



FACOLTÀ DI  
**SCIENZE MOTORIE**  
Università degli Studi di Verona



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI VERONA**  
**FACOLTÀ DI SCIENZE MOTORIE**  
**CDL TRIENNALE IN SCIENZE DELLE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE**

**Prof.ssa Francesca Vitali**

✉ **francesca.vitali@univr.it**

---

**a.a. 2010/2011**



FACOLTÀ DI  
**SCIENZE MOTORIE**  
Università degli Studi di Verona



**Corso integrato di  
PSICOLOGIA APPLICATA ALLE SCIENZE MOTORIE (10 CFU)  
Coordinatore: prof.ssa Francesca Vitali**

**Insegnamento di:  
PSICOLOGIA DEI GRUPPI (6 CFU)**

**CdL Triennale in Scienze delle attività motorie e sportive**

---

**Prof.ssa Francesca Vitali**

**a.a. 2010/2011**



FACOLTÀ DI  
**SCIENZE MOTORIE**  
Università degli Studi di Verona



# Presentazione del corso

---

# FINALITÀ GENERALI DEL CORSO DI PSICOLOGIA DEI GRUPPI

---

- Fornire un quadro articolato e completo delle principali **aree di studio** e di **intervento** della psicologia dei gruppi nei contesti **sportivi** e di **pratica motoria**.

# OBIETTIVI SPECIFICI DEL CORSO DI PSICOLOGIA DEI GRUPPI

---

- Approfondire i **fenomeni psicosociali** che regolano la vita dei **gruppi sportivi** (sport) e dei **gruppi sociali attivi** (esercizio fisico).
- Presentarne le principali **ricadute applicative** per gli operatori delle scienze motorie.
- Discutere gli **aspetti principali delle** dinamiche interne ai gruppi sociali in ambito sportivo e motorio.
- Ogni argomento viene affrontato alla luce della **ricerca** nazionale e internazionale più recente e con il sostegno di **esempi tratti dallo** sport (con particolare attenzione agli sport di squadra) e dalle **attività fisiche e motorie** praticate in gruppo.

# IL CORSO È SUDDIVISO IN 2 PARTI:

---

## Parte 1 - INTRODUTTIVA

Elementi di base del corso:

- × Definizione di gruppo nell'ottica della psicologia sociale.
- × Principali classificazioni dei gruppi per numerosità (es. gruppi piccoli e grandi), per volontarietà (es. gruppi informali e formali), per primarietà (es. gruppi primari e secondari).
- × Differenze fra un 'gruppo' e un 'team'.
- × Appartenenza ai gruppi e delle ricadute sull'identità personale e sociale.
- × Processo di socializzazione fra individuo e gruppo (es. entrata in un gruppo, sviluppo del gruppo, etc.).

# IL CORSO È SUDDIVISO IN 2 PARTI:

---

## Parte 2 - AVANZATA

Approfondimento di alcune **aree** della psicologia dei gruppi:

- (1) Teorie sulle dinamiche dei gruppi e analisi della struttura di un gruppo:** gerarchia di status e differenziazione dei ruoli; ruoli formali e informali nei gruppi sociali e sportivi; chiarezza e ambiguità, accettazione e conflitto di ruolo; regole, norme e produttività di gruppo; clima di gruppo efficace (*effective team climate*); massimizzazione della prestazione individuale nei gruppi sportivi; effetti delle abilità sportive e motorie dei singoli sulla performance di gruppo.
- (2) Motivazione alla pratica sportiva e motoria in gruppo:** analisi dei principali approcci teorici alla motivazione nello sport: teoria socio-cognitiva della *self-efficacy* (Bandura, 1977), teoria dell'attribuzione di causalità (*Attribution Theory*) (Weiner, 1986), teoria della motivazione intrinseca e estrinseca (*Self Determination Theory*) (Ryan e Deci, 2000), teoria dell'orientamento motivazionale (*Achievement Goal Theory*) (Nicholls, 1984); ricadute applicative: linee-guida per rinforzare la motivazione all'esercizio fisico e allo sport praticati in gruppo.

# IL CORSO È SUDDIVISO IN 2 PARTI:

---

## Parte 2 - AVANZATA

Approfondimento di alcune **aree** della psicologia dei gruppi:

**(3) Competizione e cooperazione nei gruppi:** effetti della competizione e della cooperazione sulla prestazione motoria e sportiva; rinforzare la cooperazione nei gruppi; la filosofia dei 'giochi cooperativi': l'esempio degli Special Olympics; aspetti psicosociali della pratica motoria e dell'esercizio fisico in gruppo: le ragioni per praticare esercizio fisico in gruppo (es. i gruppi di cammino), come rinforzare la motivazione e la pratica motoria attraverso il gruppo; la prestazione nei gruppi sportivi: aspetti cognitivi e aspetti emozionali; lo sviluppo delle abilità mentali degli atleti che praticano sport di squadra; ricadute dell'attivazione sulla performance, sugli stati emozionali e sulle abilità cognitive degli atleti che praticano sport di squadra; l'esperienza del *flow* negli sport di squadra.

