



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.
- In tutti i casi, ai fini dell'ammissione, l'adeguatezza della preparazione dei candidati sarà verificata mediante un colloquio che valuterà le conoscenze di base di Anatomia dell'Apparato Locomotore, Fisiologia dell'Esercizio e di Teoria e metodologia dell'Allenamento.

## Obiettivi

Il Corso ha come obiettivo la preparazione di laureati con ampie competenze nel settore sportivo d'élite e dello sport per tutti.

Il Corso fornirà ai laureati le conoscenze e le competenze adatte alla realizzazione ed all'innovazione delle attività sportive rivolte alle diverse età, con particolare riferimento allo sport di alto livello, in relazione agli aspetti didattici, metodologici e tecnici delle varie discipline.

Il laureato sarà in possesso inoltre di competenze gestionali per far fronte alla predisposizione, coordinamento e gestione di eventi sportivi.

## Sbocchi professionali

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

- la direzione e la cooperazione nell'ambito di progetti e strutture scientifiche applicate allo sport;
- la preparazione di soggetti nell'età dello sviluppo verso le varie discipline sportive agonistiche e non;
- la preparazione di soggetti in età adulta e avanzata verso le varie discipline sportive anche agonistiche;
- l'applicazione di metodologie e tecniche di valutazione funzionale dell'attività sportiva in soggetti di ogni età, sesso e livello di preparazione atletica;
- la progettazione e l'organizzazione delle attività sportive anche mediante l'ausilio di attrezzi ed attrezzature specifiche;
- l'organizzazione e la coordinazione di eventi sportivi agonistici e di tipo amatoriale;
- la capacità di gestire e promuovere la ricerca scientifica applicata all'attività motoria sia a livello pubblico che privato;
- la conduzione, la gestione, la progettazione e il coordinamento delle attività sportive dal livello ricreativo a quello professionistico.

# Piano degli studi

I anno

INSEGNAMENTI	CREDITI
<b>I semestre</b>	
Fisiopatologia e basi biologiche della riabilitazione all'attività sportiva	9
Nutrizione applicata allo sport e alla salute	6
<b>II semestre</b>	
Teoria e metodologia dell'allenamento degli sport di squadra	6
<b>Annuale</b>	
Funzionalità fisiologica, metabolica e biomolecolare dell'esercizio fisico	9
Metodi di valutazione delle capacità motorie	9
Sociologia e psicologia nei processi culturali e comunicativi nello sport	8
Teoria e metodologia dell'allenamento degli sport individuali e delle discipline atletiche	12

Il anno

INSEGNAMENTI	CREDITI
<b>I semestre</b>	
Metodi e didattiche degli sport individuali e di squadra (calcio, pallacanestro, pallavolo, rugby)	6
<b>Annuale</b>	
Periodizzazione dell'allenamento degli sport individuali	6

ULTERIORI ATTIVITÀ FORMATIVE	CREDITI
8 crediti a scelta dello studente tra le seguenti attività o altri insegnamenti attivati dall'Università degli Studi di Milano:	
- Allenamento fisico per l'atleta con disabilità	8
- Allenamento respiratorio e posture funzionali alle tecniche sportive	8
- Calcio	8
- Corso di video editing sportivo	8
- Football americano	8
- Functional training	8
- Il benessere sociale attraverso l'esercizio fisico	8
- Invecchiamento muscolare: sarcopenia ed esercizio fisico	8
- Prevenzione infortuni e rieducazione funzionale nello sport	4
- Social media marketing per lo sport	8
- Recupero funzionale sul campo della performance atletica dello sportivo	4
Tirocini formativi e di orientamento	20
Prova finale	21

# INFO

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

🕒 **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 "Saini"

- via Corelli, 136 - Milano

🌐 **Siti utili:**

[sport.cdl.unimi.it](http://sport.cdl.unimi.it)

[www.unimi.it](http://www.unimi.it)



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI MILANO