

# ■ MASTER

## UNICUSANO

**PSICOLOGIA DELLO SPORT**  
Sperimentazione attiva di tecniche  
psicomotorie applicate allo sport

**I LIVELLO**



L'Università degli Studi Niccolò Cusano - Telematica Roma propone il Master di I livello in **“Psicologia dello Sport - Sperimentazione attiva di tecniche psicomotorie applicate allo sport”** di durata pari a 1500 h di impegno complessivo.

Agli iscritti che avranno superato la prova finale verrà rilasciato il Diploma di Master di I livello in **“Psicologia dello Sport - Sperimentazione attiva di tecniche psicomotorie applicate allo sport”**.



## Obiettivi e modalità

Il Master in Psicologia dello Sport è un percorso formativo in grado di far acquisire competenze professionali innovative e di immediata applicazione.

In particolare:

- sviluppare la capacità di saper approcciare alla psicologia dello sport nella sua complessità multidimensionale;
- sperimentare l'acquisizione di un modello operativo quale integrazione di contributi multidisciplinari (psicologia, medicina, scienze motorie, fisioterapia, nutrizione);
- essere capaci di progettare interventi "personalizzati" rivolti agli atleti, allo staff, alle Società, alle famiglie;
- costruire una competenza tecnica e metodologica, finalizzata a un intervento consapevole nell'ambito sia dello sport agonistico che amatoriale;

L'organizzazione didattica del Master è finalizzata ad approfondire conoscenze e abilità di base relativamente ai seguenti temi: principi base della psicologia dello sport, efficacia relazionale nel rapporto con gli atleti relativamente agli sport di squadra ed individuali, le abilità mentali degli atleti, l'analisi psicomotoria applicata allo sport



## Sbocchi professionali

La proposta formativa nasce come risposta alle esigenze di numerosi professionisti che operano in ambito sportivo (allenatori, istruttori, psicologi dello sport, atleti) e come proposta di orientamento professionale per giovani che si affacciano al mercato del lavoro e che richiedono competenze, metodologie e strumenti di semplice applicazione ma efficaci nella loro espressione.

I partecipanti, quindi, potranno trovare maggiori opportunità lavorative presso Enti, Federazioni, Scuole calcio Figc, Società sportive dilettantistiche e professionistiche per l'attività di base e il settore giovanile, Circoli sportivi e Scuole di ogni grado integrando il proprio operato con quello di figure già esistenti in ambito tecnico o valorizzando le proprie competenze in una visione più ampia e professionale del ruolo.



## Destinatari e ammissione

Il Master si rivolge a laureati in possesso di laurea nei seguenti settori disciplinari:

- Medicina e Chirurgia;
- Psicologia;
- Scienze Motorie;
- Scienze della formazione e dell'educazione;

Per l'iscrizione al Master è richiesto il possesso di almeno uno dei seguenti titoli:

- 1) laurea conseguita secondo gli ordinamenti didattici precedenti il decreto ministeriale 3 novembre 1999 n. 509;
- 2) lauree ai sensi del D.M. 509/99 e ai sensi del D.M. 270/2004;
- 3) lauree magistrali ai sensi del D.M. 509/99 e lauree magistrali ai sensi del D.M. 270/2004;

I candidati in possesso di titolo di studio straniero non preventivamente dichiarato equipollente da parte di una autorità accademica italiana, potranno chiedere il riconoscimento del titolo ai soli limitati fini dell'iscrizione al Master. Il titolo di studio straniero dovrà essere corredato da traduzione ufficiale in lingua italiana, legalizzazione e dichiarazione di valore a cura delle Rappresentanze diplomatiche italiane nel Paese in cui il titolo è stato conseguito.

I candidati sono ammessi con riserva previo accertamento dei requisiti previsti dal bando.

I titoli di ammissione devono essere posseduti alla data di scadenza del termine utile per la presentazione per le domande di ammissione.

