



PEGASO

Università Telematica

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

ALTA FORMAZIONE

L'Alimentazione e la Nutrizione nello Sport e nell'Attività Agonistica

1ª Edizione

1500 ore 60 CFU

Anno accademico 2018/2019

ALFO254



Titolo	L'Alimentazione e la Nutrizione nello Sport e nell'Attività Agonistica
Edizione	1 ^a Edizione
Area	SANITÀ
Categoria	ALTA FORMAZIONE
Anno accademico	2018/2019
Durata	Durata annuale, per un complessivo carico didattico pari a 1500 ore corrispondenti a 60 CFU
Finalità	<p>Il corso di Alta Formazione si pone come obiettivo quello di offrire una preparazione teorica, culturale ed esperienziale in relazione alla gestione di tutti gli aspetti nutrizionali nello sport e nell'attività agonistica.</p> <p>L'acquisizione della migliore condizione fisica e il raggiungimento della forma sportiva ottimale derivano dall'interazione di molti elementi. Tra questi l'alimentazione svolge indubbiamente un ruolo decisivo.</p> <p>Le abitudini alimentari condizionano fortemente la prestazione fisica e la performance sportiva (amatoriale, salutistica o agonistica) a prescindere dal grado d'allenamento e dalla qualifica tecnica degli sportivi.</p> <p>L'intento ultimo è quello di portare gradualmente i partecipanti all'acquisizione di competenze specifiche, avanzate ed integrate per prassi e per dottrina.</p> <p>Corso finalizzato:</p> <ul style="list-style-type: none"> • alla formazione di figure preparate in materia di nutrizione umana, alimentazione per sportivi e per atleti, e che siano in grado di promuovere la salute e l'educazione ad una corretta alimentazione ed integrazione nutrizionale; • alla formazione di esperti di problematiche alimentari e nutrizionali applicate all'ambito sportivo per soggetti sani e per soggetti con diagnosi di patologie metaboliche e/o funzionali; • alla sensibilizzazione dei soggetti operanti nell'ambito della nutrizione, della riabilitazione, della prevenzione nonché delle attività sportive sia agonistiche che non agonistiche.
Comitato Tecnico Scientifico	
Coordinatore Didattico	Prof. Mauro Minelli

<p>Docenti</p>	<p>Dott.ssa Dominga Maio (Biologo Nutrizionista)</p> <p>Dott.ssa Martina Minelli (Medico Chirurgo)</p> <p>Dott. Stefano Spagnulo (Biologo Nutrizionista e Tecnico Agrario)</p> <p>Dott.ssa Ilaria Vergallo (Biologo Nutrizionista)</p>																					
<p>Destinatari</p>	<p>Il Corso si rivolge a soggetti che ricercano una formazione professionale nel settore del benessere e dello sport (amatoriale, non agonistico e agonistico):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Insegnanti di Educazione Fisica • Istruttori, Preparatori atletici; Preparatori di danza • Operatori Fitness; Personal Trainers, Tecnici dello sport • Professionisti abilitati alla professione della scienza dell'alimentazione (Medici, Biologi e Dietisti) • Fisioterapisti • Osteopati • Operatori del Benessere 																					
<p>Strumenti didattici</p>	<p>Una volta perfezionata l'iscrizione, il corsista riceve le credenziali necessarie per accedere alla piattaforma telematica "PegasOnLine" dove potrà reperire gli strumenti didattici elaborati e a sua disposizione 24h su 24h, in particolare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lezioni video on-line • Documenti cartacei appositamente preparati • Bibliografie • Sitografia • Test di valutazione 																					
<p>Contenuti</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Tematica</th> <th>CFU</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Popolazione, sport e allenamento: interazioni e correlazioni</td> <td>17</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Studio della composizione corporea: metodi analitici, diretti e indiretti</td> <td>16</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Fisiopatologia dell'allenamento e dello sport</td> <td>19</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Variazioni qualitative e quantitative del microbiota nello sportivo</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Prova finale</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: right;">Totale</td> <td>60</td> </tr> </tbody> </table>		Tematica	CFU	1	Popolazione, sport e allenamento: interazioni e correlazioni	17	2	Studio della composizione corporea: metodi analitici, diretti e indiretti	16	3	Fisiopatologia dell'allenamento e dello sport	19	4	Variazioni qualitative e quantitative del microbiota nello sportivo	6	5	Prova finale	2	Totale		60
	Tematica	CFU																				
1	Popolazione, sport e allenamento: interazioni e correlazioni	17																				
2	Studio della composizione corporea: metodi analitici, diretti e indiretti	16																				
3	Fisiopatologia dell'allenamento e dello sport	19																				
4	Variazioni qualitative e quantitative del microbiota nello sportivo	6																				
5	Prova finale	2																				
Totale		60																				

