



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI MILANO

Corso di laurea triennale in
**Scienze motorie,
sport
e salute**

scuola di

SCIENZE MOTORIE

Accesso

Programmato.

Per informazioni sul numero dei posti e sulle date del test di ammissione consulta il sito www.unimi.it – **INFORMAZIONI PER FUTURI STUDENTI**.

L'accesso è condizionato al superamento di un test (TOLC-F, Test OnLine CISIA, www.cisiaonline.it/) che darà luogo ad una graduatoria di merito.

Per immatricolarsi, oltre al superamento del test, costituisce requisito fondamentale essere in possesso dell'idoneità sportiva agonistica oppure coloro che non fanno attività sportiva devono presentare il seguente certificato: "Certificato di idoneità alla pratica 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."

OFA - Obblighi formativi aggiuntivi

Lo studente che al test di ammissione ha ottenuto un risultato insufficiente nell'area di Matematica di base, si vedrà assegnato degli obblighi formativi aggiuntivi (OFA) che dovrà colmare secondo quanto indicato nel sito scienzemotorie.cdl.unimi.it

Lingua inglese

Per poter conseguire il titolo di studio è richiesta una conoscenza della lingua inglese di livello B1.

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 si propone di fornire allo studente competenze relative alla comprensione, progettazione, organizzazione, conduzione e gestione di attività motorie e sportive nelle strutture pubbliche e private, a livello individuale e di gruppo, finalizzate allo sviluppo, al mantenimento e al recupero di capacità motorie e del benessere psicofisico ad esse correlato nonché la valutazione delle attività motorie e sportive nei vari ambiti: sport di competizione, sport sociale, sport per diversamente abili e del recupero post riabilitativo.

Il Corso fornisce le competenze tecnico-scientifiche per una corretta pratica dello sport e delle varie forme di attività fisica adeguata agli allievi delle varie fasce d'età, scevra per quanto possibile dagli inconvenienti spesso associati ad una non corretta programmazione metodologica-didattica. Inoltre, fornisce autonomia di giudizio e metodo scientifico che porti ad uno sviluppo e aggiornamento continuo delle proprie capacità culturali e operative necessarie per una corretta proposta dell'attività motoria e sportiva e che consenta il confronto anche a livello internazionale per un processo di formazione continua.

Sbocchi professionali

I laureati in Scienze motorie, sport e salute potranno inserirsi nel mondo del lavoro con i seguenti profili professionali:

- operatori nell'educazione per la prevenzione di condizioni che costituiscono rischio per la salute quali sedentarietà, sovrappeso, obesità;
- organizzatori delle attività motorie, sportive e del tempo libero nelle varie fasce di età (evolutiva, adulta, anziana) e dello sport in genere;
- preparatori fisici esperti nella programmazione e nella conduzione dei programmi di allenamento;
- educatori tecnico-sportivi per l'attività adattata finalizzata al raggiungimento e mantenimento dell'efficienza fisica e psicofisica;
- educatori tecnico-sportivi nella gestione tecnica di attività motorie e sportive mediante l'ausilio di attrezzi ed attrezzature specifiche (fitness - wellness), personal trainers, trainers di gruppo;
- operatori nella comunicazione e gestione dell'informazione sportiva;
- consulenti di società ed organizzazioni sportive, dirigenti, gestori di palestre e centri sportivi pubblici e privati; consulenti per le strutture impiantistiche e dello sport sul territorio e per l'organizzazione di eventi sportivi.

Piano degli studi

I anno

INSEGNAMENTI	CREDITI
I semestre	
Psicologia applicata alle scienze motorie	6
Teoria e metodologia del movimento umano	7
Annuale	
Anatomia e morfologia umana applicata	10
Basi motorie della ginnastica	6
Biologia, chimica e biochimica generale	9
Pedagogia generale e applicata alle scienze motorie	10
Sport di squadra: calcio, pallacanestro e pallavolo	12

Il anno

(sarà attivato dall'a.a. 2026/2027)

INSEGNAMENTI	CREDITI
I semestre	
Biochimica clinica e endocrinologia	6
Legislazione ed economia applicata alle scienze motorie	8
Il semestre	
Basi di nutrizione applicata allo sport	6
Annuale	
Didattica del movimento umano	8
Fisica e biomeccanica	6
Fisiologia neuromuscolare e biochimica del metabolismo muscolare	9
Nuoto	6

III anno

(sarà attivato dall'a.a. 2027/2028)

INSEGNAMENTI	CREDITI
I semestre	
Fisiologia umana e dell'esercizio	9
Teoria e metodologia dell'allenamento	9
II semestre	
Medicina dello sport, traumatologia e chinesiologia	9
Annuale	
Atletica leggera	8
Fitness	8

ULTERIORI ATTIVITÀ FORMATIVE	CREDITI
12 crediti a scelta dello studente tra le seguenti attività: - Arrampicata sportiva - Comunicazione sportiva - Corso base di baseball e softball - Corso di qualifica allenatore di pesistica olimpica - Corso evoluto di pallacanestro - Didattica applicata alla scuola primaria - Etica e cultura dello sport - Introduzione alla match analysis - Pallavolo di alto livello - Personal trainer - Sport di combattimento: judo - Tennis - Yoga: corpo, mente, respiro	6+6
Accertamento di lingua inglese (livello B1)	3
Tirocini e attività pratiche	6
Prova finale	7

LAUREE MAGISTRALI a cui è possibile accedere
(c/o Università degli Studi di Milano)

- Scienza dell'attività fisica per il benessere
- Scienza, tecnica e didattica dello sport

INFO

🎓 **Classe di laurea:** Scienze delle attività motorie e sportive (L-22 R)

🕒 **Durata del corso:** 3 anni (180 crediti)

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

📍 **Sedi didattiche:**

lezioni teoriche: - via Celoria, 20 - Milano

- via Golgi, 19 - Milano

- via Colombo, 71 - Milano

lezioni pratiche: Centro Sportivo Comunale

- via M. Buonarroti, 44

- Cernusco sul Naviglio (MI)

📧 **Per informazioni:**

didattica.scienzemotorie@unimi.it

🌐 **Siti utili:**

scienzemotorie.cdl.unimi.it

www.unimi.it



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI MILANO