



Associazione Medico Sportiva Dilettantistica

Sede di Taranto, Presidente dr. Luigi Santilio

Programma di Formazione del "Master in Psicologia dello Sport e delle Attività Motorie"
verso i Giochi del Mediterraneo 2026 - Direttore Scientifico dr. Marco Sammarco



Corso FAD da 25 CREDITI ECM - ID 342014

"STRATEGIE DI POTENZIAMENTO DELLA PRESTAZIONE FISICA E SPORTIVA. OROLOGIO BIOLOGICO, NEURONI SPECCHIO, LATERALITÀ E CENESTESIA"

A cura e docenza del dr. Marco Sammarco

Questo FAD nasce all'interno del materiale formativo teorico e pratico del "Master di Psicologia dello Sport e delle Attività Motorie - Verso i Giochi del Mediterraneo di Taranto 2026", anch'esso in convenzione con l'Ordine della Puglia.

Per onorare questo importante evento che coinvolge nazioni da tre continenti, il Master è stato organizzato dall'Associazione Medico Sportiva Dilettantistica, sede di Taranto, presso il Centro di Medicina dello Sport affiliato CONI e FMSI Federazione Medico Sportiva Italiana.

Il Master gode, tra gli altri, dei patrocini territoriali del CONI, dell'Ordine dei Medici e della SPOPSAM, Società Professionale degli Operatori in Psicologia dello Sport e delle Attività Motorie, unica del settore con riconoscimento europeo.

Questo specifico FAD ha l'obiettivo di fornire un upgrade strategico alle figure sanitarie che sono interessate ad arricchire le loro competenze e abilità professionali con le indispensabili conoscenze dei correlati inerenti le basi biologiche e le neuroscienze applicate alla prevenzione, alla terapia e all'ottimizzazione dell'attività fisica e sportiva.

Le tematiche e le diverse tecniche pratiche trattate sono altresì utili per la gestione dello stress quotidiano e lavorativo e per migliorare la prestazione e il recupero fisico e psichico. Tornano quindi di interesse anche per le figure professionali che orbitano in ambiti quali la medicina e la psicologia del lavoro, la riabilitazione, l'alimentazione, la bioenergetica, la gestione dei gruppi, il fitness e altro ancora.

Questo Corso non è propedeutico dell'altro Corso FAD ECM estrapolato dal Master, il cui titolo è "BENESSERE E STRATEGIE D'INCREMENTO DELLA PERFORMANCE SPORTIVA E DEL GRUPPO. FILOGENESI E BASI BIOLOGICHE DELL'ATTIVITÀ FISICA E SOCIALE". Quindi i due Corsi possono essere acquistati e fruiti singolarmente e indipendentemente l'uno dall'altro. Comunque, godono entrambi, come il Masters stesso, della convenzione con scontistica del 20%.

IL Corso, essendo in FAD, viene seguito ONLINE. Si può scaricare o ricevere il certificato ECM via email.

- Prezzo di listino con **25 crediti ECM** : € 50 IVA ESENTE. **Con lo sconto del 20% per gli iscritti all'Ordine Psicologi della Puglia, l'importo finale è di € 40 IVA ESENTE.**
- Prezzo di listino **senza crediti**: € 50 iva 22% inclusa. **Con lo sconto del 20% per gli iscritti all'Ordine Psicologi della Puglia, l'importo finale è di € 40 IVA INCLUSA.**

