



# UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PALERMO

**Dipartimento: Scienze Psicologiche, Pedagogiche, dell'Esercizio Fisico e della Formazione**

**A.A. 2015/2016**

## **PIANO DI STUDI DEL CORSO DI LAUREA MAGISTRALE IN SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITA' MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE E DELLE ATTIVITA' SPORTIVE**

**- SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITA' SPORTIVE (LM-68) -**

### **Caratteristiche**

				
Classe di Laurea magistrale in Scienze e tecniche delle attivita' motorie preventive e adattate (LM-67)	2 ANNI	PALERMO	ACCESSO PROGRAMMATO	2145
Classe di Laurea magistrale in Scienze e tecniche dello sport (LM-68)	2 ANNI	PALERMO	ACCESSO PROGRAMMATO	2145

### **Obiettivi del Corso di Studi**

Obiettivi specifici:

L'obiettivo di base del Corso e' quello di fare acquisire ai laureati magistrali conoscenze scientifiche avanzate nel campo delle attivita' motorie dell'uomo, con particolare riguardo alle aree preventiva e adattativa.

Nel Corso vengono acquisite conoscenze per il mantenimento della migliore efficienza fisica, lungo l'arco dell'intera vita, sia in soggetti normali che in popolazioni predisposte a - o affette da - patologie correlate con la sedentarieta, o con scorretti stili di vita, adattando le attivita' motorie anche alle esigenze di soggetti con disabilita' motorie, o affetti da patologie che possono trarre beneficio dall'esercizio fisico, includendo anche l'acquisizione di competenze mirate alla prevenzione e al recupero, mediante l'attivita' motoria, da situazioni di disagio infantile e adolescenziale.

Tali obiettivi sono raggiunti mediante lezioni frontali a impostazione seminariale e incontri con esperti del settore e professionisti di successo, tramite studio di casi, dimostrazioni tecnico-pratiche sul campo ed esercitazioni individuali con l'uso di strumenti avanzati di analisi dell'attivita' motoria e dello stato di forma fisica;

con la compilazione di rassegne bibliografiche individuali e stesura di elaborati originali sulle discipline e sulle tecniche studiate;

mediante stage presso strutture qualificate per le differenti attivita' di tipo preventivo, post-riabilitativo e adattativo;

Nel Corso verranno inoltre acquisite conoscenze e competenze atte ad indurre negli atleti l'ottimizzazione delle performance fisiologica e tecnica al fine di conseguire le migliori prestazioni agonistiche mediante tecniche di allenamento avanzate. Tali obiettivi verranno raggiunti mediante lezioni frontali ed esercitazioni pratiche in laboratorio e sul campo. Particolare attenzione verra' posta alla valutazione dell'atleta e alla progettazione e conduzione della ricerca scientifica di base e applicata allo sport. Le lezioni frontali saranno integrate con seminari tenuti da tecnici delle varie federazioni sportive e con incontri con atleti d'elite.

In particolare sono previste dimostrazioni tecnico-pratiche sul campo ed esercitazioni individuali con l'uso di strumenti avanzati di analisi della prestazione.

La preparazione sara' testata mediante compilazione di rassegne bibliografiche individuali e stesura di elaborati originali sulle discipline e sulle tecniche studiate ed inoltre mediante stage presso societa' e centri sportivi qualificati per le differenti discipline sportive

La prova finale consistera' nella elaborazione di una tesi sperimentale su un tema connesso al curriculum degli studi.

Autonomia di giudizio:

**AUTONOMIA DI GIUDIZIO (MAKING JUDGEMENTS)**

Il laureato magistrale:

- E' in grado di selezionare le informazioni necessarie per la risoluzione di problemi inerenti allo stato di forma fisica dei soggetti che praticano attivita' motoria, in relazione all'eta, al genere e allo stato di salute secondo le modalita' e i contenuti

Legenda: Per. = periodo o semestre, Val. = Valutazione (V=voto, G=giudizio), TAF= Tipologia Attività Formativa (A=base, B=caratterizzante, C=Affine, S=stages, D=a scelta, F=altre)

delle aree di apprendimento del CdS.