<p>Attività</p>	<p>Il Corso di Alta Formazione verrà erogato in modalità e-learning, con piattaforma accessibile 24 ore/24 ore, supportate da esercitazioni pratiche interattive curate da apposito sistema di tutorato svolto dalla Direzione Scientifica del Master e dai componenti del Gruppo tecnico di progetto.</p> <p>L'attività di tutorato potrà essere svolta anche in presenza, presso sedi in ambito nazionale che siano state ravvisate coerenti con le finalità del Corso.</p> <p>Il Corso avrà una durata di studio pari a 1500 ore (60 CFU)</p> <p>L'attività didattica si articola in 5 moduli, ciascuno dei quali suddiviso in diverse unità didattiche che, a loro volta, includono lezioni, tirocinio ad alto contenuto pratico ed esercitativo, oltre che studio individuale. Al termine di ognuno di essi verrà accertato il grado di preparazione raggiunto.</p> <p>Il modello di sistema e-learning prevede l'apprendimento assistito lungo un percorso formativo predeterminato in cui sono previsti momenti di relazione e di discussione in merito ai contenuti affrontati, lavori di gruppo e testimonianze di esperti, con accesso telematico a materiali didattici sviluppati appositamente e fruibili in rete.</p> <p>Lo studio dei materiali didattici digitali/video lezioni e a stampa (dispense e/o testi) avviene, di regola, secondo tempi e disponibilità del singolo corsista durante le 24 ore della giornata.</p>
<p>Adempimenti richiesti</p>	<p>Ai corsisti vengono richiesti i seguenti adempimenti:</p> <ul style="list-style-type: none">• Studio del materiale didattico appositamente preparato;• Superamento dei test di autovalutazione somministrati attraverso la piattaforma PegasOnline;• Partecipazione alle attività di rete e in presenza;• Superamento della prova finale che si svolgerà in presenza (modalità orale). <p>Il corso potrà prevedere degli incontri in presenza ad integrazione delle attività formative, al raggiungimento di almeno 50 studenti e in streaming in tutte le sedi dalla sede di Lecce.</p> <p>Gli esami finali si terranno presso la sede di Napoli o, al raggiungimento di almeno 50 iscritti, presso la sede di Pescara (Aurum in Largo Gardone Riviera).</p>

