



**PEGASO**

Università Telematica

D.M. 20 04 2006 G.U. n° 118 del 23 05 2006

**ALTA FORMAZIONE di I Livello**

**Posturologia Sportiva**

**1ª Edizione**

**750 ore 30 CFU**

**Anno accademico 2025/2026**

**ALFO1396**



|                               |  |
|-------------------------------|--|
| <b>Titolo</b>                 | Posturologia Sportiva  |
| <b>Edizione</b>               | 1ª Edizione  |
| <b>Area</b>                   | Sanità   |
| <b>Categoria</b>              | ALTA FORMAZIONE  |
| <b>Livello</b>                | I Livello  |
| <b>Anno accademico</b>        | 2025/2026  |
| <b>Durata</b>                 | Durata annuale, per un complessivo carico didattico pari a 750 ore corrispondenti a 30 CFU   |
| <b>Presentazione</b>          | La posturologia studia i rapporti tra gli atteggiamenti abituali del corpo umano e le determinate patologie che potrebbero derivare da un errato assetto posturale. Infatti, squilibri di questo sistema possono determinare sollecitazioni anormali sulle strutture anatomiche con conseguente patologia prima infiammatoria e dolorosa e poi degenerativa. Il campo d'azione della posturologia è abbastanza ampio ed in piena evoluzione e coinvolge il mondo della medicina ortopedica, della fisioterapia, della massofisioterapia, dell'osteopatia, della cinesiologia e di tante altre discipline affini. |
| <b>Finalità</b>               | Formare un esperto operatore di ginnastica posturale in ambito sportivo, attraverso nozioni teoriche ed esperienze pratiche con l'ausilio di attrezzi specifici e che possa, in seguito, tradurre in moduli individuali di ginnastica posturale, le diagnosi definite dai medici specialisti, al fine di creare nuove posture in grado di ridurre o di eliminare le interferenze dolorose, di prevenire gli infortuni e gli eventuali abbandoni precoci sportivi ed ottenere, invece, risultati stabili di performance.  |
| <b>Direttore</b>              | Domenico Monacis   |
| <b>Coordinatore Didattico</b> | Luca Roncelli  |

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <p><b>Destinatari</b></p>         | <p>Diplomati Liceo Sportivo, Diplomati Isef, laureati e laureandi in Scienze Motorie, laureati in fisioterapia e nelle professioni sanitarie della prevenzione e della riabilitazione. Tecnici delle Federazioni Sportive Nazionali, Discipline Sportive Associate, Enti di Promozione Sportiva, purché diciottenni ed in possesso di diploma di scuola media di 2° grado. Il Master è destinato a studentesse/i che vogliano acquisire competenze specifiche per:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• comprendere gli squilibri posturali che possono compromettere la performance atletica e aumentare il rischio di infortuni, integrando conoscenze di neurofisiologia, biomeccanica e chinesiologia.</li><li>• sviluppare programmi personalizzati per atleti di diverse discipline, volti a migliorare l'efficienza del movimento, l'equilibrio e la stabilità.</li><li>• analizzare e discutere le più recenti ricerche scientifiche per applicare le migliori pratiche nella prevenzione degli infortuni e nell'ottimizzazione della performance.</li><li>• comunicare in maniera efficace con allenatori, fisioterapisti e altri professionisti del settore per un approccio integrato e sinergico.</li><li>• redigere e presentare un programma di intervento o un caso clinico, dimostrando capacità di analisi e applicazione pratica.</li></ul> |
| <p><b>Strumenti didattici</b></p> | <p>Una volta perfezionata l'iscrizione, il corsista riceve le credenziali necessarie per accedere alla piattaforma telematica "PegasOnLine", dove potrà reperire tutti gli strumenti didattici elaborati e a sua disposizione 24h su 24h:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lezioni video on-line;</li><li>• Documenti cartacei appositamente preparati;</li><li>• Bibliografia;</li><li>• Sitografia (link di riferimento consigliati dal docente per approfondimento);</li><li>• Test di valutazione.</li></ul>  |

