



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI MILANO
MANIFESTO DEGLI STUDI A.A. 2019/20
LAUREA MAGISTRALE IN
SCIENZA DELL'ATTIVITA' FISICA PER IL BENESSERE (Classe LM-67)
immatricolati dall'a.a. 2014/2015

GENERALITA'

Classe di laurea di appartenenza:	LM-67 SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITA MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE
Titolo rilasciato:	Dottore Magistrale
Durata del corso di studi:	2 anni
Crediti richiesti per l'accesso:	180
Cfu da acquisire totali:	120
Annualità attivate:	1°, 2°
Modalità accesso:	Libero con valutazione dei requisiti di accesso
Codice corso di studi:	Z32

RIFERIMENTI

Presidente Collegio Didattico

Prof. Giampietro Alberti

Docenti tutor

Prof. Fabio Esposito, Dott. Stefano Benedini, Dott.ssa Eliana Roveda

Sito web del corso di laurea

<http://www.scienzemotorie.unimi.it>

Docenti referenti del corso:

Prof. Pietro Luigi Invernizzi, Prof. Giampiero Merati, Dott.ssa Nadia Papini, Dott. Gianluca Vernillo

Segreteria Didattica

via A. Kramer 4/a - Milano Tel. 02 50315156 Email: didattica.scienzemotorie@unimi.it

CARATTERISTICHE DEL CORSO DI STUDI

Obiettivi formativi generali e specifici

Il corso di laurea magistrale in Scienza dell'attività fisica per il benessere ha come obiettivo la formazione di specialisti dell'attività motoria finalizzata alla promozione, conduzione, prevenzione e mantenimento di uno stile di vita attivo adattato allo sviluppo evolutivo e funzionale di soggetti sani o affetti da malattie croniche.

Risultati di apprendimento attesi

Il laureato sarà in grado di operare per il mantenimento del livello di efficienza prestativa anche in corso di infortunio o nella rieducazione dopo riabilitazione finalizzata al recupero della completa efficienza fisica.

Il laureato magistrale saprà operare adeguatamente nelle attività di fitness sia con soggetti in buona salute che con limitazioni funzionali, nei vari periodi dell'età evolutiva, adulta ed anziana, con competenze tecniche, metodologiche e organizzative.

La didattica frontale e lo svolgimento dei tirocini previsti presso strutture esterne appositamente convenzionate, forniranno al laureato una specifica professionalità operativa sul campo nell'applicazione di programmi di attività motoria e finalizzata al mantenimento dello stato di salute ed al miglioramento della qualità della vita.

Profilo professionale e sbocchi occupazionali

Gli sbocchi professionali del laureato magistrale in Scienza dell'attività fisica per il benessere (in possesso delle competenze tecniche, didattiche e scientifiche adeguate alla ideazione, progettazione e conduzione dell'attività fisica di carattere ricreativo, educativo, sportivo, in strutture pubbliche e/o private) saranno nel coadiuvare personale sanitario e/o agire indipendentemente nel campo della prevenzione e tutela della salute.

L'attività professionale dei laureati si potrà prevedere in interventi nel campo del fitness, dell'attività motoria adattata alle varie fasi evolutive, della motricità per le persone anziane, del movimento come contrasto alle patologie croniche connesse alla sedentarietà ed agli stili di vita poco o non attivi, dell'attività motoria per il recupero della funzionalità successivamente ad ipoattività anche a seguito di traumi o malattie, dell'attività motoria e sportiva per i disabili.

Conoscenze per l'accesso

Per essere ammessi al Corso di Laurea Magistrale in “Scienza dell’Attività Fisica per il Benessere” è richiesto il possesso di:

- Laurea triennale della classe 33 o della classe L-22 oppure Diploma ISEF
- Certificato medico di idoneità AGONISTICA.

La domanda deve essere presentata on-line all'indirizzo www.unimi.it secondo le scadenze pubblicate sul sito d'Ateneo.

