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

MASTER di I Livello

SALUTE E BENESSERE PSICO-FISICO

1ª Edizione

1500 ore 60 CFU

Anno accademico 2026/2027

MA1911

Titolo	SALUTE E BENESSERE PSICO-FISICO
Edizione	1ª Edizione
Area	SanitÃ
Categoria	MASTER
Livello	I Livello
Anno accademico	2026/2027
Durata	Durata annuale, per un complessivo carico didattico pari a 1500 ore corrispondenti a 60 CFU
Presentazione	Il Master di I livello ha l'obiettivo di fornire competenze specialistiche in relazione al rapporto tra il benessere psico-fisico e la salute. In una prospettiva multidisciplinare, verranno approfonditi gli aspetti che possono favorire uno stile di vita sano e corretto, tenendo conto della prevenzione delle malattie, delle condizioni di fragilità e dei fattori di rischio in diverse fasce di età. La finalità del Master è di formare professionisti altamente qualificati, in grado di integrare le conoscenze teorico-pratiche acquisite nel campo della scienza del movimento, delle discipline sociologiche, psicologiche, biodinamiche. I professionisti acquisiranno competenze utili a migliorare e proteggere il benessere e le qualità di vita, e a contenere l'emergere di situazioni che possono compromettere lo stato di salute della popolazione.

Finalità	Il master si prefigge di formare esperti che intendono lavorare nel campo della cultura della salute, sensibilizzazione ed educazione al movimento fisico nelle istituzioni pubbliche, scuole, associazioni sportive e centri di ricerca. Il percorso formativo del master è dunque finalizzato alla formazione di una figura professionale specializzata nel campo della prevenzione e del benessere, in grado di realizzare e valutare interventi di sensibilizzazione verso l'adozione di stili di vita salutari, seguendo l'ottica di promozione e protezione della salute, in grado di lavorare con soggetti fragili, disabili e di diverse fasce d'età. L'acquisizione di competenze professionali mediante le tecniche e le metodologie offerte dal master favorisce lo sviluppo di una nuova cultura della salute, introducendo approcci innovativi fondati sulla valutazione multidimensionale della persona, al fine di modificare le modalità con cui i servizi e i programmi di salute vengono erogati e usufruiti. Il master intercetta i seguenti Obiettivi di sviluppo sostenibile dell'Agenda 2030: • Obiettivo 3 (Salute e benessere); • Obiettivo 4 (Istruzione di qualità); • Obiettivo 10 (Ridurre le disuguaglianze); • Obiettivo 11 (Città e comunità sostenibili).
Direttore	Luca Benvenga Ph.D. (Università del Salento) è Ricercatore a tempo determinato in Tenure Track (RTT) presso il Dipartimento di Psicologia e Scienze della Salute all'Università Pegaso. È stato Visiting Researcher presso il Medical Antropology Research Centre dell'Universitat Rovira i Virgili (Tarragona, Spagna), la School of Economics and Business (University of Lubiana, Slovenia) e il Departamento de Sociologia (Univesidad de Murcia, Spagna). I suoi studi si concentrano sulle teorie sociologiche, sistemi di cura e ICT, attività fisica, sport e invecchiamento attivo. e mail : luca.benvenga@unipegaso.it