- **1^ SEZIONE: BIOCHIMICA E DINAMICHE NEUROPSICHICHE DEL JET LAG - TECNICHE DI PREVENZIONE, GESTIONE E RECUPERO.**

- VIAGGIO, ALTERAZIONI OMEOSTATICHE, EUSTRESS E DISTRESS
- OMEOSTASI, CRONOBIOLOGIA E RITMI CIRCADIANI
- LA SINDROME GENERALE DI ADATTAMENTO E I SEGNALI DI STRESS SECONDO SELYE
- LUCE, MELATONINA E RITMI CIRCADIANI
- CRIPTOCROMI E FOTORECETTORI DELLA RETINA, RELAZIONI TRA MELATONINA E CORTISOLO
- CORRELATI DELLA FARMACOPEA ENDOGENA E PRESTAZIONE
- JET LAG, TRAVEL FATIGUE, CRONOTIPI E MOTIVAZIONE
- DIREZIONE DEL VIAGGIO, PREVENZIONE, GESTIONE E RISOLUZIONE DEL JET LAG
- RILASSAMENTO FRAZIONATO DI VOGT: TESTI E REGISTRAZIONI AUDIO
- RILASSAMENTO PROGRESSIVO E MODULAZIONE DEL LIVELLO DI ATTIVAZIONE MUSCOLARE
- RILASSAMENTO MUSCOLARE PROGRESSIVO DI JACOBSON: TESTI E VIDEO REGISTRAZIONI
- FOTOTERAPIA, INTEGRATORI, NUTRACEUTICA
- MELATONINA, FARMACI NATURALI, TRIPTOFANO, FOSFATIDILSERINA
- BENZODIAZEPINE, FARMACI NON BENZODIAZEPINICI, DOPING, WADA E NADO
- SOSTANZE NOCIVE PER I RITMI CIRCADIANI ED EFFETTI SULL'OROLOGIO BIOLOGICO
- ALTERAZIONI OMEOSTATICHE, MOBILITÀ, SOSTANZE PSICOATTIVE ED EMOZIONI
- BIBLIOGRAFIA

- **2^ SEZIONE: MOBILITÀ, EMERGENZA E CENESTESI.**

- DUE GUERRE PER SETTANTASETTE ANNI DI PACE
- EMERGENZA, TECNOLOGIA, EGOISMO GENETICO ED EVOLUZIONE
- DISTURBO DA STRESS ACUTO E POST-TRAUMATICO E SINTOMATOLOGIE STRESS CORRELATE
- DA EDIPO A NARCISO, DISTURBO NARCISISTICO DI PERSONALITÀ NEL DSM 5
- NARCISISMO OGGI, COME SVILUPPO DELL'ULTIMA EMERGENZA BELLICA
- EMERGENZA SANITARIA, SPORT, LINEE GUIDA DA MINISTERO DELLA SALUTE E OMS
- SOCIALIZZAZIONE, TELOMERI, SPORT E CENESTESI DI BENESSERE
- SUBSTANZIA NIGRA E AREA TEGMENTALE VENTRALE
- OSSITOCINA, IRISINA, ENDORFINE
- INTENZIONE, LEGGE IDEOMOTORIA, EFFETTO ROSENTHAL, PREVISIONE AUTOAVVERANTESI
- GIACOMO RIZZOLATTI E I NEURONI SPECCHIO
- SPORT ED ETÀ EVOLUTIVA, BENEFICI SOCIALI DELLO SPORT, ETÀ MINIMA PER LO SPORT
- ALCUNE PATOLOGIE PSICHIATRICHE DELL'ETÀ EVOLUTIVA PIÙ FREQUENTI E RELAZIONI CON LO SPORT:
 - I DISTURBI DELLO SPETTRO AUTISTICO
 - DISTURBO DA MOVIMENTO STEREOTIPATO CON O SENZA COMPORTAMENTO AUTOLESIVO
 - DISTURBO DA TIC
 - SINDROME DI TOURETTE
 - ADHD
 - DOP
 - DISTURBO DA COMPORTAMENTO DIROMPENTE E DEL CONTROLLO DEGLI IMPULSI E DELLA CONDOTTA
 - DISPRASSIA
- LUNGO IL CONTINUUM FISILOGICO PATOLOGICO
- TERZA ETÀ, CENESTESI E ATTIVITÀ MOTORIA
- CARATTERISTICHE E FATTORI CHE RALLENTANO O ACCELERANO L'INVECCHIAMENTO
- ATTIVITÀ SPORTIVA MIRATA ALLA QUALITÀ DELLA TERZA ETÀ
- DANZA CREATIVA, STIMOLAZIONE NEUROPLASTICA, SENSORIALITÀ E BIOCHIMICA
- TRACCE PER LA DANZA CREATIVA
- BIBLIOGRAFIA



