



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI MILANO
MANIFESTO DEGLI STUDI A.A. 2025/26
LAUREA IN
SCIENZE MOTORIE, SPORT E SALUTE (Classe L-22)
immatricolati dall'a.a. 2018/2019

GENERALITA'

Classe di laurea di appartenenza:	L-22 SCIENZE DELLE ATTIVITA MOTORIE E SPORTIVE
Titolo rilasciato:	Dottore
Durata del corso di studi:	3 anni
Cfu da acquisire totali:	180
Annualità attivate:	2°, 3°
Modalità accesso:	Programmato
Codice corso di studi:	Z05

RIFERIMENTI

Presidente Collegio Didattico

Prof. Stefano Longo

Docenti tutor

Prof.ssa Paola Brocca (Tutor per l'orientamento)
Prof. Emiliano Cè (Tutor per la mobilità internazionale e l'Erasmus)
Prof.ssa Eloisa Limonta (Tutor per stage e tirocini)
Prof. Matteo Bonato (Tutor per stage e tirocini)
Prof. Stefano Longo (Tutor per piani studio)

Sito web del corso di laurea

<https://scienzemotorie.cdil.unimi.it/it>

Segreteria Didattica

Centro Sportivo Comunale Cernusco sul Naviglio (Mi) – Via Michelangelo Buonarroti, 44 - Via Giuseppe Colombo 71 Milano
Tel. +39 02 5032 7103 Ricevimento in presenza su appuntamento scrivendo all'indirizzo didattica.scienzemotorie@unimi.it
<https://www.unimi.it/it/corsi/facolta-e-scuole/scienze-motorie> Email: didattica.scienzemotorie@unimi.it

Segreteria Studenti

Via Santa Sofia 9/1- Milano Tel. +39 02 5032 5032 <https://www.unimi.it/it/node/359/>

CARATTERISTICHE DEL CORSO DI STUDI

Obiettivi formativi generali e specifici

Gli obiettivi specifici del corso di laurea in Scienze motorie, sport e salute sono quelli di fornire competenze concernenti la 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 delle 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.

Risultati di apprendimento attesi

Al termine degli studi il laureato avrà acquisito 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 il corso 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.

Profilo professionale e sbocchi occupazionali

I laureati saranno in grado di inserirsi nel mondo del lavoro nel minor tempo possibile, così come potranno accedere a corsi di laurea magistrale o a master di qualificazione ad una specifica attività professionale.

Gli sbocchi professionali particolarmente rilevanti sono i seguenti:

- 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 psico-fisica.
- 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.

Conoscenze per l'accesso

Requisiti e conoscenze richieste per l'accesso

I requisiti per accedere al Corso di Laurea sono i seguenti:

- diploma di istruzione secondaria di secondo grado
- certificato medico di idoneità alla pratica sportiva agonistica o di un "certificato di idoneità alla pratica sportiva di particolare ed elevato impegno cardiovascolare, ex art. 4 D.M. 24/04/2013" (con esami eseguiti: ECG basale e dopo sforzo, spirometria, esame urine) in corso di validità.

I candidati ammessi che si immatricoleranno al corso di laurea dovranno presentare per ogni anno di iscrizione un certificato medico come sopra descritto che abbia validità per l'intero Anno Accademico.

E' responsabilità dello studente provvedere alla presentazione di un nuovo certificato alla scadenza di validità del precedente. La mancata presentazione del certificato rinnovato preclude la frequenza alle lezioni e la possibilità di sostenere gli esami di profitto.

Le indicazioni per la presentazione del certificato medico per i candidati che parteciperanno alla prova di selezione saranno dettagliate nel bando di concorso.

Modalità di verifica delle conoscenze

Per accedere al Corso di Laurea è necessario sostenere una prova scritta a quiz a risposta multipla.

La prova è erogata tramite CISIA (Consorzio Interuniversitario Sistemi Integrati per l'Accesso - <https://www.cisiaonline.it/>) mediante il test TOLC- F (Test On Line CISIA) con quesiti relativi alle aree di Biologia, Chimica, Fisica, Matematica, Logica e Lingua Inglese . (Per i dettagli sugli argomenti consultare il Syllabus all'indirizzo <https://www.cisiaonline.it/area-tematica-tolc-cisia/home-tolc-generale/>).

Tutte le informazioni relative allo svolgimento e al calendario delle prove, alle modalità e termini di iscrizione, saranno dettagliate nel bando di concorso (<https://www.unimi.it/it/corsi/corsi-di-laurea/scienze-motorie-sport-e-salute>).

