



**Università
San Raffaele**
Roma

MASTER di I Livello

Preparazione Fisica Controllata

7^a Edizione

1500 ore 60 CFU

Anno accademico 2025/2026

MA438

Titolo	Preparazione Fisica Controllata
Edizione	7 ^a Edizione
Area	SCIENZE MOTORIE
Categoria	MASTER
Livello	I Livello
Anno accademico	2025/2026
Durata	Durata annuale, per un complessivo carico didattico pari a 1500 ore corrispondenti a 60 CFU
Presentazione	Il Master si rivolge a coloro che vogliano acquisire competenze specifiche e qualificate nel campo della preparazione fisica, dall'intervento singolo all'intervento di grandi gruppi sportivi, nonché all'intervento adattato alle diverse fasce di età ed a soggetti con disabilità.
Finalità	Al termine del Master gli iscritti dovranno essere in grado di progettare, valutare chinesilogicamente, condurre e gestire attività motorie per adulti, anziani e pluridisabilità. Gli iscritti acquisiranno specifiche competenze per la somministrazione di programmi di lavoro finalizzati al raggiungimento, al mantenimento e al recupero, mediante l'esercizio fisico, del quadro ottimale di salute, di efficienza e di benessere psicofisico. La preparazione di base in ambito biomedico sarà integrata con i contenuti e i metodi innovativi, proposti nel Master, fondamentali sia per le discipline motorie sia per quelle sportive, e sarà finalizzata alla progettazione, conduzione e gestione di appropriati programmi di attività motoria, mirati alla promozione, mantenimento e sviluppo dello stato di salute e del benessere individuale. Sarà inoltre valorizzata la capacità di condurre ricerche bibliografiche, utili per approfondire le conoscenze, aggiornarsi in modo continuo e redigere elaborati scientifici. A seguito del conseguimento del titolo, i Corsisti saranno in grado di operare tanto nelle Associazioni quanto nelle Strutture pubbliche e private per anziani e per disabili, essendo in grado di progettare e attuare programmi motori e sportivi di tipo post-riabilitativo, rieducativo e ricreativo, adattati e personalizzati ai diversi livelli di età, abilità e alla presenza di patologie croniche stabilizzate.

Contenuti

	Modulo	Tematica	SSD	CFU
1	Mod. 1	Basi biochimiche e molecolari del benessere della persona	BIO/10 MED/07	9
2	Mod. 2	Anatomia e fisiologia dell'attività motoria adattata	BIO/09 BIO/16	10
3	Mod. 3	Metodologia della prevenzione: controllo ormonale ed elementi di dietetica	MED/13 MED/49	9
4	Mod. 4	Teoria, tecnica, didattica dell'esercizio fisico adattato a popolazioni speciali	M-EDF/01 M- EDF/02	12
5	Mod. 5	Valutazione funzionale nel ricondizionamento neuromuscolare e posturale	M-EDF/01 M- EDF/02	5
6	Mod.6	Speciali attività per le disabilità motorie e sensoriali (Metodo P.F.C.)	M-EDF/01 M- EDF/02	5
7	Mod. 7	Strategie d'intervento con attrezzi ginnici codificati e non per l'attività motoria adattata (Metodo P.F.C.)	M-EDF/01 M- EDF/02	5
8	Prova finale	Prova finale		5
Totale			60	

Requisiti di ammissione

Per l'iscrizione al Master è richiesto il possesso di:

- 1) laurea in Scienze Motorie conseguita secondo gli ordinamenti didattici precedenti il decreto ministeriale 3 novembre 1999 n.509;
- 2) lauree in Scienze Motorie ai sensi del D.M. 509/99 e ai sensi del D.M. 270/2004;
- 3) Laurea specialistica in scienze motorie ai sensi del D.M. 509/99 e lauree magistrali ai sensi del D.M. 270/2004; Diploma Isef
- 4) Eventuali altre lauree verranno valutate da un'apposita Commissione didattica.

Possono, inoltre, presentare domanda di ammissione i candidati in possesso di un titolo accademico conseguito all'estero equiparabile per durata e contenuto al titolo accademico italiano richiesto per l'accesso al Master.

I candidati in possesso di titolo di studio straniero non preventivamente dichiarato equipollente da parte di una autorità accademica italiana, potranno chiedere al Comitato Scientifico il riconoscimento del titolo ai soli limitati fini dell'iscrizione al corso. 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.

L'iscrizione, tuttavia, resta subordinata alla valutazione della idoneità del titolo da parte degli organi accademici ai soli fini della stessa. Per difetto dei requisiti prescritti, l'Ufficio Formazione post laurea potrà disporre, in qualsiasi momento e con provvedimento motivato, l'esclusione dal Master.

Termini iscrizione
19 Luglio 2026

Quota di iscrizione 1
€ 3400,00

 (ai quali si aggiungono € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta)
STANDARD

	RATA	SCADENZA
1	1000€ + € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta	all'atto dell'iscrizione
2	1000€	31 Maggio 2026
3	1000€	30 Giugno 2026
4	400€	31 Luglio 2026

Quota di iscrizione 2
€ 2500,00

 (ai quali si aggiungono € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta)
AGEVOLAZIONE APS ACSI

	RATA	SCADENZA
1	1000€ + € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta	all'atto dell'iscrizione
2	500€	31 Maggio 2026
3	500€	30 Giugno 2026
4	500€	31 Luglio 2026

Quota di iscrizione 3
€ 2500,00

 (ai quali si aggiungono € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta)
AGEVOLAZIONE Accademia Nazionale di Cultura Sportiva

	RATA	SCADENZA
1	1000€ + € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta	all'atto dell'iscrizione
2	500€	31 Maggio 2026
3	500€	30 Giugno 2026
4	500€	31 Luglio 2026

Quota di iscrizione 4

€ 2500,00

(ai quali si aggiungono € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta)

AGEVOLAZIONE Team Ricerca PFC

	RATA	SCADENZA
1	1000€ + € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta	all'atto dell'iscrizione
2	500€	31 Maggio 2026
3	500€	30 Giugno 2026
4	500€	31 Luglio 2026