- Possiede la capacita' di interpretare e mettere a sistema le informazioni stesse al fine di giungere a una diagnosi dei problemi osservati cui rispondere in modo adeguato e multidisciplinare.
- valuta le condizioni fisiche degli atleti, in base ai rilevamenti qualitativi e quantitativi strumentali, e li indirizza appropriatamente alle discipline e ai ruoli piu' adatti,
- valuta i miglioramenti della prestazione determinati dai programmi di allenamento, individuali e di squadra, e quindi adatta e correggere adeguatamente i programmi allo scopo di raggiungere gli obiettivi prefissi,
- giudica le strategie didattiche e psicologiche piu' adeguate per la gestione dell'allenamento, la motivazione degli atleti, la risoluzione degli eventuali conflitti all'interno di gruppi o squadre.
- In sede di tirocinio, lo studente puU' fornire prova della propria attitudine ad analizzare e risolvere problemi complessi, in un ambiente di apprendimento diverso da quello sperimentato nelle altre attivita' didattiche.

- L'effettivo possesso dell'autonomia di giudizio e' verificato sia nella discussione della tesi di laurea sia grazie alle prove di verifica dell'apprendimento, nelle quali lo studente deve dimostrare la propria abilita' argomentativa da cui desumere la sua autonomia di giudizio.

Abilita' comunicative:

#### ABILITA' COMUNICATIVE (COMMUNICATION SKILLS)

Il laureato magistrale:

- Possiede la capacita' di rapportarsi e di operare in team, quando le problematiche affrontate richiedano la collaborazione con medici e personale sanitario responsabili della cura o della prevenzione dei quadri clinici dei soggetti che si sottopongono a programmi di esercizio fisico con soggetti diversi dotati di differenti conoscenze e competenze.
- E' capace di interagire con i clienti in maniera efficace, per favorire la motivazione e l'adesione ai programmi di esercizio fisico.
- comunica con gli atleti e i collaboratori del team in maniera efficace, per favorire la motivazione e la prestazione, sia in allenamento che in gara
- favorisce la comunicazione interpersonale e comunica efficacemente con i media, le associazioni e la societa' .
- utilizza strumenti informatici oltre che per il miglioramento della prestazione e l'organizzazione dell'allenamento, anche per una ottimale comunicazione delle informazioni.

L'effettivo possesso dell'abilita' comunicativa e' verificato:

- Per mezzo delle prove di verifica di profitto degli insegnamenti del CdS, nelle quali lo studente dimostra la sua capacita' di trasmettere efficacemente la propria conoscenza e competenza sui temi esposti e sui problemi affrontati.
- Mediante i tirocini, nelle diverse aree di apprendimento, che costituiscono un'occasione importante sia per il tutor aziendale sia per quello accademico di appurare la capacita' dello studente di interagire e di comunicare le proprie competenze all'interno di un'organizzazione complessa.
- Attraverso la stesura e la discussione della tesi di laurea, nella quale lo studente puU' fornire prova della propria capacita' di sintetizzare e trasmettere concetti e applicazioni metodologiche, implementando diverse modalita' di ricerca e analisi delle attivita' preventive.
- Potranno essere previste sia l'acquisizione delle quattro abilita' linguistiche (lettura, scrittura, ascolto, e dialogo) sia la frequenza vincolata delle lezioni, secondo criteri che verranno specificati in itinere dal corso di studi, in coerenza alle prescrizioni degli Organi accademici.

Capacita' di apprendimento:

#### CAPACITA' DI APPRENDIMENTO (LEARNING SKILLS)

Il laureato magistrale:

- E' in grado di approfondire autonomamente le conoscenze e le competenze acquisite nel percorso formativo del CdS, in modo tale da auto-promuovere l'aggiornamento rispetto alle novita' scientifiche e normative, nonche' all'evoluzione delle migliori pratiche.
- Acquisisce e utilizza le informazioni scientifiche necessarie per valutare la validita' delle proprie attivita' professionali, in accordo ai principi delle buone pratiche basate sulle evidenze scientifiche.
- applica i metodi e gli strumenti di apprendimento sviluppati per approfondire i contenuti studiati, da utilizzare sia in contesti professionali che per intraprendere studi successivi.
- aggiorna e amplia autonomamente le proprie conoscenze di elevato livello, in funzione dello specifico impiego e del progresso delle scienze sportive.
- acquisisce e utilizza le informazioni scientifiche necessarie per valutare la validita' delle proprie attivita' professionali, in accordo ai principi delle buone pratiche basate sulle evidenze scientifiche.

L'effettivo possesso della capacita' di ulteriore apprendimento e' verificato:

- Mediante le attivita' didattiche che comportano ricerche bibliografiche mirate al reperimento delle evidenze scientifiche a supporto delle singole discipline studiate.
- Attraverso le diverse fasi in cui si articola la prova finale: la progettazione, la raccolta e successiva elaborazione delle informazioni necessarie, la stesura sequenziale e coerente, la qualita' delle argomentazioni esposte, la ricchezza e pertinenza delle fonti bibliografiche nazionali e internazionali.
- Mediante la discussione della tesi, che permette di accertare l'attitudine dello studente all'autonomo approfondimento sui temi specifici trattati.