| <p><b>Contenuti</b></p>             | <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Tematica</th> <th>SSD</th> <th>CFU</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Auxologia e fisiologia del movimento</td> <td>BIO/09</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Maturazione, apprendimento e sviluppo dell'attività di base</td> <td>M-EDF/01</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Sviluppo delle capacità motorie</td> <td>M-EDF/01</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Il modello di prestazione</td> <td>M-EDF/02</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Aspetti Generali dell'allenamento</td> <td>M-EDF/02</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Apprendimento motorio ed apprendimento della tecnica</td> <td>M-EDF/01</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Aspetti di natura neurologica dell'allenamento</td> <td>BIO/09</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>Catene cinetiche, tecnica, apprendimento e stile individuale</td> <td>M-EDF/02</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>Posturologia Clinica dell'allenamento dei muscoli respiratori, del sistema vestibolare</td> <td>M-EDF/02</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>Sicurezza sul lavoro</td> <td></td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>11</td> <td>Project Work</td> <td></td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>Prova finale</td> <td></td> <td>5</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: right;"><b>Totale</b></td> <td></td> <td><b>30</b></td> </tr> </tbody> </table> |          | Tematica  | SSD | CFU | 1 | Auxologia e fisiologia del movimento | BIO/09 | 2 | 2 | Maturazione, apprendimento e sviluppo dell'attività di base | M-EDF/01 | 2 | 3 | Sviluppo delle capacità motorie | M-EDF/01 | 2 | 4 | Il modello di prestazione | M-EDF/02 | 2 | 5 | Aspetti Generali dell'allenamento | M-EDF/02 | 2 | 6 | Apprendimento motorio ed apprendimento della tecnica | M-EDF/01 | 2 | 7 | Aspetti di natura neurologica dell'allenamento | BIO/09 | 2 | 8 | Catene cinetiche, tecnica, apprendimento e stile individuale | M-EDF/02 | 2 | 9 | Posturologia Clinica dell'allenamento dei muscoli respiratori, del sistema vestibolare | M-EDF/02 | 2 | 10 | Sicurezza sul lavoro |  | 2 | 11 | Project Work |  | 5 | 12 | Prova finale |  | 5 | <b>Totale</b> |  |  | <b>30</b> |
|-------------------------------------|---|----------|-----------|-----|-----|---|--------------------------------------|--------|---|---|---|----------|---|---|---------------------------------|----------|---|---|---------------------------|----------|---|---|-----------------------------------|----------|---|---|--|----------|---|---|--|--------|---|---|--|----------|---|---|--|----------|---|----|----------------------|--|---|----|--------------|--|---|----|--------------|--|---|---------------|--|--|-----------|
|                                     | Tematica  | SSD      | CFU       |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 1                                   | Auxologia e fisiologia del movimento  | BIO/09   | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 2                                   | Maturazione, apprendimento e sviluppo dell'attività di base   | M-EDF/01 | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 3                                   | Sviluppo delle capacità motorie   | M-EDF/01 | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 4                                   | Il modello di prestazione   | M-EDF/02 | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 5                                   | Aspetti Generali dell'allenamento   | M-EDF/02 | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 6                                   | Apprendimento motorio ed apprendimento della tecnica  | M-EDF/01 | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 7                                   | Aspetti di natura neurologica dell'allenamento  | BIO/09   | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 8                                   | Catene cinetiche, tecnica, apprendimento e stile individuale  | M-EDF/02 | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 9                                   | Posturologia Clinica dell'allenamento dei muscoli respiratori, del sistema vestibolare  | M-EDF/02 | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 10                                  | Sicurezza sul lavoro  |          | 2         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 11                                  | Project Work  |          | 5         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| 12                                  | Prova finale  |          | 5         |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| <b>Totale</b>                       |   |          | <b>30</b> |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| <p><b>Attività</b></p>              | <p>L'erogazione del Master avverrà prevalentemente in modalità e-learning, con piattaforma accessibile 24 ore su 24. Il modello di sistema e-learning adottato prevede un apprendimento assistito lungo un percorso formativo predeterminato, con accesso ai materiali didattici sviluppati appositamente e fruibili in rete. Lo studio dei materiali didattici digitali/video lezioni dei docenti e a stampa (dispense e/o testi) correlati da ampia bibliografia, avviene di regola aderendo ai tempi e alla disponibilità del singolo corsista durante le 24 ore della giornata. I contenuti didattici sono articolati in dieci moduli di lavoro, di cui uno dedicato alla sicurezza sul lavoro ed uno alla valutazione posturologica in pratica.</p>  |          |           |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |
| <p><b>Adempimenti richiesti</b></p> | <p>Ai corsisti vengono richiesti i seguenti adempimenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Studio del materiale didattico, sia in formato video che scritto;</li> <li>• Superamento dei test di autovalutazione somministrati attraverso la piattaforma online;</li> <li>• Frequenza obbligatoria di almeno l'80% delle lezioni online;</li> <li>• Redazione di un elaborato propedeutico all'esame scritto;</li> <li>• Superamento della prova finale: prova scritta.</li> </ul> <p>Gli esami si terranno presso le sedi dell'Ateneo.</p>   |          |           |     |     |   |                                      |        |   |   |   |          |   |   |                                 |          |   |   |                           |          |   |   |                                   |          |   |   |  |          |   |   |  |        |   |   |  |          |   |   |  |          |   |    |                      |  |   |    |              |  |   |    |              |  |   |               |  |  |           |