I candidati che non fanno attività sportiva devono presentare il seguente certificato:

“Certificato di idoneità alla pratica sportiva di particolare ed elevato impegno cardiovascolare, ex art. 4 D.M. 24/04/2013” (esami da eseguire: ECG BASALE E DOPO SFORZO, SPIROMETRIA, ESAME URINE) rilasciato dai Centri/Medici di Medicina Sportiva.

Il certificato deve essere caricato on-line all'atto della richiesta di ammissione al colloquio; deve essere un certificato dichiarato conforme all'originale e in linea a quanto sopra descritto (non verranno accettati certificati di buona salute e di ogni altra natura) e non deve avere scadenza inferiore al 18 Settembre PENA ESCLUSIONE DALLA PROVA STESSA.

I candidati extracomunitari non soggiornanti in Italia dovranno fornire preventivamente all'atto della richiesta di ammissione on-line, gli esiti dei seguenti esami: ECG BASALE E DOPO SFORZO, SPIROMETRIA, ESAME URINE e se ammessi richiedere in Italia il certificato medico sopra indicato.

COLLOQUIO DI AMMISSIONE:

Il corso di laurea magistrale è ad accesso libero, previo il superamento di un COLLOQUIO OBBLIGATORIO E SELETTIVO che valuterà:

- le conoscenze di base di Anatomia degli Apparati
- le conoscenze generali di Fisiologia Neuromuscolare Cardiorespiratoria e dell'Esercizio.

Per i requisiti di ammissione e i dettagli della procedura di accesso consultare le disposizioni al paragrafo "MODALITA' DI ACCESSO" 1° ANNO.

Struttura del corso

Il corso magistrale, ad elevato percorso professionalizzante, è articolato in quattro semestri.

Nei primi due semestri (primo anno) verranno impartiti gli elementi fondamentali della specializzazione, in particolare di carattere biomedico, e delle metodologie e programmazione delle attività motorie finalizzate al benessere. Sono altresì previste specifiche attività di approfondimento e integrazione dei contenuti ritenuti più rilevanti per la professionalità del laureato magistrale in Scienza dell'Attività Fisica per il Benessere.

I due semestri del secondo anno sono in gran parte destinati allo svolgimento di periodi di tirocini formativi presso: palestre e centri fitness, centri sportivi con attività motoria rivolta alla formazione e sviluppo dei bambini e giovani, centri ed istituti di riabilitazione motoria, centri di assistenza per anziani e per disabili, istituti per la riabilitazione e il recupero dell'efficienza fisica, ed eventuali soggiorni di studio presso altre Università estere nel quadro di accordi internazionali.

Fin dall'inizio del secondo anno è prevista l'elaborazione della tesi di laurea, il cui contenuto dovrà avere carattere innovativo e di originalità.

Obbligo di frequenza

La frequenza alle lezioni è obbligatoria per il 70%.

Per poter frequentare le lezioni i candidati devono essere laureati e immatricolati al corso di laurea prescelto.

L'immatricolazione dopo l'inizio dei corsi potrebbe NON consentire il conseguimento della frequenza minima richiesta e pertanto comportare l'iscrizione all'anno successivo in qualità di ripetente per il recupero delle frequenze mancanti.

Modalità di valutazione del profitto

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

- febbraio 2020: pre-appelli degli insegnamenti semestrali frequentati nel 1° semestre;
- giugno / luglio 2020
- settembre 2020;
- gennaio 2021

L'iscrizione agli esami dovrà essere effettuata attraverso un qualunque computer collegato in rete accedendo al sito <http://www.unimi.it> - UNIMIA o servizi on line “SIFA”.

I programmi degli insegnamenti saranno reperibili nella sezione relativa al Corso di Laurea Magistrale in "Scienza dell'Attività Fisica per il Benessere" del sito web di Scienze Motorie (<http://www.scienzemotorie.unimi.it>).

Formulazione e presentazione piano di studi

Gli studenti possono caratterizzare negli insegnamenti a scelta e nelle ulteriori attività formative di tirocinio ed orientamento

il proprio curriculum presentando, con modalità e termini che verranno indicati dalla segreteria didattica, il piano di studi individuale, che dovrà essere esaminato ed approvato dal Collegio Didattico.