Obblighi formativi aggiuntivi e modalità per il recupero (OFA)

Alle matricole che nella sezione relativa alla Matematica di base non raggiungeranno il punteggio minimo indicato nel bando di concorso, verranno assegnati degli obblighi formativi aggiuntivi.

Tali obblighi devono essere soddisfatti entro il primo anno di corso superando un percorso di recupero che verrà organizzato dall'Ateneo.

Qualora lo studente non assolva gli obblighi entro il predetto termine, dovrà iscriversi come ripetente nell'anno accademico successivo.

Percorsi consigliati dopo la laurea

"Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport", "Scienza dell'Attività Fisica per il Benessere"

Struttura del corso

Modalità della didattica e articolazione della stessa

E' previsto un percorso professionalizzante già a partire dal primo anno, affiancando insegnamenti a prevalente contenuto teorico ad insegnamenti ad elevato contenuto pratico. Gli stessi si susseguono nel percorso triennale in modo tale che gli apprendimenti delle materie precedano di norma la costruzione delle competenze pratico applicative.

L'attività didattica consiste principalmente in lezioni in aula, esercitazioni in laboratori didattici, attività pratiche in palestre, piscine e campi polivalenti. Sono previste anche partecipazioni a convegni, conferenze ed attività esterne alle strutture universitarie, attività seminariali ed integrative collegate con la realtà lavorativa, che stimolino gli allievi al collegamento longitudinale e trasversale dei contenuti appresi nei vari insegnamenti.

Articolazione insegnamenti

L'organizzazione della didattica prevede sia singoli insegnamenti semestrali sia attività formative e corsi integrati costituiti da più insegnamenti di diversi settori scientifico-disciplinari: detti insegnamenti saranno erogati in uno o più semestri. I corsi integrati sono costituiti da più attività formative coordinate ed erogate anche da più docenti, con un unico esame finale.

Ogni insegnamento/attività formativa può essere tenuto anche in più edizioni impartite da docenti diversi.

Presentazione del piano studi

Al 1° anno di corso, secondo le scadenze e modalità indicate dalla Segreteria Didattica, lo studente dovrà indicare 12 CFU da acquisire nell'ambito delle attività a scelta libera che potrà individuare tra gli insegnamenti proposti dalla Scuola o tra gli insegnamenti attivi presso l'Università degli Studi di Milano.

Il piano studi viene approvato dal Collegio Didattico che, in funzione delle scelte operate dagli studenti, definisce quali insegnamenti attivare tra quelli proposti per la frequenza al 2° e 3° anno.

La scelta espressa al 1° anno è vincolante.

Per gli studenti che non esprimono preferenze al 1° anno, il Collegio Didattico si riserva di veicolare la frequenza degli insegnamenti secondo le esigenze organizzative del Corso di Studi.

Calendario attività didattiche

1° semestre: da ottobre a dicembre 2025

2° semestre da febbraio a fine maggio 2026

Le specifiche date di inizio e fine semestre sono pubblicate nella pagina del sito relativa agli orari delle lezioni <https://scienzemotorie.cdl.unimi.it/it/studiare/orario-delle-lezioni>

Orario lezioni

Consultare il sito web all'indirizzo <https://scienzemotorie.cdl.unimi.it/it/studiare/orario-delle-lezioni>

Esami

Per ogni insegnamento saranno previsti almeno 6 appelli d'esame, distribuiti nei seguenti periodi:

- gennaio 2026
- febbraio 2026
- giugno/luglio 2026
- settembre 2026
- gennaio 2027

L'iscrizione agli esami dovrà essere effettuata on line accedendo all'area riservata "unimia" disponibile al link <https://cas.unimi.it/login?service=http%3A%2F%2Funimia.unimi.it%2Fportal%2Fserver.pt>

I programmi degli insegnamenti saranno reperibili nella sezione relativa al corso di laurea: <https://scienzemotorie.cdl.unimi.it/it/insegnamenti/elenco-insegnamenti-z>

Prove di lingua / Informatica

Per poter conseguire il titolo di studio è richiesta la conoscenza della lingua inglese di livello B1 del Quadro Comune Europeo di Riferimento per le lingue (QCER). Tale livello può essere attestato nei seguenti modi:

- tramite l'invio di una certificazione linguistica conseguita non oltre i 3 anni antecedenti la data di presentazione della stessa, di livello B1 o superiore (per la lista delle certificazioni linguistiche riconosciute dall'Ateneo si rimanda al sito: <https://www.unimi.it/it/node/297/>). La certificazione deve essere caricata al momento dell'immatricolazione o, successivamente, sul portale <http://studente.unimi.it/uploadCertificazioniLingue>;
- tramite Placement Test, erogato dal Centro linguistico d'Ateneo SLAM esclusivamente durante il I anno, da ottobre a dicembre (gennaio per magistrali e cicli unici). In caso di non superamento del test, sarà necessario seguire i corsi erogati da SLAM.