- **3^A SEZIONE: CENNI DI SPECIALIZZAZIONE EMISFERICA E LATERALITÀ – TECNICHE PRATICHE.**

- CERVELLO RAZIONALE, CERVELLO EMOZIONALE
- FUNZIONALITÀ EMISFERICA, LATERALITÀ MORFOLOGICA, DOMINANZA EMISFERICA
- TECNICHE PER OTTIMIZZARE LA LATERALIZZAZIONE E DI VERIFICA DELLA DOMINANZA LATERALE
- TRAINING CONTROLATERALE, SIMMETRIA NELL'ALLENAMENTO E ALTRE ATTIVITÀ FACILITANTI
- TECNICHE APPLICABILI ANCHE AL BILANCIAMENTO EMISFERICO
- OVER THINKING, MINDFULNESS, EQUILIBRIO MENTALE
- 1° E 2° LIVELLO DI TECNICA PER CONSAPEVOLEZZA E CONTROLLO DEL PENSIERO E DELLE EMOZIONI, TESTI E REGISTRAZIONI
- 1° LIVELLO DI TECNICA PER IL RAGGIUNGIMENTO DELLA CONSAPEVOLEZZA CORPOREA, TESTI E REGISTRAZIONI
- BIBLIOGRAFIA
 - **TEST DI VALUTAZIONE FINALE**
 - **ALLEGATI DI APPROFONDIMENTO (NON PREVEDONO QUESITI NEL QUESTIONARIO FINALE)**

Prova di apprendimento

La verifica per il riconoscimento dei crediti potrà essere effettuata al termine del Corso, dopo aver seguito le lezioni. Consisterà in un questionario composto da **75 domande** a risposta multipla con 4 opzioni di cui una sola giusta. La soglia di superamento richiesta è del 75%.

È prevista una doppia randomizzazione delle domande.

SONO POSSIBILI 5 TENTATIVI

Modalità per fruire dello sconto del 20% dedicato agli iscritti Ordine della Puglia

Collegarsi al seguente link <https://www.ikosecm.it/strategie-di-potenziamento-della-prestazione-fisica-e-sportiva-orologio-biologico-neuroni-specchio-lateralita-e-cenestesia.html>

- Cliccare su ACQUISTA E ISCRIVITI ORA
- Cliccare su PUOI USUFRUIRE DI UNA CONVENZIONE
- Selezionare dal menù a tendina **ORDINE PSICOLOGI PUGLIA** e inserire il codice **W8KGVQMDPN** nel campo INSERISCI IL CODICE DELLA CONVENZIONE e cliccare su CONTINUA
- Dal carrello procedere all'acquisto. (Il Corso risulterà con un prezzo scontato del 20%)
- Se si è già registrati effettuare il login e poi confermare l'ordine
- Se non si è ancora registrati sul sito cliccare su SE NON HAI UN IKOSID e compilare l'anagrafica e poi al termine confermare l'ordine
- Scegliere la modalità di pagamento (bonifico, carta di credito, Satispay o Paypal) e i dati per la fatturazione (in caso di Libero professionista o nel caso la stessa dovesse essere intestata ad un'azienda o Ente)
- In caso di pagamento con carta, Satispay o Paypal il Corso sarà subito attivo sul proprio profilo a transazione avvenuta
- In caso di pagamento con bonifico, confermando l'ordine verrà inviata una mail con i dati per procedere al pagamento
- Al ricevimento del bonifico (solitamente 1/2 gg lavorativi) l'accessibilità al Corso sarà attiva e verrà inviata una mail di conferma. Da quel momento il Corso sarà disponibile sul proprio profilo.