Destinatari	Il Master accoglie laureati triennali provenienti da varie discipline e interessati a seguire un percorso di crescita scientifica e di specializzazione nell'ambito della promozione della salute e del benessere psico-fisico. Il master ha tra i destinatari anche i professionisti che già lavorano nei settori dell'attività fisica e dello sport, che vogliono acquisire una formazione avanzata nel campo della prevenzione e ottimizzazione della salute. Nello specifico, il master si rivolge alle seguenti figure: • Laureati (sociologi, psicologi, educatori, assistenti sociali) impegnati nella promozione e tutela della salute in contesti pubblici e nel terzo settore. • Consulenti del benessere e della nutrizione sportiva. • Chinesiologi delle attività preventive, adattive e sportive. • Insegnanti di scienze motorie nelle scuole di ogni grado. • Terapisti della psicomotricità. • Educatori motori che si occupano di soggetti fragili e disabilità. Il master forma un profilo professionale che può trovare occupazione come: • Operatore nella prevenzione di condizioni di rischio per la salute, che si occupa di inclusione di soggetti fragili e vulnerabili attraverso la pratica motoria. • Coordinatore presso enti di promozione sportiva, istituzioni e centri specializzati attenti alla pianificazione e gestione di *best practices* finalizzate al benessere psico-fisico. • Consulente esperto nell'analisi dei bisogni, nella ricerca e progettazione di interventi di educazione alla salute. • Educatore tecnico-sportivo per attività adattate nelle scuole, che mirano a promuovere e mantenere l'efficienza psico-fisica degli alunni. • Professionisti con una conoscenza specifica delle scienze della salute, in grado di proporre programmi di avviamento e promozione delle attività motorie, sia individuali sia di gruppo, in vari contesti sociali.
Strumenti didattici	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: • Lezioni video on-line; • Documenti cartacei appositamente preparati; Bibliografia; • Sitografia (link di riferimento consigliati dal docente per approfondimento);

Contenuti

	Tematica	SSD	CFU
1	Dinamica sportiva e salute mentale	M-PSI/07	6
2	Sociologia della salute: benessere, attivitÃ fisica e inclusione sociale	GSPS-05/A	6
3	Esercizio Fisico per la Salute: Prevenzione, Patologie Croniche e Benessere	MEDF-01	6
4	DisabilitÃ e attivitÃ motoria come strumento di inclusione e benessere	MEDF-01	6
5	Salute e Nutrizione Integrata: Approcci Fisiologici	BIO-09	3
6	Salute e Nutrizione Integrata: Approcci Ambientali e Digitali	MEDS-24/B	3
7	Valutazione funzionale e protocolli di esercizio	MEDF-01	6
8	Psicologia della salute, del benessere e dello sport	M-PSI/01	6
9	Processi di ottimizzazione della salute. Il ruolo delle ICT	GSPS-06/A	6
10	Pedagogia della Salute	M-PED/03	6
11	Prova finale â€“ Project Work		6
	Totale		**60**

Attività

L'erogazione del corso si svolgerà, prevalentemente, in modalità e-learning, con piattaforma accessibile 24ore/24. Il modello di e-learning adottato prevede l'apprendimento assistito lungo un percorso formativo predeterminato, con accesso a 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) avviene di regola secondo tempi e disponibilità del singolo corsista durante le 24 ore della giornata. I contenuti didattici sono articolati in dieci moduli di lavoro.

Adempimenti richiesti

Ai corsisti vengono richiesti i seguenti adempimenti:

- studiare il materiale didattico appositamente predisposto;
- partecipare alle attività formative previste dal corso;
- superare la prova finale

Titoli ammissione	Il master è rivolto ai laureati e professionisti in possesso dei seguenti titoli di ammissione: • Laurea Triennale in Scienze Motorie (L-22) • Laurea Triennale in Sociologia (L-40) • Laurea Triennale in Scienze dell'Educazione e della Formazione (L-19) • Laurea Triennale in Servizi e Tecniche psicologiche (L-24) • Laurea Triennale in Servizio Sociale (L-39) • Laurea Triennale in Scienze Biologiche (L 13) • Laurea Triennale in Professioni sanitarie della prevenzione (L/SNT/4) • Laurea Magistrale in Psicologia del Lavoro e delle Organizzazioni (LM 51) • Laurea Magistrale Scienze Pedagogiche (LM 85) • Laurea Magistrale in Management dello Sport e delle Attività Motorie (LM 47) • Laurea Magistrale Scienze dello Sport Scienze e Tecniche Avanzate dello Sport (68) • Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate (LM67) • Laurea Magistrale in Sociologia e Ricerca Sociale (LM 88) • Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana (LM 61)
Termini iscrizione	**Iscrizioni sempre aperte**
Condizioni	L'amministrazione si riserva l'attivazione del Corso Postlaurea: http://www.unipegaso.it/docs/mancata_attivazione.pdf L'iscrizione comporta l'accettazione del Regolamento sulle condizioni d'utilizzo, riportate alla pagina: http://www.unipegaso.it/docs/cond_util_post.pdf