Il Placement Test è obbligatorio per tutti coloro che non sono in possesso di una certificazione valida.

Coloro che non sosterranno il Placement Test entro dicembre (gennaio per magistrali e cicli unici) oppure non supereranno il test finale del corso entro 6 tentativi, dovranno conseguire privatamente una certificazione entro la laurea.

Obbligo di frequenza

La frequenza è obbligatoria per tutti gli insegnamenti e per le attività di tirocinio. Per essere ammesso a sostenere la relativa verifica di profitto, lo studente deve aver frequentato almeno il 70% delle ore di attività didattica previste.

Gli studenti che in un anno accademico non abbiano conseguito la frequenza richiesta in un singolo insegnamento, potranno recuperare l'attività mancante nel corso dell'anno successivo.

Il Collegio didattico valuterà caso per caso se l'impegno occorrente a tale recupero renda necessaria l'iscrizione dello studente in qualità di ripetente, fatte salve le regole generali universitarie in materia di iscrizione in corso e fuori corso.

Caratteristiche Tirocinio

Il percorso formativo prevede un tirocinio obbligatorio di 3 CFU.

E' possibile conseguire i CFU in una di queste modalità:

- svolgendo uno stage, della durata di almeno 75 ore
- richiedendo il riconoscimento di altre attività formative/professionalizzanti eventualmente svolte, in base a ben precisi criteri.

Il tirocinio può essere svolto a partire dal secondo semestre del secondo anno.

Caratteristiche della prova finale

Acquisiti, nel rispetto delle presenti norme regolamentari, i necessari 175 crediti formativi, lo studente è ammesso a sostenere la prova finale per il conseguimento del titolo.

In ottemperanza ai criteri generali, espressi dal Regolamento del corso di laurea, al quale si rimanda per ogni altra

disposizione in materia, essa consiste nella discussione di un elaborato scritto su argomenti coerenti con il piano di studi. L'argomento dell'elaborato di laurea è scelto nell'ambito delle tematiche del corso affrontate durante gli anni di studio, in accordo con un docente del corso di laurea, che sovrintende alla preparazione dell'elaborato e funge da relatore. Il punteggio massimo conseguibile nella prova finale è di 8 punti.

ESPERIENZA DI STUDIO ALL'ESTERO NELL'AMBITO DEL PERCORSO FORMATIVO

L'Università degli Studi di Milano sostiene la mobilità internazionale degli studenti, offrendo loro periodi di studio e di tirocinio all'estero, occasione unica per arricchire il proprio percorso formativo in un contesto nuovo e stimolante.

Gli accordi stipulati dall'Ateneo con oltre 300 università dei 27 Paesi dell'Unione nell'ambito del programma Erasmus+ permettono agli studenti regolarmente iscritti di svolgere parte del proprio percorso di studi presso una delle università partner o seguire percorsi di tirocinio/stage presso imprese, centri di formazione e di ricerca e altre organizzazioni.

Analoghe opportunità di mobilità internazionale vengono garantite inoltre anche per destinazioni extra-europee, grazie ai rapporti di collaborazione stabiliti dall'Ateneo con numerose prestigiose istituzioni.

Cosa offre il corso di studi

All'interno del programma europeo Erasmus+, la Scuola di Scienze Motorie offre la possibilità agli studenti iscritti al corso di laurea in Scienze dello Sport e Salute di poter eseguire parte della loro formazione, scegliendo all'interno di quindici importanti università partner distribuite in Spagna, Portogallo, Francia, Austria, Norvegia, Polonia, Ungheria e Turchia. Gli studenti che intendono trascorrere un periodo di studio all'estero avranno a disposizione dai due ai dodici mesi per ciclo di studio. È da rilevare la richiesta da parte di alcune Università di una certificazione che attesti il livello di conoscenza della lingua come conditio sine qua non poter accedere alla fase di selezione. Durante il periodo trascorso all'estero, avranno la possibilità sia di partecipare a lezioni tipiche del proprio curriculum di studio, sia di integrare le proprie conoscenze con materie complementari e opzionali tipiche della zona geografica dell'Università partner (sport acquatici condotti in ambiente marino, vela, sport invernali, sport di montagna...). Inoltre, si avrà la possibilità di poter svolgere le ore previste come tirocinio presso centri convenzionati con l'Università ospitante, arricchendo ancora di più il proprio bagaglio di esperienza. Gli esami superati e i relativi crediti conseguiti all'estero saranno convertiti secondo le tabelle di conversione ECTS/CFU in relazione alle norme vigenti nello Stato dell'Università ospitante, e integrati all'interno del piano di studi dello studente.