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| <p><b>Titoli ammissione</b></p>  | <p>Sono richiesti i seguenti titoli di ammissione:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diploma di laurea triennale in Scienze Motorie (L-22);</li> <li>• Diploma di laurea magistrale in Scienze Motorie (LM-47, LM-67, LM-68) e/o laurea specialistica del previgente ordinamento;</li> <li>• Diploma di laurea quadriennale del previgente ordinamento;</li> <li>• Diploma di laurea triennale e/o laurea magistrale o titolo equipollente (Diploma ISEF);</li> <li>• Diploma di laurea triennale e magistrale relativa alla classe delle professioni sanitarie e della riabilitazione (Classe SNT/02 e SNT_SPEC/02) e delle professioni sanitarie tecniche (Classe SNT/03 e SNT_SPEC/03);</li> <li>• Diploma di laurea triennale Scienze e tecniche psicologiche (L-24);</li> <li>• Diplomati Liceo Sportivo;</li> <li>• Tecnici delle Federazioni Sportive Nazionali, Discipline Sportive Associate, Enti di Promozione Sportiva, purché maggiorenni e in possesso di diploma di scuola secondaria di II grado;</li> <li>• Diploma accademico di I livello in Danza Classica ad indirizzo tecnico-analitico - ex Diploma accademico di I livello in Discipline Coreutiche – Scuola di Danza Classica (DDPL01); -Diploma accademico di I livello in Danza Contemporanea ad indirizzo tecnico-analitico - ex Diploma accademico di I livello in Discipline Coreutiche – Scuola di Danza Contemporanea (DDPL02);</li> <li>• Diploma di laurea triennale e/o quadriennale affini ai contenuti e agli obiettivi formativi del master.</li> </ul> |
| <p><b>Termini iscrizione</b></p> | <p><b>Iscrizioni sempre aperte</b></p>   |
| <p><b>Condizioni</b></p>         | <p>L'amministrazione si riserva l'attivazione del Corso Postlaurea:<br/> <a href="https://docs.unipegaso.it/postlaurea/mancata_attivazione.pdf">https://docs.unipegaso.it/postlaurea/mancata_attivazione.pdf</a> L'iscrizione comporta l'accettazione del Regolamento sulle condizioni d'utilizzo, riportate alla pagina: <a href="https://docs.unipegaso.it/postlaurea/cond_util_post.pdf">https://docs.unipegaso.it/postlaurea/cond_util_post.pdf</a></p>  |

Quota di iscrizione

**€ 1600,00**

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)  
Il pagamento Ã in un'unica soluzione

**€ 1600,00**

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)  
Il pagamento in due rate cosÃ distribuite

|   | RATA   | SCADENZA                        |
|---|--|---------------------------------|
| 1 | 800€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta | all'atto dell'iscrizione        |
| 2 | 800€   | dopo il 1° mese dall'iscrizione |

**€ 1600,00**

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)  
Il pagamento in tre rate cosÃ distribuite

|   | RATA   | SCADENZA                        |
|---|--|---------------------------------|
| 1 | 600€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta | all'atto dell'iscrizione        |
| 2 | 500€   | dopo il 1° mese dall'iscrizione |
| 3 | 500€   | dopo il 2° mese dall'iscrizione |

**€ 1600,00**

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)  
Il pagamento in quattro rate cosÃ distribuite

|   | RATA   | SCADENZA                        |
|---|--|---------------------------------|
| 1 | 475€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta | all'atto dell'iscrizione        |
| 2 | 375€   | dopo il 1° mese dall'iscrizione |
| 3 | 375€   | dopo il 2° mese dall'iscrizione |
| 4 | 375€   | dopo il 3° mese dall'iscrizione |