Quota di iscrizione

€ 1500,00

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

€ 1500,00

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

	RATA	SCADENZA
1	750€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta	all'atto dell'iscrizione
2	750€	dopo il 1° mese dall'iscrizione

€ 1500,00

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

	RATA	SCADENZA
1	500€ + € 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

€ 1500,00

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)
Il pagamento in quattro rate cosÃ¬ 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
4	400€	dopo il 3° mese dall'iscrizione

€ 1500,00

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

	RATA	SCADENZA
1	300€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta	all'atto dell'iscrizione
2	300€	dopo il 1° mese dall'iscrizione
3	300€	dopo il 2° mese dall'iscrizione
4	300€	dopo il 3° mese dall'iscrizione
5	300€	dopo il 4° mese dall'iscrizione

€ 1500,00

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

	RATA	SCADENZA
1	250€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta	all'atto dell'iscrizione
2	250€	dopo il 1° mese dall'iscrizione
3	250€	dopo il 2° mese dall'iscrizione
4	250€	dopo il 3° mese dall'iscrizione
5	250€	dopo il 4° mese dall'iscrizione
6	250€	dopo il 5° mese dall'iscrizione

€ 1000,00

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

€ 1000,00

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

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

€ 1000,00

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

	RATA	SCADENZA
1	200€ + € 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

€ 950,00

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)
convenzione Intesa - Soci ALI Il pagamento Ã¨ in un'unica soluzione

€ 950,00

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)
convenzione Intesa - Soci ALI Il pagamento in tre rate cosÃ¬ distribuite

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

€ 950,00

(ai quali si aggiungono € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta)
convenzione Intesa - Soci ALI Il pagamento in tre rate cosÃ¬ distribuite

	RATA	SCADENZA
1	320€ + € 120 per Contributo per Servizi accessori alla retta	all'atto dell'iscrizione
2	315€	dopo il 1° mese dall'iscrizione
3	315€	dopo il 2° mese dall'iscrizione

Modalità pagamento	Il pagamento della quota di iscrizione avviene, secondo lo schema indicato nella presente scheda, mediante bonifico a favore di: UNIVERSITÀ TELEMATICA PEGASO Banca Generali IBAN: IT 44 M 03075 02200 CC8500647145 Indicare nella causale del bonifico "Codice Fiscale, Cognome e Nome del corsista" seguito dal Codice del corso. Si informa che non saranno emesse quietanze sui pagamenti ricordando che, ai fini fiscali per la determinazione del reddito, il bonifico, eseguito secondo le su riportate istruzioni, consente la detrazione del costo del corso. Si specifica che all'importo indicato va aggiunta la marca da bollo di € 16,00 che dovrà essere saldata dopo l'immatricolazione.
Trattamento dati personali	**Ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo e del Consiglio del 27 aprile 2016 (GDPR)** I dati personali forniti saranno trattati dall'**Università Telematica Pegaso** nel rispetto del Regolamento (UE) 2016/679 e della normativa vigente in materia di protezione dei dati personali. L'informativa completa relativa alle finalità, alle modalità del trattamento, ai tempi di conservazione dei dati e ai diritti dell'interessato è disponibile sul sito istituzionale dell'Ateneo: https://www.unipegaso.it/website/privacy L'interessato potrà esercitare in qualsiasi momento i diritti previsti dagli artt. 15-22 del Regolamento (UE) 2016/679, rivolgendosi al Titolare del trattamento: **Università Telematica Pegaso** **Centro Direzionale Isola F2 – 80143 Napoli (NA)** E-mail: privacy@unipegaso.it E' possibile consultare l'informativa sul sito dell'Università Telematica Pegaso, all'indirizzo: http://www.unipegaso.it/website/privacy

Informazioni	Per qualsiasi informazione: invia un'e-mail a: **infap@openform.it** contattaci telefonicamente: collegati al sito: **infap.openform.it**