

Diploma/*Master* universitario di I livello in PSICOLOGIA DELLO SPORT A PARTIRE DALL'A.A. 2021-2022

PIANO DI STUDIO

Il Diploma/*Master* universitario di I livello in Psicologia dello sport eroga complessivamente **60 ECTS** per **1.500 ore** comprensive delle voci sotto indicate e dello studio individuale.

INSEGNAMENTO	ECTS	ORE	
Psicologia dello sport e dell'esercizio fisico: ambiti d'intervento delle diverse figure professionali. Comunicazione e motivazione nella pratica sportiva.	5	40	
Controllo motorio e apprendimento: aspetti cognitivi e comportamentali. Sviluppo ed espressione delle potenzialità mentali, fisiche e motorie: il talento.	5	40	
Oltre ogni limite? Doping e sport estremi. Fattori psicologici negli infortuni: assessment e tecniche d'intervento nelle diverse fasi del recupero.	5	40	
Preparazione mentale: strategie, progettualità ed interventi nelle società sportive.	5	40	
Processi di autoregolazione, intelligenza emotiva e performance.	5	40	
Laboratorio di Dinamiche di gruppo, <i>team building</i> e <i>team working</i> .	1	8	
Laboratorio di Tecniche corporee.	1	8	
Laboratorio di Tecniche di respirazione.	1	8	
Laboratorio di Neurofisiologia applicata allo sport: <i>Biofeedback</i> e <i>Neurofeedback</i> .	1	8	
Laboratorio di <i>Mindfulness</i> nello sport e nelle attività motorie.	1	8	
Attività formative individualizzate a libera scelta	5	125	
Tirocinio formativo e/o project/case work	10	250	
Elaborato finale	5	123	
INSEGNAMENTI PER PSICOLOGI	INSEGNAMENTI PER SCIENZE MOTORIE	ECTS	ORE
Processi fisiologici e autoregolazione. Allenamento e correlati fisiologici.	Comunicazione e processi motivazionali applicati alla pratica sportiva.	5	40
Assessment, valutazione psicologica e aspetti clinici nello sport.	Aspetti psicologici in età evolutiva.	5	40

N.B. L'European Credit Transfer System (ECTS) corrisponde ai Crediti Formativi Universitari (CFU) relativi all'ordinamento universitario italiano. 1 ECTS = 25 ore.