

Plano Didático

“Psicologia do Esporte”

PLANO DIDÁTICO						
Disciplinas de caráter geral e propedêuticas				N. horas de lição EAD	N. horas didática alternativa on-line	N. horas de estudo individual
Título das atividades	Professor	SSD	CFU	Estrutura dos créditos		
Psicologia do Esporte	Cardaci Lombardo		3	50	10	15
Prevenção e promoção da saúde	Lavanco Romano		3	50	10	15
Total			6	100	20	30
Disciplinas da área psicológica específica				N. horas de lição EAD	N. horas didática alternativa on-line	N. horas de estudo individual
Título das atividades	Professor	SSD	CFU	Estrutura dos créditos		
Educação esportiva e motora	Mignosi E.		3	50	10	15
Esporte e qualidade de vida	Lavanco Mandalà		3	50	10	15
Gestão de equipes: dinâmicas de grupo	Venza		3	50	10	15
Total			9	150	30	45
Disciplinas de caráter aplicativo e estratégia para intervenção				N. horas de lição EAD	N. horas didática alternativa on-line	N. horas de estudo individual
Título das atividades	Professor	SSD	CFU	Estrutura dos créditos		
Esporte e fatores de risco	Lavanco Mandalà		3	50	10	15
Esporte e handicap	Messina S.		3	50	10	15
Total			6	100	20	30
Total das horas			21	350	70	105

Prova final	4	100
	Total CFU	Total de horas (350 horas de lição EAD + 70 horas de didática alternativa (chat, forum, tutor) + 105 horas de estudo individual + 100 horas de prova final)
Total	25 CFU	625

Disciplinas:

Psicologia do Esporte

A disciplina irá introduzir os elementos fundamentais da Psicologia do Esporte. Após um breve enquadramento histórico da disciplina serão examinadas as habilidades motoras e as principais atividades cognitivas envolvidas no esporte (atenção, memória etc) em diversas tipologias de esporte (esporte individual ou de grupo). Serão então descritos a correlação emotiva e motivacional da atividade esportiva, entendidos como fatores reguladores (ou disfuncionais) da performance (emoções, ansiedade, estresse, motivações, *arousal* etc). Por fim serão tratados elementos de Psicologia da Personalidade aplicados às atividades esportivas, com particular referência às características da personalidade dos atletas, aos estilos de *coping*, ao *locus of control* etc.

Prevenção e promoção da saúde

A primeira parte da disciplina se propõe a fornecer aos estudantes os principais modelos teóricos que introduzem ao estudo da prevenção, a partir do âmbito epidemiológico, no qual o conceito de prevenção foi formulado e aprofundado, até a promoção do bem-estar, própria da psicologia comunitária e da psicologia da saúde. Em particular serão abordadas as várias concepções do termo saúde, tratando a importante passagem da idéia de saúde como ausência de doença até a concepção de saúde como posição positiva do organismo humano entendido como indivíduo social, em constante relação com o contexto. Na segunda parte, serão aprofundadas as estratégias de promoção de saúde nos vários contextos da vida social do indivíduo (família, organização, escola, comunidade), abordando em particular as técnicas de *self-change*, os programas de formação, as intervenções educativas sobre o estilo de vida, as intervenções de *empowerment* e assim por diante.

Educação esportiva e motora

A princípio a disciplina abordará o conceito de educação esportiva e motora a partir de uma perspectiva histórica e epistemológica, referindo-se aos diferentes conceitos no tempo e às diferentes perspectivas teórico-metodológicas. Paralelamente será feito um paralelo entre as diferentes culturas, com destaque para a cultura oriental. Será realizado em seguida um estudo aprofundado sobre a perspectiva psicomotora segundo diferentes abordagens (ver Vayer, Le Boulch, Aucouturier) e a atual concepção da unidade psico-corporal, mesmo à luz das novas aquisições no âmbito da Neurociência. Será dada especial atenção à comunicação não-verbal na educação e à linguagem corporal expressiva nos processos de aprendizagem e desenvolvimento da auto-imagem. Finalmente, serão fornecidos alguns detalhes operacionais quanto à observação da dimensão não-verbal e de possíveis percursos educativos em diferentes contextos, diferenciando o âmbito puramente esportivo daquele educativo.

