



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 M-EDF. 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 dicembre. 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 ha l'obiettivo di formare chinesiologi 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 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

I laureati operano come chinesiologi dello sport e sono esperti nella preparazione atletica e tecnica di atleti individuali e di squadra, fino al livello agonistico e d'élite. Possono operare nella progettazione e gestione di programmi di allenamento, nella prevenzione degli infortuni e nel recupero post-riabilitativo, collaborando con medici dello sport, fisioterapisti e nutrizionisti. Sono qualificati per ricoprire ruoli di coordinamento tecnico e scientifico all'interno di società sportive, centri e impianti sportivi, palestre ed eventi, e per sviluppare interventi educativi e inclusivi in collaborazione con psicologi ed educatori. Possono inoltre svolgere attività di insegnamento, formazione e divulgazione nel campo dello sport.

Piano degli studi

I anno

INSEGNAMENTI	CREDITI
I semestre	
Nutrizione applicata allo sport e alla salute	6
II semestre	
Teoria e metodologia dell'allenamento degli sport di squadra	6
Annuale	
Fisiopatologia e basi biologiche della riabilitazione all'attività sportiva	9
Funzionalità fisiologica, metabolica e biomolecolare dell'esercizio fisico	9
Metodi di valutazione delle capacità motorie	12
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

(sarà attivato dall'a.a. 2026/2027)

INSEGNAMENTI	CREDITI
I semestre	
Metodi e didattiche degli sport individuali e di squadra (calcio, pallacanestro, pallavolo, rugby)	6
Annuale	
Attività sportiva adattata	6
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:	
- Calcio	8
- Il benessere sociale attraverso l'esercizio fisico	8
- Neurologia dello sport	8
- Prevenzione infortuni e rieducazione funzionale nello sport	4
- Meditazione. Yoga, tra sport e salute	8
- Recupero funzionale sul campo della performance atletica dello sportivo	4
- Yoga, la pedagogia dello sport tra corpo e mente	8
Accertamento di lingua inglese (livello B2)	3
Tirocini formativi e di orientamento	18
Prova finale	11

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)

📧 **Per informazioni:**

didattica.scienzemotorie@unimi.it

🌐 **Siti utili:**

sport.cdl.unimi.it

www.unimi.it



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI MILANO