SCIENZE MOTORIE E DELLO SPORT (LB45)

(Lecce - Università degli Studi)

Insegnamento PSICOBIOLOGIA E PSICOLOGIA FISIOLOGICA

GenCod A005178

Docente titolare Paola ANGELELLI

Insegnamento PSICOBIOLOGIA E PSICOLOGIA FISIOLOGICA

Insegnamento in inglese PSYCHOBIOLOGY AND PHYSIOLOGICAL

Settore disciplinare M-PSI/02

Corso di studi di riferimento SCIENZE MOTORIE E DELLO SPORT

Tipo corso di studi Laurea

Crediti 5.0

Ripartizione oraria Ore Attività frontale: 40.0

Per immatricolati nel 2018/2019

Erogato nel 2019/2020

Anno di corso 2

Lingua ITALIANO

Percorso PERCORSO COMUNE

Sede Lecce

Periodo Primo Semestre

Tipo esame Orale

Valutazione Voto Finale

Orario dell'insegnamento https://easyroom.unisalento.it/Orario

BREVE DESCRIZIONE DEL CORSO

L'obiettivo del corso, strutturato in lezioni frontali e attività seminariali, mira a fornire le conoscenze di neuroanatomia e fisiologia macroscopica del sistema nervoso; il cervello dell'atleta; i meccanismi percettivi e attenzionali alla base della prestazione agonistica; il controllo chimico del cervello: relazioni tra sistema nervoso, sistema ormonale e sistema immunitario; emozioni, motivazione, ansia da prestazione e sport; apprendimento motorio e memoria; sonno e sport; i benefici dell'attività fisica sul benessere psicologico e sui processi cognitivi; attività fisica e processi di invecchiamento.

PREREQUISITI

Competenze linguistiche ricettive e produttive
Capacità analitiche di comprensione e ragionamento
Capacità di sintesi e elaborazione dei contenuti
Conoscenza di base della fisiologia e anatomia delle cellule nervose

OBIETTIVI FORMATIVI

L'obiettivo del corso è quello di fornire le conoscenze relative alle basi biologiche dei processi cognitivi, emozionali e del comportamento e sui metodi della ricerca in Psicobiologia e Psicologia Fisiologica applicati allo sport e il movimento umano

METODI DIDATTICI

Il corso tratterà la neuroanatomia e fisiologia macroscopica del sistema nervoso (riepilogo); codificazione ed elaborazione delle informazioni sensoriali: il controllo motorio; attività motoria e fenomemi di plasticità cerebrale; il controllo chimico del cervello: relazioni tra sistema nervoso, sistema ormonale e sistema immunitario; la motivazione, i meccanismi cerebrali delle emozioni; basi biologiche di attenzione, apprendimento motorio e memoria; i benefici dell'attività fisica sui processi cognitivi e sull'umore.

MODALITA' D'ESAME

Esame scritto ed orale facoltativo. L'esame scritto verterà su tutto il programma e sarà strutturato in un test con domande a scelta multipla.
Per tutti gli appelli in cui varrà l'ipossibilità di farli in presenza gli esami saranno ORALI.

APPELLI D'ESAME	come da calendario
PROGRAMMA ESTESO	Il corso tratterà la neuroanatomia e fisiologia macroscopica del sistema nervoso (riepilogo); il cervello dell'atleta; i meccanismi percettivi e attenzionali alla base della prestazione agonistica; il controllo chimico del cervello: relazioni tra sistema nervoso, sistema ormonale e sistema immunitario; emozioni, motivazione e sport; apprendimento motorio e memoria; sonno e sport; le basi biologiche dei disturbi dell'umore e ansiosi; i benefici dell'attività fisica sul benessere psicologico e sui processi cognitivi; attività fisica e processi di invecchiamento.
TESTI DI RIFERIMENTO	Alcune dispense/articoli messi a disposizione del docente tratte da: F. Lucidi (2011). SportivaMente. Temi di psicologia dello sport. Milano: LED, Edizioni Universitarie di Lettere, Economia, Diritto, ISBN: 978-88-7916-467-2. D. Spinelli (a cura di) (2002). Psicologia dello sport e del movimento umano. Bologna: Zanichelli, ISBN: 88-08-07985-6. I materiali (slide delle lezioni e dispense/articoli) sono disponibili su formazioneonline