Esporte e qualidade de vida

A disciplina, em sua primeira parte, se propõe a fornecer aos estudantes as principais teorias que introduzem ao estudo da prática esportiva como fenômeno social complexo, a ponto de influenciar a vida do indivíduo e dos grupos (esporte e envolvimento emocional, a liderança em âmbito esportivo e o poder, a motivação, a auto-eficiência, os processos de grupo e a coesão no grupo esportivo). A segunda parte do curso abordará a relação entre esporte e crescimento psico-físico do indivíduo. Será aprofundado o conceito de bem-estar físico e psicológico e os benefícios derivados de uma correta prática esportiva nas diversas fases do crescimento do indivíduo, particularmente na fase da adolescência (atividade, jogo e competitividade). Por fim, serão tomados em consideração os aspectos sociais que regulam o relacionamento entre bem-estar e saúde e o estudo da função da atividade física nas intervenções de reeducação para jovens e adultos.

Gestão de equipes: dinâmicas de grupos

O objetivo da disciplina é a exposição dos principais temas da dinâmica de grupo, tanto no que diz respeito aos aspectos teóricos quanto aos aplicativos, individualizando aqueles mais pertinentes ao perfil profissional a formar.

No que tange a dimensão teórica, nos aprofundaremos acima de tudo nas questões relativas às problemáticas definitórias do pequeno grupo considerado como elemento relevante dos diversos níveis das relações sociais, nas principais características estruturais e nas tipologias descritivas mais utilizadas, para depois voltarmos aos principais argumentos mais delicados e dinâmicos, como a função psicológico-social de um grupo pequeno, a coesão, o conformismo, a mudança, a interdependência das relações, a liderança.

No que diz respeito ao lado aplicativo, a atenção será voltada para a interação entre deveres e processos dinâmicos, para as relações entre aspectos racionais e aspectos afetivos na vida de grupo, os instrumentos de observações, *team-building* e as técnicas para intervenções orientadas para o crescimento individual e coletivo.

Esporte e fatores de risco

A primeira parte da disciplina se propõe a fornecer aos estudantes as principais teorias que introduzem ao estudo da disciplina esportiva (motivação, personalidade, atenção, processos de auto-regularização e ativação, ansiedade) analisando sob uma visão psicológica algum dos mais importantes temas ligados à prática da atividade física competitiva e não-competitiva. A segunda parte da disciplina abordará os fatores de riscos consequentes de uma prática incorreta do esporte, em particular a dependência do esporte não associada (dependência esportiva primária) e associada a outras patologias como anorexia e bulimia (dependência esportiva secundária) e ao doping. Por fim, serão tomados em consideração os aspectos qualitativos e quantitativos do exercício físico e os fatores de riscos responsáveis pelas formas disfuncionais da prática da atividade física: *exercises addiction* e *overtraining syndrome*.

Esporte e handicap

A disciplina se propõe a aprofundar a ligação que ocorre entre esporte e portadores de handicap seguindo as conotações histórico-sociais e evidenciando os aspectos psicológicos, educativos e de intervenção em um contexto de promoção do bem-estar dos portadores de necessidades especiais. Partindo do tema de evolução do conceito de handicap dentro da prática esportiva, o curso abordará os seguintes temas:

- o crescimento do conceito de reabilitação e de integração;
- a dimensão do tempo livre como aspecto fundamental da promoção do bem-estar dos portadores de necessidades especiais;

- o esporte profissional das pessoas com necessidades especiais (o perfil do atleta com necessidades especiais, as federações e as competições profissionais);
- as políticas para promover o esporte para portadores de necessidades especiais em um contexto integrado entre família, escola e comunidade.