

## SCHEDA INFORMATIVA MASTER UNIVERSITARIO

|   |  |
|---|--|
| <b>ANNO ACCADEMICO</b>  | 2017/2018  |
| <b>DENOMINAZIONE DEL MASTER</b>   | Personal Training, Performance, Chinesiology and Metabolic Disease |
| <b>LIVELLO</b>  | I  |
| <b>EDIZIONE</b>   | I  |
| <b>DURATA</b>   | Annuale  |
| <b>CFU</b>  | 60   |
| <b>MONTE ORE TOTALE</b><br>(comprensivo di didattica frontale, esercitazioni pratiche, tirocini, seminari, attività di studio e preparazione individuale) | 1500   |
| <b>DIPARTIMENTO PROPONENTE RESPONSABILE DELLA GESTIONE ORGANIZZATIVA E AMMINISTRATIVO/CONTABILE</b>   | DISCAB   |
| <b>DOCENTE PROPONENTE</b>   | Prof. Maria Giulia Vinciguerra                                     |
| <b>COMITATO ORDINATORE</b><br>(costituito da almeno 3 docenti di ruolo dell'Ateneo - art.2, comma 3 -Regolamento Master)                                  | Prof. Marco De Angelis   |
|   | Prof. Riccardo Di Gimmignani                                       |
|   | Ph.D. Emanuele D'Angelo  |
|   | Dott. Mirko Amicone  |
| <b>DOCENTE COORDINATORE</b>   | Prof. Maria Giulia Vinciguerra                                     |
| <b>SEDE DI SVOLGIMENTO DELLE ATTIVITA' DIDATTICHE</b>   | DISCAB e Strutture Esterne in convenzione                          |
| <b>STRUTTURA CUI E' AFFIDATA LA GESTIONE DELLE CARRIERE STUDENTI</b>  | Ufficio Master, ECM e Formazione Continua                          |

### OBIETTIVI FORMATIVI

Il Personal Trainer esperto in Chinesiology and Metabolic Disease non è soltanto una figura professionale che orbita, con competenza, nell'ambito delle strutture fitness e wellness, ma elabora anche e soprattutto programmi di allenamento individualizzati volti a migliorare la condizione fisica, attraverso un approccio metodologico e scientifico. Ottimizza inoltre, con alta specificità e professionalità, protocolli di intervento adattati a qualsiasi livello ed età, mirati alla risoluzione di problematiche inerenti alla salute del benessere dell'individuo con particolare riferimento alla prevenzione sia Primaria che Secondaria nell'ambito delle patologie Dismetaboliche, Muscolo-Scheletriche e Cardiovascolari. Il corso mira a fornire strumenti tecnici applicativi maggiormente professionalizzanti, finalizzati alla pratica di tale attività professionale e lavorativa. Inoltre scopo principale del Master è quella di creare un profilo professionale affidabile sia dal punto di vista tecnico-metodologico che scientifico.

### PROFILO PROFESSIONALE E SBOCCHI OCCUPAZIONALI

Nell'ambito della progettazione, programmazione e somministrazione dell'Esercizio Fisico controllato ed adattato, il candidato avrà sbocchi lavorativi:

- 1- La gestione dei clienti che richiedono il Training "One to One";
- 2 - La possibilità di interagire con equipe sanitaria in strutture pubbliche e private;
- 3 - L'Inserimento all'interno di programmi di prevenzione della salute e del benessere;
- 4 - L'Interazione nei programmi di somministrazione di attività fisica ed esercizio nell'età evolutiva e all'interno delle aree scolastiche;
- 5 - L'intervento mirato nella gestione della salute della "Terza e Grande Età";
- 6 - L'approccio e la risoluzione Posturale delle dinamiche dell'esercizio fisico;
- 7 - La gestione e il miglioramento della performance nello sportivo.

**REQUISITI DI AMMISSIONE**

| Titoli di studio che consentono l'accesso         | CLASSE n. | DENOMINAZIONE CLASSE  |
|---|-----------|---|
| Laurea di I livello<br>D.M.509/1999               | L33       | Corso di Laurea in Scienze Motorie  |
|   |           |   |
|   |           |   |
|   |           |   |
| Laurea di I livello<br>D.M.270/2004               | L22       | Corso di Laurea in Scienze Motorie  |
|   |           |   |
|   |           |   |
|   |           |   |
| Laurea Specialistica<br>D.M.509/1999              | 75/S      | Corso di Laurea Specialistica in Scienze e Tecnica dello Sport                                    |
|   | 76/S      | Corso di laurea Specialistica in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate |
|   |           |   |
|   |           |   |
| Laurea Magistrale<br>D.M.270/2004                 | LM/67     | laurea Magistrale in Scienze Motorie Preventive ed Adattative                                     |
|   | LM/68     | Laurea Magistrale in Scienza e Tecnica dello Sport  |
|   |           |   |
|   |           |   |
| Lauree ordinamenti<br>previgenti D.M.<br>509/1999 |           | Diploma ISEF  |
|   |           |   |
|   |           |   |
|   |           |   |

Coloro che (cittadini italiani, comunitari, non comunitari regolarmente soggiornanti in Italia, non comunitari residenti all'estero) sono in possesso di un titolo di studio conseguito all'estero, possono presentare domanda di ammissione al Master secondo le norme stabilite dal MIUR per l'accesso degli studenti stranieri ai Master universitari e disponibili alla pagina web <http://www.studiare-in-italia.it/studentistranieri/4.html>