Modalità di partecipazione ai programmi di mobilità - mobilità Erasmus

Gli studenti dell'Università degli Studi di Milano partecipano ai programmi di mobilità Erasmus per studio e tirocinio tramite una procedura pubblica di selezione finalizzata a valutare, grazie a specifiche commissioni:

- la carriera accademica
- la proposta di programma di studio/tirocinio all'estero del candidato
- la conoscenza della lingua straniera di lavoro
- le motivazioni alla base della candidatura

Bando e incontri informativi

La selezione pubblica annuale per l'Erasmus studio si svolge in genere a febbraio e prevede la pubblicazione di un bando che specifica sedi, numero di posti e requisiti specifici richiesti.

Per quanto riguarda l'Erasmus Traineeship, vengono generalmente pubblicati due bandi all'anno che prevedono rispettivamente la possibilità di reperire autonomamente una sede di tirocinio o di presentare domanda per una sede definita tramite accordo inter-istituzionale.

L'Ateneo organizza incontri informativi generali e/o declinati per area disciplinare per illustrare le opportunità di mobilità internazionale e le modalità di partecipazione.

Borsa di studio Erasmus +

Per i soggiorni all'estero che rientrano nel programma Erasmus+, l'Unione Europea assegna ai vincitori della selezione una borsa di mobilità a supporto delle spese sostenute, che può essere integrata da un contributo dell'Ateneo per gli studenti in condizioni economiche svantaggiate.

Corsi di lingua

Gli studenti che superano le selezioni per i programmi di mobilità possono avvalersi dei corsi intensivi di lingue straniere proposti ogni anno dal Centro linguistico d'Ateneo SLAM.

<https://www.unimi.it/it/node/8/>

Maggiori informazioni alla pagina: <https://www.unimi.it/it/node/274/>

Per assistenza:

Ufficio Mobilità internazionale

Via Santa Sofia 9 (secondo piano)

Tel. 02 503 13501-12589-13495-13502

MODALITA' DI ACCESSO: 1° ANNO PROGRAMMATO

Informazioni e modalità organizzative per immatricolazione

Le informazioni e le scadenze relative all'immatricolazione vengono indicate nel bando di concorso disponibile all'indirizzo <https://www.unimi.it/it/corsi/corsi-di-laurea/scienze-motorie-sport-e-salute>