Caratteristiche della prova finale

Acquisiti, nel rispetto delle presenti norme regolamentari, i necessari 99 crediti formativi, lo studente è ammesso a sostenere la prova finale per il conseguimento del titolo.

L'esame di laurea consisterà nella discussione di una tesi con contenuti di originalità preparata dallo studente.

La tesi deve essere relativa ad un argomento o progetto di ricerca a carattere innovativo, svolta in autonomia dallo studente; la tesi dovrà documentare i risultati innovativi di ricerca ottenuti, nonché i collegamenti del lavoro svolto con lo stato attuale delle conoscenze nel settore delle scienze e tecniche delle attività motorie e preventive adatte.

Il punteggio massimo conseguibile nella prova finale è di 12 punti.

Orario lezioni

Le lezioni si svolgeranno in due semestri: da ottobre 2019 a fine gennaio 2020 (primo semestre) e da marzo a fine maggio 2020 (secondo semestre).

Le date di inizio e fine semestre e gli orari delle lezioni saranno pubblicati nella sezione relativa al Corso di Laurea Magistrale in "Scienza dell'Attività Fisica per il Benessere" del sito web di Scienze Motorie

(<http://www.scienzemotorie.unimi.it>).

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

L'Università degli Studi di Milano sostiene la mobilità internazionale dei propri iscritti, offrendo loro la possibilità di trascorrere periodi di studio e di tirocinio all'estero, occasione unica per arricchire il proprio curriculum formativo in un contesto internazionale.

A tal fine l'Ateneo aderisce al programma europeo Erasmus+ nell'ambito del quale ha stabilito accordi con oltre 300 Università in oltre 30 Paesi. Nell'ambito di tale programma, gli studenti possono frequentare una delle suddette Università al fine di svolgervi attività formative sostitutive di una parte del proprio piano di studi, comprese attività di tirocinio/stage presso imprese, centri di formazione e di ricerca o altre organizzazioni, o ancora per prepararvi la propria tesi di laurea.

L'Ateneo intrattiene inoltre rapporti di collaborazione con diverse altre prestigiose Istituzioni estere offrendo analoghe opportunità anche nell'ambito di corsi di studio di livello avanzato.

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 magistrale in Scienze dell'attività fisica per il Benessere di poter eseguire parte della loro formazione, scegliendo all'interno di nove importanti università partner distribuite in Spagna, Portogallo, Francia, Austria, Norvegia e Polonia. 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...). Potranno alternativamente dedicare il loro soggiorno Erasmus+ alla ricerca, partecipando attivamente a progetti di ricerca, acquisendo così materiale da poter integrare nella tesi finale. 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

Per poter accedere ai programmi di mobilità per studio, della durata di 3-12 mesi, gli studenti dell'Università degli Studi di Milano regolarmente iscritti devono partecipare a una procedura di selezione pubblica che prende avvio in genere intorno al mese di febbraio di ogni anno tramite l'indizione di appositi bandi, nei quali sono riportati le destinazioni, con la rispettiva durata della mobilità, i requisiti richiesti e i termini per la presentazione on-line della domanda.

La selezione, finalizzata a valutare la proposta di programma di studio all'estero del candidato, la conoscenza della lingua straniera, in particolare ove considerato requisito preferenziale, e le motivazioni alla base della candidatura, avviene ad opera di commissioni appositamente costituite.

Ogni anno, prima della scadenza dei bandi, l'Ateneo organizza degli incontri informativi per corso di studio o gruppi di corsi di studio, al fine di illustrare agli studenti le opportunità e le regole di partecipazione.

Per finanziare i soggiorni all'estero nell'ambito del programma Erasmus+, l'Unione Europea assegna ai vincitori una borsa di studio che - pur non coprendo l'intero costo del soggiorno - è un utile contributo per costi supplementari come spese di viaggio o maggiore costo della vita nel Paese di destinazione.