# IL CORSO È SUDDIVISO IN 2 PARTI:

---

## Parte 2 - AVANZATA

Approfondimento di alcune **aree** della psicologia dei gruppi:

- (4) **Coesione di gruppo:** definizione e modelli concettuali; misurare la coesione nei gruppi; ricadute della coesione sulla prestazione sportiva e la pratica motoria; fattori correlati alla coesione: soddisfazione, conformità, supporto sociale, stabilità, capacità di raggiungere obiettivi; strategie e linee-guida per aumentare la coesione di gruppo nei contesti sportivi e motori.
- (5) **Leadership nei contesti sportivi:** approcci teorici e analisi delle ricadute sugli stili di *coaching*; valutare la leadership nello sport (es. *Leadership Scale for Sport, LSS*); antecedenti e conseguenze della leadership; stili di leadership e leader efficace nello sport e nei contesti motori.
- (6) **Processo di comunicazione nei gruppi sociali e sportivi:** comunicare in modo efficace; feedback, rinforzo e ricadute motivazionali nella pratica sportiva e motoria di gruppo; valutare le proprie capacità di comunicazione; migliorare la comunicazione: linee-guida per una comunicazione efficace; ascoltare in modo efficace: ascolto attivo, ascolto supportivo, ascolto consapevole; saper comunicare critiche in modo costruttivo; riconoscere gli insuccessi nella comunicazione; ricadute della comunicazione sulla relazione fra allenatore/preparatore e atleti e nella pratica motoria in gruppo.

# **LA PARTE AVANZATA DEL CORSO É ARTICOLATA IN 6 MODULI:**

---

**MODULO 1 - Sviluppo e struttura di un gruppo**

**MODULO 2 - Motivazione alla pratica sportiva e motoria in gruppo**

**MODULO 3 - Competizione e cooperazione nei gruppi**

**MODULO 4 - Coesione di gruppo**

**MODULO 5 - Leadership nei contesti sportivi**

**MODULO 6 - Processo di comunicazione nei gruppi sociali e sportivi**

# TESTI E MODALITÀ DI ESAME PER IL CORSO INTEGRATO

---

## **Modalità d'esame:**

L'esame sarà articolato su una **prova scritta** (domande a scelta multipla e/o domande aperte)

**Prova di esame SCRITTA e integrata (unica) per tutti i tre moduli del Corso Integrato**

(Proff. Galmonte, Trabucchi e Vitali)

Prova di esame relativamente **'flessibile'**: non obbliga a sostenere tutti i 3 moduli insieme ma dà la possibilità di farlo.

**E' obbligatorio sostenere i 3 moduli nell'ambito della stessa sessione d'esame e dei due appelli previsti:** se non ci si riesce si deve ripetere nella sessione di esame successiva anche l'eventuale modulo già superato.

# TESTI E MODALITÀ DI ESAME DEL MODULO DI PSICOLOGIA DEI GRUPPI

---

## Modalità d'esame:

Il modulo di esame sarà articolato su una **prova scritta** (domande a scelta multipla e/o domande aperte)

## Testi e materiali per l'esame:

- ✘ Speltini, G. e Palmonari, A. (2007). *I gruppi sociali*. Bologna: Il Mulino.
- ✘ Burke, S. M., Carron, A. V. and Shapcott, K. M. (2008). Cohesion in exercise groups: An overview. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1, 107-123.
- ✘ Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J., and Stevens, D. (2002). Cohesion and Performance in Sport: A meta analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 168-188.
- ✘ Materiali didattici a cura di Francesca Vitali.

# LETTURE CONSIGLIATE

---

- × Burke, K. L., and Crace, R. K. (2005). Coaching: An effective communication system. In S., Murphy (Ed.), *The sport psychology handbook*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- × Carron, A. V. (1988). *Group dynamics in sport*. London, Ontario: Spodym Publishers.
- × Carron, A. V., and Dennis, P. W. (2001). The sport team as an effective group. In J. M., Williams (Ed.), *Applied sport psychology: personal growth to peak performance* (4th ed., pp. 120-134). Mountain View, CA: Mayfield Publishing Company.
- × Shearer, D. A., Thomson, R., Mellalieu, S. D., and Shearer, C. R. (2007). The relationship between imagery type and collective efficacy in elite and non elite athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6, 180-187.

# **DATE DI ESAME (DA CONFERMARE)**

---

## **Appello estivo:**

- 1. Martedì 14 giugno 2011**  
**prova scritta**  
ore 12,00 – 13,00
  
- 2. Martedì 12 luglio 2011**  
**prova scritta**  
ore 12,00 – 13,00

# CALENDARIO DELLE LEZIONI

---

- Periodo delle lezioni: marzo 2011 – maggio 2011
- Lunedì, martedì, mercoledì e giovedì
- Orario: 10,30 – 12,00
- Polo Zanotto, Aula T2
- Totale: 48 ore

# **METODOLOGIE DIDATTICHE**

---

Il corso seguirà metodologie didattiche complementari:

**1. DIDATTICA FRONTALE**

**2. ALCUNE SEMPLICI ATTIVITÀ PRATICHE DI GRUPPO**

# CONTATTI E RICEVIMENTO

---

## Comunicazioni con il docente:

 e-mail: [francesca.vitali@univr.it](mailto:francesca.vitali@univr.it)

## Ricevimento:

Previo appuntamento da prendere via e-mail