Il Comitato Ordinatore valuterà l'idoneità del titolo straniero ai fini esclusivi dell'ammissione al Master, che non comporterà alcuna equiparazione/equipollenza del titolo straniero a quello italiano.

| NUMERO PARTECIPANTI |    |  |
|---------------------|----|--|
| MINIMO              | 12 | Il Master verrà attivato solo in caso di raggiungimento del <u>numero minimo previsto di iscritti</u> .  |
| MASSIMO             | 35 | Qualora le domande di ammissione presentate risultino superiori al numero massimo previsto, la selezione avverrà tramite le seguenti modalità: valutazione del punteggio dei titoli di studio necessari per l'ammissione; valutazione del dottorato di ricerca; valutazioni di pubblicazioni scientifiche. |

### ORGANIZZAZIONE DELLA DIDATTICA

Lezioni di Didattica Frontale con numerosi Laboratori Pratici e Tirocini (Tecnico ed Applicativi) che si svolgeranno in apposite strutture convenzionate.  
 La frequenza del Master è Semestrale su due semestri, con impegno settimanale di 24 ore su 3 Giornate (Venerdì - Sabato - Domenica), una sessione d'esame al termine di ciascun semestre (sono previsti Seminari a scansione Mensile con tematiche di rilevanza scientifica).  
 I programmi seguiranno le seguenti tematiche: programmi di allenamento metabolico e cardiovascolare; internazionalizzazione dell'attività motoria; l'approccio posturale globale nell'ambito analitico; periodizzazione nei programmi di forza e hybrid programming; la preparazione atletica e il pre-atletismo; soluzioni biomeccaniche dell'esercizio fisico; valutazione e monitoraggio con specifici device dell'allenamento; aspetti nutrizionali, integrazione e supplementazione nello sport; strategie comunicative e di marketing.

### FREQUENZA

Obbligatoria per almeno 75 % del monte ore complessivo previsto di didattica frontale

### PIANO DIDATTICO

**Il piano didattico può comprendere attività monodisciplinari o attività di tipo integrato. Per gli insegnamenti monodisciplinari devono essere indicati i CFU, il SSD ed il dettaglio ore di**

| Nell'ambito del valore totale 1 CFU = 25 ore, specificare la quota di ore di didattica frontale. | 8  | ORE DI DIDATTICA FRONTALE IN CORSI TEORICI            |
|--|----|---|
|  | 10 | ORE DI DIDATTICA FRONTALE IN ATTIVITA' DI LABORATORIO |
|  | 25 | ORE DI TIROCINIO                                      |

| Attività formativa  | Docente                        | S.S.D. | CFU          | Numero ore totali | Numero ore totali di didattica frontale |
|---|--------------------------------|--------|--------------|-------------------|---|
| C.I.: Advanced Training Methods e integrazione e supplementazione nello sport             | Ph.D. Emanuele D'Angelo        | MDF/02 | 4,00         | 100,00            | 32,00                                   |
| C.I.: Internazionalizzazione dell'Attività Motoria: strategie comunicative e di marketing | Dott. Maria Giulia Vinciguerra | MDF/02 | 2,00         | 50,00             | 16,00                                   |
| C.I.: Approccio Posturale Globale ed Analitico  | Dott. Marcello Di Finizio      | MDF/01 | 2,00         | 50,00             | 16,00                                   |
| C.I.: Programmi di Forza e Hybrid Programming   | Dott. Mirko Amicone            | MDF/01 | 2,00         | 50,00             | 16,00                                   |
| C.I.: La Preparazione Fisico Atletica e il Pre-Atletismo                                  | Dott. Claudio Mazzaufu         | MDF/02 | 2,00         | 50,00             | 16,00                                   |
| C.I.: Biomeccanica dell'Esercizio Fisico  | Dott. Riccardo Di Gimmignani   | MDF/02 | 2,00         | 50,00             | 16,00                                   |
| C.I.: Monitoraggio e Valutazione con Device specifici dell'Allenamento                    | Dott. Marco De Angelis         | MDF/02 | 2,00         | 50,00             | 16,00                                   |
| Laboratorio: Advanced Training Methods e integrazione e supplementazione nello sport      | Ph.D. Emanuele D'Angelo        | MDF/02 | 2,00         | 50,00             | 20,00                                   |
| Laboratorio: Approccio Posturale Globale ed Analitico                                     | Dott. Marcello Di Finizio      | MDF/01 | 4,00         | 100,00            | 40,00                                   |
| Laboratorio: Programmi di Forza e Hybrid Programming                                      | Dott. Mirko Amicone            | MDF/01 | 2,00         | 50,00             | 20,00                                   |
| Laboratorio: La Preparazione Fisico Atletica e il Pre-Atletismo                           | Dott. Claudio Mazzaufu         | MDF/02 | 2,00         | 50,00             | 20,00                                   |
| Laboratorio: Monitoraggio e Valutazione con Device specifici dell'Allenamento             | Dott. Marco De Angelis         | MDF/02 | 2,00         | 50,00             | 20,00                                   |
| Tirocinio Tecnico Formativo   |                                |        | 20,00        | 500,00            |   |
| Attività Seminari   |                                |        | 6,00         | 150,00            |   |
| <b>PROVA FINALE</b>   |                                |        | 6,00         | 150,00            |   |
| <b>TOTALE</b>   |                                |        | <b>60,00</b> | <b>1.500,00</b>   | <b>248,00</b>                           |

### PROVA FINALE

Case Report o Report di ricerca su argomento specifico, 6 CFU

### COPERTURA FINANZIARIA

**CONTRIBUTO D'ISCRIZIONE (€) 2.500,00**