



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI MILANO

Corso di laurea magistrale in

**Scienza, tecnica  
e didattica dello  
sport**

scuola di

**SCIENZE MOTORIE**

## Accesso

Libero, previa verifica dei requisiti curriculari.

## Requisiti di accesso

- Laurea nella classe Scienze delle attività motorie e sportive (L-22) e nella corrispondente classe prevista dal D.M. 509/99 o Diploma I.S.E.F.
- Certificato medico di idoneità alla pratica sportiva agonistica. I candidati che non praticano attività sportiva devono presentare il seguente certificato:  
"Certificato di idoneità all'attività sportiva: certificazione rilasciata ad atleta non avente la qualifica di agonista, ex art. 4 D.M. 24/04/2013, per il quale sono stati eseguiti tutti gli accertamenti diagnostici previsti dallo stesso decreto ministeriale." – da fornire all'atto dell'immatricolazione.
- La verifica dell'adeguatezza della preparazione personale si baserà sull'esito riportato negli esami sostenuti nei settori scientifico disciplinari BIO e MEDF. Quando da ciò non si evinca la piena adeguatezza della preparazione personale, verrà richiesto il superamento di un colloquio individuale. Il colloquio orale verificherà le conoscenze di base in Anatomia dell'Apparato locomotore, Fisiologia dell'Esercizio, Teoria e metodologia dell'Allenamento.

## Lingua inglese

Per poter conseguire il titolo di studio è richiesta una conoscenza della lingua inglese di livello B2.

Tale livello può essere attestato, al momento dell'immatricolazione, tramite l'invio di una certificazione valida e riconosciuta dall'Ateneo, oppure verificato tramite Placement test erogato dallo SLAM-Centro Linguistico di Ateneo tra ottobre e gennaio.

In caso di non raggiungimento del livello richiesto, sarà necessario seguire i corsi erogati dallo SLAM-Centro Linguistico di Ateneo e superare il relativo test finale.

Coloro che non supereranno il test finale dovranno conseguire una certificazione esterna entro la laurea.

## Obiettivi

Il Corso di Laurea magistrale ha l'obiettivo di formare specialisti nelle scienze e tecniche dello sport, dotati di strumenti culturali, metodologici e tecnico-pratici avanzati per la preparazione fisica e tecnica nell'attività sportiva agonistica. In particolare, il corso fornisce ai laureati conoscenze e competenze per progettare, coordinare e dirigere attività tecnico-sportive sia individuali che di squadra, a vari livelli competitivi che vanno dal giovanile al ricreativo, amatoriale e ad alte prestazioni. Viene dato rilievo anche alla capacità di progettare, coordinare e dirigere attività di monitoraggio e analisi della prestazione, nonché alla comunicazione della cultura sportiva come strumento per lo sviluppo psico-fisico, il benessere e l'inclusione sociale degli individui.

## Sbocchi professionali

Gli sbocchi e gli ambiti professionali più rilevanti per i laureati sono:

- Progettazione, coordinamento e direzione tecnica delle attività di preparazione atletica per competizioni agonistiche fino ai livelli più elevati, e preparazione fisica e tecnica personalizzata per atleti individuali e di squadra di alto livello e d'élite.
- Collaborazione con specialisti in medicina dello sport, medicina fisica e riabilitativa, e scienze dell'alimentazione per sviluppare programmi di allenamento mirati a prevenire infortuni e sindromi da sovrallenamento, e per favorire la rieducazione sportiva post-infortunio degli atleti.
- Coordinamento di società sportive, centri sportivi, palestre ed eventi sportivi sotto il profilo tecnico, scientifico e gestionale, contribuendo alla preparazione, programmazione e valutazione delle prestazioni atletiche e della motricità nel suo complesso.
- Collaborazione con psicologi e educatori per sviluppare programmi didattici e inclusivi attraverso sport e giochi sportivi.
- Attività nell'insegnamento, formazione e divulgazione nel campo dello sport.
- Lavoro presso centri di recupero per soggetti a rischio e per l'inclusione sociale.

## Piano degli studi

I anno

INSEGNAMENTI	CREDITI
<b>I semestre</b>	
Fisiologia applicata all'esercizio fisico e allo sport	6
Match analysis, analisi dati e intelligenza artificiale nello sport	6
<b>II semestre</b>	
Teoria e metodologia dell'allenamento degli sport di squadra	6
<b>Annuale</b>	
Leadership, comunicazione e gestione nello sport	10
Metodi e tecniche di valutazione della prestazione sportiva	9
Nutrizione, metabolismo e monitoraggio biochimico dell'esercizio	10
Teoria e metodologia dell'allenamento degli sport individuali	9
Accertamento di lingua inglese (livello B2)	3

Il anno  
(sarà attivato dall'a.a. 2027/2028)

INSEGNAMENTI	CREDITI
<b>I semestre</b>	
Attività sportiva adattata	6
Didattica dell'attività motoria in ambito scolastico	6
Periodizzazione dell'allenamento degli sport individuali e di squadra	6
Recupero funzionale e ritorno alla performance	9

ULTERIORI ATTIVITÀ FORMATIVE	CREDITI
8 crediti a scelta dello studente tra le seguenti attività o altri insegnamenti attivati dall'Università degli Studi di Milano:	
- Calcio	8
- Corso base baseball e softball	6
- Etica e cultura dello sport	6
- Scoliosi e attività fisica antalgica	4
- Sport e integrazione	6
- Sport orientamento	6
- Il benessere sociale attraverso l'esercizio fisico	8
- Neurologia dello sport	8
- Meditazione. Yoga, tra sport e salute	8
- Yoga, la pedagogia dello sport tra corpo e mente	8
Tirocini formativi e di orientamento	16
Prova finale	10

# INFO

🎓 **Classe di laurea:** Scienze e tecniche dello sport (LM-68 R)

🕒 **Durata del corso:** 2 anni (120 crediti)

📅 **Frequenza:** obbligatoria per il 70 % delle lezioni

📍 **Sedi didattiche:**

lezioni teoriche:

- via Celoria, 10/20 - Milano
- via Golgi, 19 - Milano
- via Colombo, 46 - Milano
- via Venezian, 15 - Milano

lezioni pratiche:

- Centro Sportivo Comunale -  
via M. Buonarroti, 44 - Cernusco sul Naviglio (MI)
- Centro Sportivo Schüster -  
via padre Lodovico Morell sj., 2 - Milano

🔗 **Per informazioni:**  
[didattica.scienzemotorie@unimi.it](mailto:didattica.scienzemotorie@unimi.it)

🌐 **Siti utili:**  
[sport.cdl.unimi.it](http://sport.cdl.unimi.it)  
[www.unimi.it](http://www.unimi.it)



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI MILANO