N° posti riservati a studenti extracomunitari non soggiornanti in Italia

10

N° posti assegnati

390

1° ANNO DI CORSO (disattivato dall'a.a.2025/26)Attività formative obbligatorie				
Erogazione	Attività formativa	Modulo/Unità didattica	Cfu	Settore
	Accertamento di lingua inglese - livello B1 (3 CFU)		3	ND
	ANATOMIA E MORFOLOGIA UMANA APPLICATA		10	BIO/16
	BASI MOTORIE DELLA GINNASTICA		6	M-EDF/02
	BIOLOGIA, CHIMICA E BIOCHIMICA GENERALE		9	(6) BIO/10, (3) BIO/13
	PEDAGOGIA GENERALE E APPLICATA ALLE SCIENZE MOTORIE		10	M-PED/01
	SPORT DI SQUADRA: CALCIO, PALLACANESTRO E PALLAVOLO (tot. cfu:16)	Unità' didattica 1: Calcio	6	M-EDF/02
		Unità' didattica 2: Pallacanestro	5	M-EDF/02
		Unità' didattica 3: Pallavolo	5	M-EDF/02
	PSICOLOGIA APPLICATA ALLE SCIENZE MOTORIE		6	M-PSI/02
	TEORIA E METODOLOGIA DEL MOVIMENTO UMANO		6	M-EDF/01, M-EDF/02
Totale CFU obbligatori			66	
2° ANNO DI CORSO Attività formative obbligatorie				
Erogazione	Attività formativa	Modulo/Unità didattica	Cfu	Settore
annuale	DIDATTICA DEL MOVIMENTO UMANO		8	M-EDF/01, M-EDF/02
annuale	FISICA, BIOMECCANICA E CHINESIOLOGIA ARTICOLARE		9	(3) BIO/09, (3) FIS/07, (3) MED/34
annuale	NUOTO		8	M-EDF/01, M-EDF/02
1 semestre	BIOCHIMICA APPLICATA AL MOVIMENTO		6	(3) BIO/10, (3) BIO/12
1 semestre	LEGISLAZIONE ED ECONOMIA APPLICATA ALLE SCIENZE MOTORIE		8	(4) SECS-P/07, (4) IUS/01
2 semestre	BASI DI NUTRIZIONE APPLICATA ALLO SPORT		6	MED/49
2 semestre	FISIOLOGIA NEUROMUSCOLARE ED ENDOCRINOLOGIA		9	(3) MED/13, (6) BIO/09
Totale CFU obbligatori			54	
3° ANNO DI CORSO Attività formative obbligatorie				
Erogazione	Attività formativa	Modulo/Unità didattica	Cfu	Settore
annuale	ATLETICA LEGGERA		8	M-EDF/02
annuale	TECNOLOGIE DELLO SPORT E FITNESS (tot. cfu:8)	Unità' didattica 1: lezioni tecnico - addestrative	4	M-EDF/02
		Unità' didattica 2: lezioni teoriche	4	M-EDF/02
1 semestre	FISIOLOGIA UMANA E DELL'ESERCIZIO		9	BIO/09
1 semestre	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO		9	M-EDF/02
2 semestre	MEDICINA DELLO SPORT E TRAUMATOLOGIA		6	(3) MED/33, (3) MED/09
Totale CFU obbligatori			40	
Altre attività a scelta				
Lo studente dovrà scegliere 12 crediti, da conseguire al secondo o terzo anno di corso, tra gli insegnamenti che verranno proposti dalla Scuola oppure tra gli insegnamenti attivati in altri corsi di laurea dall' Ateneo.In questo ultimo caso lo studente dovrà richiedere l'approvazione preventiva al Collegio Didattico in modo da verificarne l'attinenza con il percorso formativo.				
Per i dettagli relativi alla modalità delle scelte e all'attivazione degli insegnamenti si rimanda al paragrafo "Presentazione del piano studi".				
Di seguito si elencano gli insegnamenti attivabili dalla Scuola di Scienze Motorie:				

annuale	ARRAMPICATA SPORTIVA		6	M-EDF/02
annuale	CORSO BASE BASEBALL E SOFTBALL		6	M-EDF/02
annuale	CORSO EVOLUTO DI PALLACANESTRO		6	M-EDF/02
annuale	DIDATTICA APPLICATA ALLA SCUOLA PRIMARIA		6	M-EDF/02
annuale	INTRODUZIONE ALLA MATCH ANALYSIS		6	M-EDF/02
annuale	LA COMUNICAZIONE SPORTIVA: ASPETTI ETICI E CULTURALI		6	M-EDF/02
annuale	METODI E TECNICHE DELLA COMUNICAZIONE SPORTIVA.UFFICIO STAMPA, EVENTI E SOCIAL MEDIA		6	M-EDF/02
annuale	PALLAVOLO DI ALTO LIVELLO		6	M-EDF/02
annuale	PERSONAL TRAINER		6	M-EDF/02
annuale	SPORT DI COMBATTIMENTO: JUDO		6	M-EDF/02
annuale	TENNIS		6	M-EDF/02
1 semestre	YOGA: CORPO, MENTE, RESPIRO		6	M-EDF/02
2 semestre	CORSO DI QUALIFICA ALLENATORE DI PESISTICA OLIMPICA		6	M-EDF/02
Attività conclusive				
	PROVA FINALE		5	NA
	TIROCINI E ATTIVITA' PRATICHE		3	NA
Totale CFU obbligatori			8	

PROPEDEUTICITA'

Il corso di studi prevede le seguenti propedeuticità obbligatorie o consigliate

Attività Formativa	Attività formative propedeutiche	
BIOCHIMICA APPLICATA AL MOVIMENTO	BIOLOGIA, CHIMICA E BIOCHIMICA GENERALE	Obbligatoria
FISIOLOGIA NEUROMUSCOLARE ED ENDOCRINOLOGIA	ANATOMIA E MORFOLOGIA UMANA APPLICATA	Obbligatoria
FISIOLOGIA UMANA E DELL'ESERCIZIO	ANATOMIA E MORFOLOGIA UMANA APPLICATA	Obbligatoria
	FISIOLOGIA NEUROMUSCOLARE ED ENDOCRINOLOGIA	Obbligatoria
MEDICINA DELLO SPORT E TRAUMATOLOGIA	ANATOMIA E MORFOLOGIA UMANA APPLICATA	Obbligatoria
	FISIOLOGIA NEUROMUSCOLARE ED ENDOCRINOLOGIA	Obbligatoria
	FISIOLOGIA UMANA E DELL'ESERCIZIO	Obbligatoria