#### **Sbocchi occupazionali**

Legenda: Per. = periodo o semestre, Val. = Valutazione (V=voto, G=giudizio), TAF= Tipologia Attività Formativa (A=base, B=caratterizzante, C=Affine, S=stages, D=a scelta, F=altre)

Profilo:

Direttore Tecnico di strutture dove si pratica esercizio fisico; Specialista dell'attività motoria per il benessere; Chinesiologo.

Funzioni:

Ha il ruolo di programmare e attuare protocolli di attività motoria sia per soggetti sani, in varie fasce d'età e condizioni fisiche sia per soggetti con disabilità o in condizioni cliniche controllate che possono trarre beneficio dall'esercizio fisico strutturato.

Egli progetta e attua programmi di attività motorie e sportive finalizzati: alla prevenzione delle malattie e al miglioramento della qualità di vita; al recupero motorio post-riabilitativo finalizzato al mantenimento dell'efficienza fisica; promuove stili di vita attivi finalizzati al raggiungimento e mantenimento del benessere psico-fisico per soggetti nelle diverse età con specificità di genere ed in diverse condizioni fisiche; la prevenzione e il recupero funzionale dai vizi posturali; progetta, coordina e controlla attività motorie e sportive finalizzate alla promozione della salute nella comunità; progetta, coordina e valuta attività motorie e sportive adattate a persone diversamente abili o a individui in condizioni di salute clinicamente controllate.

Inoltre avrà le basi per accedere a master universitari di secondo livello e al dottorato di ricerca.

Competenze:

Le Competenze associate alla funzione riguardano specifiche conoscenze, capacità e abilità di tipo specialistico, sia negli ambiti bio-medici che in quelli tecnico-addestrativi dell'educazione motoria. I Laureati posseggono adeguata capacità di approfondimento in diversi settori di specializzazione, quali quelli del trattamento di soggetti disabili o anziani, ovvero soggetti affetti da esiti di patologie, in stato stazionario, che possono trarre vantaggio dall'esercizio fisico. Il Laureato possiede adeguate competenze trasversali di tipo comunicativo-relazionale, per l'addestramento dei soggetti sottoposti ai programmi di attività fisica, organizzativo-gestionale, sia dei gruppi che delle strutture nelle quali vengono svolte le attività motorie, e di programmazione dei protocolli di esercizio strutturato, in accordo con il livello di autonomia e responsabilità assegnato, con le modalità organizzative e di lavoro adottate e con i principali interlocutori (colleghi, medici, altri operatori sanitari e clienti pubblici e/o privati).

Sbocchi:

Direttore Tecnico di strutture dove si pratica esercizio fisico; Specialista dell'attività motoria per il benessere; Chinesiologo presso strutture pubbliche e Private.

Insegnante di educazione motoria presso gli Istituti Scolastici

Profilo:

Direttore Tecnico di impianti sportivi; Allenatore e preparatore fisico e atletico anche in ambito preventivo e adattato; Operatore nelle attività ludiche propedeutiche all'avviamento allo sport impianti motori e sportivi.

Funzioni:

Il professionista sarà in grado di programmare attività e allenamenti specifici per sport e genere, a livelli diversi di prestazione, dall'avviamento allo sport alle attività di alto livello.

Egli progetta, coordina e dirige attività tecnico sportive in ambito agonistico nei vari livelli, fino a quelli di massima competizione, presso associazioni e società sportive, enti di promozione sportiva, istituzioni e centri specializzati;

progetta, coordina e dirige attività di preparazione fisica e atletica nei vari sport ed ai vari livelli, fino a quello professionistico presso associazioni e società sportive, enti di promozione sportiva, istituzioni e centri specializzati;

progetta, coordina e dirige attività di preparazione fisica presso i Centri di addestramento delle Forze Armate e dei corpi impegnati a garantire la sicurezza e la difesa dello Stato;

svolge valutazioni specifiche per sport, al fine di definirne il modello di prestazione;

si occupa dei contenuti dell'allenamento e la pianificazione dei programmi;

coordina gruppi di preparatori, valutatori e scout man;

collabora con medici e psicologi dello sport per la valutazione degli atleti, la prevenzione di patologie, la ricerca di una vita sana e un pronto recupero in caso di infortunio.

La figura professionale acquisita le competenze specifiche di carattere scientifico raggiungerà livelli maggiori di autonomia e di responsabilità nella professione soprattutto nell'ambito della progettazione scientifica dell'allenamento sportivo e del coordinamento di gruppi di esperti. Inoltre avrà le basi per accedere a master universitari di secondo livello a carattere sportivo e al dottorato di ricerca.