**€ 1600,00**

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)  
Il pagamento in cinque rate cosÃ distribuite

|   | RATA   | SCADENZA                        |
|---|--|---------------------------------|
| 1 | 320€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta | all'atto dell'iscrizione        |
| 2 | 320€   | dopo il 1° mese dall'iscrizione |
| 3 | 320€   | dopo il 2° mese dall'iscrizione |
| 4 | 320€   | dopo il 3° mese dall'iscrizione |
| 5 | 320€   | dopo il 4° mese dall'iscrizione |

**€ 1600,00**

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)  
Il pagamento in sei rate cosÃ distribuite

|   | RATA   | SCADENZA                        |
|---|--|---------------------------------|
| 1 | 400€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta | all'atto dell'iscrizione        |
| 2 | 400€   | dopo il 1° mese dall'iscrizione |
| 3 | 200€   | dopo il 2° mese dall'iscrizione |
| 4 | 200€   | dopo il 3° mese dall'iscrizione |
| 5 | 200€   | dopo il 4° mese dall'iscrizione |
| 6 | 200€   | dopo il 5° mese dall'iscrizione |

**€ 1100,00**

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)  
PER TUTTI GLI ISCRITTI IN CONVENZIONE Il pagamento Ã in un'unica soluzione

**€ 1100,00**

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)  
PER TUTTI GLI ISCRITTI IN CONVENZIONE Il pagamento in due rate cos'è distribuite

|   | RATA   | SCADENZA                        |
|---|--|---------------------------------|
| 1 | 550€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta | all'atto dell'iscrizione        |
| 2 | 550€   | dopo il 1° mese dall'iscrizione |

**€ 1100,00**

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)  
PER TUTTI GLI ISCRITTI IN CONVENZIONE Il pagamento in tre rate cos'è distribuite

|   | RATA   | SCADENZA                        |
|---|--|---------------------------------|
| 1 | 300€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta | all'atto dell'iscrizione        |
| 2 | 400€   | dopo il 1° mese dall'iscrizione |
| 3 | 400€   | dopo il 2° mese dall'iscrizione |

**Modalità pagamento**

Il pagamento dovrà avvenire mediante bonifico bancario, **ESEGUITO DIRETTAMENTE DAL CORSISTA**, alle seguenti coordinate bancarie:

**UNIVERSITA' TELEMATICA PEGASO**

**Banca Generali**

**IBAN: IT 44 M 03075 02200 CC8500647145**

Indicare sempre nella causale del bonifico il proprio C.F. nome e cognome ed il pagamento della marca da bollo assolta in modo virtuale, seguito dal codice del corso: **ALFO1396**.

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Trattamento dati personali</b> | <p><b>INFORMATIVA AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI AI SENSI DEL REGOLAMENTO (UE) n. 2016/679 DEL PARLAMENTO EUROPEO E DEL CONSIGLIO DEL 27 APRILE 2016</b></p> <p>La informiamo che i Suoi Dati sono trattati in ottemperanza al nuovo Regolamento generale sulla protezione dei dati (Reg. UE 2016/679) da parte dell'Università Telematica Pegaso. Sul sito <a href="http://www.unipegaso.it">www.unipegaso.it</a> trova l'informativa completa in relazione alle procedure e modalità di trattamento dei dati.</p> <p>In qualunque momento relativamente ai Suoi Dati, Lei potrà esercitare i diritti previsti nei limiti ed alle condizioni descritte dagli articoli 7 e 15-22 del Regolamento, rivolgendosi al Titolare del trattamento Università Telematica Pegaso, <a href="#">Piazza Trieste e Trento, 48 - 80132 Napoli</a> per posta o per fax, indicando sulla busta o sul foglio la dicitura "Inerente alla Privacy", o inviando una e-mail all' indirizzo <a href="mailto:privacy@unipegaso.it">privacy@unipegaso.it</a></p> <p>E' possibile consultare l'informativa sul sito dell'Università Telematica Pegaso, all'indirizzo: <a href="http://www.unipegaso.it/website/privacy">http://www.unipegaso.it/website/privacy</a></p> |
| <b>Informazioni</b>               | <p>Per qualsiasi informazione:<br/>invia un'e-mail a: <a href="mailto:info@openform.it">info@openform.it</a><br/>contattaci telefonicamente: <b>081 5371934; 3936462612</b><br/>collegati al sito: <a href="http://www.openform.it">www.openform.it</a></p>   |