> <p>In sede di valutazione finale, si terrà conto anche della proficua partecipazione ai forum (aule virtuali) e al corretto svolgimento delle e-tivity proposte.</p>
Criteri per l'assegnazione dell'elaborato finale	<p>L'assegnazione dell'elaborato finale avverrà sulla base di un colloquio con il docente in cui lo studente manifesterà i propri specifici interessi in relazione a qualche argomento che intende approfondire; non esistono preclusioni alla richiesta di assegnazione della tesi e non è prevista una media particolare per poterla richiedere.</p>