#### Competenze:

Per lo svolgimento delle funzioni previste sono richieste specifiche conoscenze, capacità e abilità di tipo specialistico in ambito tecnico-scientifico. Le principali competenze associate alle funzioni sono:

valutazione della prestazione fisica e tecnico - tattica degli atleti con tecnologie all'avanguardia;

programmazione dell'allenamento diversificato per genere, categoria di prestazione e tipologia di sport;

protocolli di allenamento speciale e funzionali per sport individuali, di squadra, natatori e paraolimpici;

analisi della performance biomeccanica e della match analysis.

capacità di auto-apprendimento e di aggiornamento continuo, con adeguate competenze trasversali di tipo comunicativo - relazionale, organizzativo - gestionale e di programmazione relativamente a organizzazioni sportive e gruppi di operatori esperti delle diverse discipline sportive.

#### Sbocchi:

Strutture pubbliche e private negli ambiti dello sport sociale, dello sport di competizione (Federazioni) e nello sport per disabili;

palestre, piscine impianti sportivi, centri sportivi polivalenti, centri di vacanze ed organizzazioni turistiche interessate all'attività sportiva;

centri di preparazione per lo sport paraolimpico

centri di addestramento delle forze armate e dei corpi impegnati a garantire la sicurezza e la difesa dello Stato;

impianti sportivi e strutture in cui sono organizzate e svolte attività sportive disciplinate dalla federazione sportiva nazionale e dagli enti di promozione sportiva riconosciuti dal CONI.

#### Caratteristiche della prova finale

L'elaborato finale, che deve avere caratteristiche di originalità, può avere carattere sperimentale, teorico e progettuale o può essere un saggio breve su di un tema mono- o pluridisciplinare. Per particolari discipline del Corso di Laurea Magistrale la Tesi può anche prevedere un prodotto multimediale. L'elaborato può essere scritto in una lingua dell'Unione Europea, diversa dall'italiano. L'elaborato dovrà, di norma, essere scritto in carattere Times New Roman, 12 punti, con interlinea di 1,5 e lasciando 2 cm di margine ai bordi superiore, inferiore e destro e 3,5 cm al bordo sinistro. L'elaborato finale, o parte di esso, può essere svolto anche presso altre Istituzioni ed aziende pubbliche e/o private italiane o straniere accreditate dall'Ateneo di Palermo. Il relatore della tesi deve essere un docente, anche a contratto, componente del Consiglio di Corso di Studio di iscrizione dello studente oppure un docente di un insegnamento scelto dallo studente all'interno della sezione a scelta dello studente.

Insegnamenti 1 ° anno	CFU	Sem.	Val.	SSD	TAF
13508 - ADATTABILITÀ E ADATTAMENTI NELL'ALLENAMENTO SPORTIVO C.I.	9	1	V		
- BIOCHIMICA APPLICATA ALLO SPORT Proia(PA)	6	1		BIO/10	B
- FISILOGIA APPLICATA ALLO SPORT Russo(RU)	3	1		BIO/09	C
09424 - MEDICINA DELLO SPORT - C.I.	12	1	V		
- IGIENE Tabacchi(RD)	3	1		MED/42	C
- MALATTIE APPARATO LOCOMOTORE Iovane(PA)	3	1		MED/33	C
- MEDICINA DELLO SPORT Traina(CU)	6	1		MED/09	B
13500 - METOD. E PROGR. DELL'ALLENAMENTO NELLE DISCIPLINE DEL FITNESS C.I.	9	1	V		
- ANATOMIA UMANA APPLICATA ALLA PRESTAZIONE SPORTIVA Rappa(PA)	3	1		BIO/16	C

Legenda: Per. = periodo o semestre, Val. = Valutazione (V=voto, G=giudizio), TAF= Tipologia Attività Formativa (A=base, B=caratterizzante, C=Affine, S=stage, D=a scelta, F=altre)