L'importo mensile della borsa di studio comunitaria è stabilito annualmente a livello nazionale; contributi aggiuntivi possono

essere erogati a studenti disabili.

Per permettere anche a studenti in condizioni svantaggiate di partecipare al programma Erasmus+, l'Università degli Studi di Milano assegna ulteriori contributi integrativi, di importo e secondo criteri stabiliti di anno in anno.

L'Università degli Studi di Milano favorisce la preparazione linguistica degli studenti selezionati per i programmi di mobilità, organizzando ogni anno corsi intensivi nelle seguenti lingue: inglese, francese, tedesco e spagnolo.

L'Università per agevolare l'organizzazione del soggiorno all'estero e orientare gli studenti nella scelta delle destinazioni offre un servizio di assistenza.

Maggiori informazioni sono disponibili alla pagina <http://www.unimi.it/studenti/erasmus/70801.htm>
www.unimi.it > Studenti > Studiare all'estero > Erasmus+

Per assistenza rivolgersi a:

Ufficio Accordi e relazioni internazionali

via Festa del Perdono 7 (piano terra)

Tel. 02 503 13501-12589-13495-13502

Fax 02 503 13503

Indirizzo di posta elettronica: mobility.out@unimi.it

Orario sportello: Lunedì-venerdì 9 - 12

MODALITA' DI ACCESSO: 1° ANNO LIBERO CON VALUTAZIONE DEI REQUISITI DI ACCESSO

N° posti riservati a studenti extracomunitari non soggiornanti in Italia

2

Note

E' obbligatorio sostenere il COLLOQUIO DI AMMISSIONE volto a verificare l'idoneità delle conoscenze e competenze del candidato come specificato al precedente paragrafo "Conoscenze per l'accesso".

IL COLLOQUIO E' SELETTIVO E IN CASO DI NON IDONEITA' NON SARA' POSSIBILE IMMATRICOLARSI.

Possono presentare domanda di ammissione i laureandi, anche di altro Ateneo, purché conseguano la laurea entro il 31 dicembre 2019.

PROCEDURA DI AMMISSIONE E TERMINI DI SCADENZA

Le procedure di ammissione saranno aperte dal 1 marzo al 13 settembre 2019

Per i dettagli attenersi alle disposizioni pubblicate sul sito di Ateneo alla pagina web <http://www.unimi.it> > ISCRIVITI AI NOSTRI CORSI - SCEGLI LA STATALE.

Gli studenti non comunitari residenti all'estero e gli studenti comunitari stranieri residenti in Italia oppure italiani con titolo di studio estero, dovranno seguire le indicazioni riportate sul sito www.unimi.it > Studenti Internazionali al seguente link: http://www.unimi.it/studenti/foreign_students/23798.htm.

COLLOQUIO DI AMMISSIONE:

I colloqui si svolgeranno i giorni 18 e 19 SETTEMBRE 2019. La suddivisione dei candidati nelle giornate, il luogo e l'orario di svolgimento verranno comunicati tramite un avviso pubblicato sul sito www.scienzemotorie.unimi.it dopo la scadenza delle iscrizioni.

I candidati dovranno presentarsi muniti di documento di identità dichiarato all'atto dell'iscrizione on-line.

PROCEDURA PER L'IMMATRICOLAZIONE

I candidati ammessi e LAUREATI potranno immatricolarsi seguendo le procedure e le scadenze indicate sul sito dell'Ateneo alla pagina <http://www.unimi.it/studenti>

I candidati ammessi LAUREANDI potranno procedere all'immatricolazione SOLO DOPO AVER CONSEGUITO LA LAUREA presentando in Segreteria Studenti in Via Santa Sofia 9/1 il certificato di conseguimento della laurea e SUCCESSIVAMENTE tutta la documentazione richiesta per l'immatricolazione.

L'immatricolazione dovrà comunque essere effettuata entro il 28 febbraio 2020.