<p>Titoli ammissione</p>	<p>I titoli per poter essere ammessi al Corso di Alta Formazione potranno essere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diploma di istruzione secondaria superiore; • Diploma di Istruttore in ambito sportivo; • Diploma in Osteopatia; • Laurea in Scienze Motorie; • Laurea in Scienze Biologiche o Biologia della nutrizione o Scienze della nutrizione; • Laurea in Dietistica; • Laurea in Fisioterapia 																											
<p>Termini iscrizione</p>	<p>Iscrizioni sempre aperte</p>																											
<p>Condizioni</p>	<p>L'Università si riserva di attivare il Master al raggiungimento di almeno 30 partecipanti.</p> <p>L'iscrizione comporta l'accettazione del Regolamento sulle condizioni d'utilizzo, riportate alla pagina: http://www.unipegaso.it/docs/cond_util_post.pdf</p>																											
<p>Quota di iscrizione</p>	<p style="text-align: center;">€ 1800,00 (ai quali si aggiungono € 50.00 per spese di bollo)</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th style="text-align: center;">RATA</th> <th style="text-align: center;">SCADENZA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>450€ + € 50.00 per spese di bollo</td> <td style="text-align: center;">all'atto dell'iscrizione</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">450€</td> <td style="text-align: center;">dopo il 1° mese dall'iscrizione</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">450€</td> <td style="text-align: center;">dopo il 2° mese dall'iscrizione</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">450€</td> <td style="text-align: center;">dopo il 3° mese dall'iscrizione</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">€ 1500,00 (ai quali si aggiungono € 50.00 per spese di bollo)</p> <p style="text-align: center;">Per tutti gli iscritti in convenzione</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th style="text-align: center;">RATA</th> <th style="text-align: center;">SCADENZA</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>500€ + € 50.00 per spese di bollo</td> <td style="text-align: center;">all'atto dell'iscrizione</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">500€</td> <td style="text-align: center;">dopo il 1° mese dall'iscrizione</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">500€</td> <td style="text-align: center;">dopo il 2° mese dall'iscrizione</td> </tr> </tbody> </table>		RATA	SCADENZA	1	450€ + € 50.00 per spese di bollo	all'atto dell'iscrizione	2	450€	dopo il 1° mese dall'iscrizione	3	450€	dopo il 2° mese dall'iscrizione	4	450€	dopo il 3° mese dall'iscrizione		RATA	SCADENZA	1	500€ + € 50.00 per spese di bollo	all'atto dell'iscrizione	2	500€	dopo il 1° mese dall'iscrizione	3	500€	dopo il 2° mese dall'iscrizione
	RATA	SCADENZA																										
1	450€ + € 50.00 per spese di bollo	all'atto dell'iscrizione																										
2	450€	dopo il 1° mese dall'iscrizione																										
3	450€	dopo il 2° mese dall'iscrizione																										
4	450€	dopo il 3° mese dall'iscrizione																										
	RATA	SCADENZA																										
1	500€ + € 50.00 per spese di bollo	all'atto dell'iscrizione																										
2	500€	dopo il 1° mese dall'iscrizione																										
3	500€	dopo il 2° mese dall'iscrizione																										

<p>Modalità pagamento</p>	<p>Il pagamento dovrà avvenire mediante bonifico bancario, ESEGUITO DIRETTAMENTE DAL CORSISTA, alle seguenti coordinate bancarie:</p> <p>UNIVERSITÀ TELEMATICA PEGASO Banca Generali IBAN: IT 44 M 03075 02200 CC8500647145</p> <p>Indicare sempre nella causale del bonifico il proprio nome e cognome ed il pagamento della marca da bollo assolta in modo virtuale, seguito dal codice del corso: ALFO254.</p> <p>SI INFORMA CHE NON SARANNO EMESSE QUIETANZE SUI PAGAMENTI RICORDANDO, AI FINI FISCALI PER LA DETERMINAZIONE DEL REDDITO, CHE IL BONIFICO, ESEGUITO SECONDO LE SU RIPORTATE ISTRUZIONI, CONSENTE LA DETRAZIONE DEL COSTO DEL CORSO.</p> <p>PER LA RICHIESTA DI CERTIFICATI ED ALTRE SI RINVIA AL SEGUENTE LINK https://www.unipegaso.it/website/studenti/segreteria</p>
<p>Trattamento dati personali</p>	<p>INFORMATIVA AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI AI SENSI DEL REGOLAMENTO (UE) n. 2016/679 DEL PARLAMENTO EUROPEO E DEL CONSIGLIO DEL 27 APRILE 2016</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 www.unipegaso.it 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, Piazza Trieste e Trento, 48 - 80132 Napoli per posta o per fax, indicando sulla busta o sul foglio la dicitura "Inerente alla Privacy", o inviando una e-mail all' indirizzo privacy@unipegaso.it</p> <p>E' possibile consultare l'informativa sul sito dell'Università Telematica Pegaso, all'indirizzo: http://www.unipegaso.it/website/privacy</p>
<p>Informazioni</p>	<p>Per qualsiasi informazione inviare una e-mail ai seguenti indirizzi:</p> <ul style="list-style-type: none">• postlaurea@unipegaso.it (di carattere amministrativo e didattico);• orientamento@unipegaso.it (per le iscrizioni presso la sede) o contattare il Numero Verde 800.586.758• Sede Unicesd Napoli: anastasia.dacquisto@unipegaso.it – cell. 3385284169• Info Unicesd: veronica.eroico@unipegaso.it – cell. 3208163324• Pegaso Sede Lecce: sara.minelli@unipegaso.it - cell 3278863783• Resp. Unicesd: calogero.dicarlo@unipegaso.it - cell 3318682197