Insegnamenti 1 ° anno	CFU	Sem.	Val.	SSD	TAF
- <i>METOD. E PROG. DELL'ALLENAMENTO NELLE DISCIPLINE DEL FITNESS</i> <i>Bianco(PO)</i>	6	1		M-EDF/02	B
13507 - <i>METODOL. E PROGETT. DELLA VALUTAZIONE FUNZIONALE NELL'ALTO LIVELLO C.I</i>	12	1	V		
- <i>METOD. E PROG. DELLA VALUT. FUNZION. E DELLA RICERCA IN AMBITO MOTORIO</i> <i>Bellafiore(PO)</i>	6	1		M-EDF/01	B
- <i>METODOL. E PROGETTAZ. DELLA VALUTAZ. FUNZ. E DELLA RIC. IN AMB. SPORT</i> <i>Bellafiore(PO)</i>	6	1		M-EDF/02	B
17884 - <i>PROGRAMMAZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO NELLE DISABILITA' C.I.</i>	9	1	V		
- <i>DIAGNOSTICA PER IMMAGINI</i> <i>Iovane(PA)</i>	3	1		MED/36	C
- <i>SCIENZA E TECNICA DELL'ATTIVITA' MOTORIA E SPORTIVA ADATTATA</i> <i>Battaglia(PA)</i>	6	1		M-EDF/01	B
17887 - <i>PSICOLOGIA DELLO SVILUPPO E DELL'EDUCAZIONE APPL. ALL'ESERCIZIO FISICO</i> <i>Alesi(PO)</i>	7	1	V	M-PSI/04	B
07681 - <i>ULTERIORI CONOSCENZE LINGUISTICHE:INGLESE</i> <i>Cappuzzo(RU)</i>	3	2	V		F

**61**

Insegnamenti 2 ° anno	CFU	Sem.	Val.	SSD	TAF
13499 - <i>DEONTOLOGIA E NORMATIVA DELLO SPORT E DELLE PROFESSIONI SPORTIVE C.I.</i>	9	1	V		
- <i>DEONTOLOGIA E NORMATIVA DELLE PROFESSIONI SPORTIVE</i> <i>Liotta(PQ)</i>	6	1		IUS/01	B
- <i>IMPIANTISTICA SPORTIVA</i> <i>Ferrara(RU)</i>	3	1		IUS/09	C
16354 - <i>METODOL. E PROGRAMM. DELL'ALLENAMENTO NELLE ATT.SPORTIVE INDIVID. C.I.</i>	9	1	V		
- <i>TEORIA, TECNICA, DIDATTICA DELLE ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI</i> <i>Battaglia(PA)</i>	6	1		M-EDF/02	B
- <i>TEORIA TECNICA E DIDATTICA DEL CANOTTAGGIO</i> <i>Zangla(PA)</i>	3	1		M-EDF/01	B
15496 - <i>METODOLOGIA E PROGRAMMAZIONE DELL'ALLENAMENTO NEI GIOCHI SPORTIVI</i> <i>Iovane(PA)</i>	9	2	V	M-EDF/02	B
13351 - <i>ALTRE CONOSCENZE UTILI PER L'INSERIMENTO NEL MONDO DEL LAVORO</i>	3	2	G		F
05917 - <i>PROVA FINALE</i>	7	2	G		E
06634 - <i>STAGE</i>	14	2	G		S
Gruppo di attiv. form. opzionali	8				D

**59**

Legenda: Per. = periodo o semestre, Val. = Valutazione (V=voto, G=giudizio), TAF= Tipologia Attività Formativa (A=base, B=caratterizzante, C=Affine, S=stages, D=a scelta, F=altre)

## GRUPPI DI ATTIVITA' FORMATIVE OPZIONALI

Gruppo di attiv. form. opzionali	CFU	Sem.	Val.	SSD	TAF
17890 - AUDIOVESTIBOLOGIA:CORRELAZIONI CON L'ATTIVITA' MOTORIA E SPORTIVA <i>Martines(PA)</i>	4	1	V	MED/32	D
17530 - INTEGRAZIONE ALIMENTARE FARMACI E DOPING NELLO SPORT	4	1	V	BIO/10	D
92109 - MEDICINA FISICA E RIABILITATIVA	4	1	V	MED/34	D
17531 - METHOD. E PROGR. ALLENAMENTO DISCIPLINE DEL FITNESS MUSICALE <i>Bianco(PO)</i>	4	1	V	M-EDF/02	D
17529 - METHOD. E PROGR. ALLENAMENTO GINNASTICA ARTIST. E RITMICA	4	1	V	M-EDF/02	D
17889 - METODICHE PREVENTIVE INTEGRATE IN POSTUROLOGIA	4	1	V	M-EDF/02	D
17539 - METODOLOGIA E PROGETTAZIONE DELLE SCHEDE DI ALLENAMENTO <i>Bianco(PO)</i>	4	1	V	M-EDF/02	D

Legenda: Per. = periodo o semestre, Val. = Valutazione (V=voto, G=giudizio), TAF= Tipologia Attività Formativa (A=base, B=caratterizzante, C=Affine, S=stages, D=a scelta, F=altre)