Gli studenti iscritti alla laurea triennale in Scienze motorie, sport e salute dell'Università degli Studi di Milano, che si

laureano entro la sessione autunnale dell'anno accademico 2018/2019 e che intendo iscriversi alla laurea magistrale NON DEVONO effettuare il pagamento per il rinnovo dell'iscrizione all'anno accademico 2019/2020. Tale pagamento (prima rata) dovrà essere effettuato con la nuova immatricolazione alla laurea magistrale.

Si fa presente che la frequenza ai corsi è obbligatoria per il 70% delle lezioni.

L'IMMATRICOLAZIONE DOPO L'INIZIO DEI CORSI POTREBBE NON CONSENTIRE IL CONSEGUIMENTO DELLA FREQUENZA MINIMA RICHIESTA E PERTANTO COMPORTARE L'ISCRIZIONE ALL'ANNO SUCCESSIVO IN QUALITA' DI RIPETENTE PER IL RECUPERO DELLE FREQUENZE MANCANTI.

I candidati ammessi che si immatricoleranno al corso di laurea dovranno presentare per ogni anno di iscrizione il certificato medico di idoneità AGONISTICA, 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, pena la sospensione dalla frequenza delle lezioni e dagli esami.

1° ANNO DI CORSO Attività formative obbligatorie				
Erogazione	Attività formativa	Modulo/Unità didattica	Cfu	Settore
annuale	FISIOPATOLOGIA E TECNICHE MEDICHE APPLICATE ALL'ATTIVITA' MOTORIA PREVENTIVA ED ADATTATA		11	(3) MED/50, (5) MED/09, (3) MED/33
annuale	PROMOZIONE E PROGETTAZIONE DELLE ATTIVITA' MOTORIE RIVOLTE A FAVORIRE CORRETTI STILI DI VITA		12	(4) M-PSI/06, (3) M-PED/01, (5) SPS/08
1 semestre	BASI BIOLOGICHE DEL BENESSERE		9	MED/13, BIO/10, BIO/12
1 semestre	FISIOLOGIA DELL'ATTIVITA' MOTORIA E NUTRIZIONE ASSOCIATE AL BENESSERE		9	(6) BIO/09, (3) MED/49
1 semestre	MONITORAGGIO E VALUTAZIONE DELL'EFFICACIA DELL'ATTIVITA' MOTORIA		9	(3) ING-INF/06, (6) M-EDF/02
2 semestre	ESERCIZIO FISICO IN AMBIENTE ACQUATICO		6	M-EDF/01, M-EDF/02
2 semestre	METODICHE PER LO STUDIO DELLE INTERAZIONI TRA GENI E AMBIENTE SUL METABOLISMO DELL'ESERCIZIO FISICO		6	(3) MED/50, (3) MED/46
		Totale CFU obbligatori	62	
2° ANNO DI CORSO Attività formative obbligatorie				
Erogazione	Attività formativa	Modulo/Unità didattica	Cfu	Settore
1 semestre	TEORIA, TECNICA, DIDATTICA E ORGANIZZAZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO IN ETA' ADULTA E ANZIANA		9	M-EDF/02
		Totale CFU obbligatori	9	
Attività a scelta				
8 CFU a scelta dello studente relativi alle seguenti o ad altre attività formative che la Scuola attiverà ed organizzerà in funzione delle richieste o delle risorse disponibili.				
annuale	ALLENAMENTO FISICO PER L'ATLETA CON DISABILITA'		8	M-EDF/02
annuale	ALLENAMENTO RESPIRATORIO E POSTURE FUNZIONALI ALLE TECNICHE SPORTIVE		8	M-EDF/02
annuale	APPROCCIO CORRETTIVO AL DOLORE DORSO LOMBARE (tot. cfu:8)	Unità didattica 1: Lezioni applicative	4	M-EDF/02
		Unità didattica 2: Lezioni teoriche	4	M-EDF/02
2 semestre	NUOTO		8	M-EDF/02
Attività conclusive				
	PROVA FINALE		21	NA
	TIROCINI FORMATIVI E DI ORIENTAMENTO		20	NA
		Totale CFU obbligatori	41	