L'iscrizione al Master è compatibile con altre iscrizioni nel rispetto della nuova normativa in materia di iscrizione contemporanea a due corsi di istruzione superiore, così delineata ai sensi della Legge n. 33 del 12 aprile 2022.





## **Durata, organizzazione didattica, verifiche e prova finale**

Il Master ha durata annuale pari a 1500 ore di impegno complessivo per il corsista, corrispondenti a 60 cfu.

Il Master si svolgerà in modalità aula / e-learning con piattaforma accessibile 24 h\24.

Master è articolato in:

- lezioni video e materiale fad appositamente predisposto;
- congruo numero di ore destinate all'auto-apprendimento, allo studio individuale e domestico;
- lezioni interattive in aula facoltative
- eventuali verifiche per ogni materia

Tutti coloro che risulteranno regolarmente iscritti al Master dovranno sostenere un esame finale che accerti il conseguimento degli obiettivi proposti.



# Ordinamento didattico

TOTALE 60 CFU

## 8 CFU Psicologia dello sviluppo e attività sportiva

M-PSI/04

- La psicologia dello sport: cenni storici e normative in vigore attuali
  - La psicologia dell'età evolutiva: tappe dello sviluppo
  - Modello di riferimento: approccio globale bio-psico-emotivo
  - Gli adulti e gli atleti di oggi: contesto sociale e cornice sociale intorno allo sport e riflessione sul concetto di fragilità e vulnerabilità e capacità di adattamento
- 

## 8 CFU Sport individuale sport di gruppo

M-EDF/02

M-PSI/05

- La psicologia dello sport applicata agli sport di squadra: le dinamiche di gruppo, coesione e cooperazione
  - Abilità e processi richiesti nello sport fianco a fianco: differenze tra interazioni parallele e differite
  - La psicologia dello sport applicata agli sport individuali: lo stato di flow e la peak performance individuale
  - La capacità egosintonica nell'atleta e la sua resilienza
- 

## 8 CFU L'allenamento dello sportivo

M-EDF/02

- Lo sviluppo dello stato di allenamento
  - Principi fondamentali dell'allenamento
  - La formazione sportiva dell'allenamento
  - Programmazione, valutazione ed organizzazione del processo di allenamento
-



## **10 CFU** Le abilità mentali dell'atleta

- M-EDF/02**
- La nozione di competenza e abilità mentale
  - Le competenze cognitive
  - Le competenze emotive
  - Consapevolezza di Sé in condizioni ordinarie e “sotto pressione”
- 

## **18 CFU** L'allenamento psicofisico

- M-EDF/01**
- M-PSI/02**
- Alimentazione ed esercizio fisico
  - Il concetto di Overtraining: le disfunzioni nutrizionali
  - Consapevolezza di Sé e gestione delle emozioni
  - Embodied cognition
  - Corporeità
  - Body language
- 

## **2 CFU** Educazione alla salute

- M-EDF/02**
- Prestazione e doping
  - L'approccio “ecologico” all'attività sportiva
- 

## **6 CFU** Esame finale

---



## Consiglio didattico e scientifico

- Cappelluti Roberta
- Grauso Aldo
- Rubano Giuliana
- Tognozzi Deborah
- Capua Giuseppe



## Costi e agevolazioni

Il costo annuo del Master è di € 1.100,00 (millecento/00).

Il pagamento verrà corrisposto in due rate di pari importo.



# **Contatti**

**Ufficio consulenza orientamento didattico Master e Corsi di Perfezionamento (pre-iscrizione):**

Telefono: 06 45678363

dal Lunedì al Venerdì dalle 9:00 alle 18:00

Mail: [infomaster@unicusano.it](mailto:infomaster@unicusano.it)

**Ufficio Assistenza Didattica (post-iscrizione):**

Telefono: 06 89320000

dal Lunedì al Venerdì dalle 9:00 alle 22:00

Mail: [master@unicusano.it](mailto:master@unicusano.it)

[unicusano.it/master-universitari-online](http://unicusano.it/master-universitari-online)



UNIVERSITÀ  
**CUSANO**