



# UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PALERMO

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

**A.A. 2023/2024**

## **PIANO DI STUDI DEL CORSO DI LAUREA MAGISTRALE IN SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITÀ MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE E DELLE ATTIVITÀ SPORTIVE - SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITÀ SPORTIVE (LM-67) -**

### **Caratteristiche**

				
Classe di Laurea magistrale in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate (LM-67)	2 ANNI	PALERMO	ACCESSO LIBERO	2144
Classe di Laurea magistrale in Scienze e tecniche dello sport (LM-68)	2 ANNI	PALERMO	ACCESSO LIBERO	2144

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

Obiettivi specifici:

L'obiettivo di base del Corso è quello di fare acquisire ai laureati magistrali conoscenze scientifiche avanzate nel campo delle attività 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 sedentarietà, o con scorretti stili di vita, adattando le attività motorie anche alle esigenze di soggetti con disabilità 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'attività 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'attività 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 attività 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 verrà 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'élite.

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

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

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

### **Sbocchi occupazionali**

Profilo:

Responsabile 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

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)

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 professionalizzazione, 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:

Responsabile 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:

Responsabile 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 acquisite 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;

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)

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 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
09424 - MEDICINA DELLO SPORT - C.I.	11	1	V		
- FISILOGIA ARTICOLARE ED ANALISI FUNZIONALE DEL MOVIMENTO Zangla(PA)	5	1		M-EDF/01	B
- MEDICINA DELLO SPORT Lo Presti(PA)	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 Szychlińska(PA)	3	1		BIO/16	C
- METOD. E PROGR. DELL'ALLENAMENTO NELLE DISCIPLINE DEL FITNESS Bianco(PO)	6	1		M-EDF/02	B
13507 - METODOL. E PROGETT. DELLA VALUTAZIONE FUNZIONALE NELL'ALTO LIVELLO C.I.	12	1	V		
- METOD. E PROG. DELLA VALUT. FUNZION. E DELLA RICERCA IN AMBITO MOTORIO Thomas(PA)	6	1		M-EDF/01	B, C
- METODOL. E PROGETTAZ. DELLA VALUTAZ. FUNZ. E DELLA RIC. IN AMB. SPORT Bellafiore(PO)	6	1		M-EDF/02	B
13508 - ADATTABILITA' E ADATTAMENTI NELL'ALLENAMENTO SPORTIVO C.I.	9	2	V		
- BIOCHIMICA APPLICATA ALLO SPORT Proia(PA)	6	1		BIO/10	B
- FISILOGIA APPLICATA ALLO SPORT Russo(RU)	3	1		BIO/09	C
17884 - PROGRAMMAZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO NELLE DISABILITA' C.I.	12	2	V		
- MALATTIE APPARATO LOCOMOTORE E LORO DIAGNOSTICA PER IMMAGINI Iovane(PA)	6	1		MED/33	B
- SCIENZA E TECNICA DELL'ATTIVITA' MOTORIA E SPORTIVA ADATTATA Battaglia(PA)	6	1		M-EDF/02	B
17887 - PSICOLOGIA DELLO SVILUPPO E DELL'EDUCAZIONE APPL. ALL'ESERCIZIO FISICO Alesi(PO)	7	2	V	M-PSI/04	B
07681 - ULTERIORI CONOSCENZE LINGUISTICHE:INGLESE Cappuzzo(RU)	3	2	V		F

63

Insegnamenti 2° anno	CFU	Sem.	Val.	SSD	TAF
23306 - METODOL. E PROGRAMM. ATTIV. SPORTIVE INDIV. IN AMBITO SCOLASTICO C.I.	12	1	V		

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)

Insegnamenti 2 ° anno	CFU	Sem.	Val.	SSD	TAF
- TEORIA, TECN. E DID. ATT. SPORTIVE ACQUATICHE IN AMB. SCOL E EXTRASCOL <i>Zangla(PA)</i>	6	1		M-EDF/01	B
- TEORIA, TECNICA, DIDATTICA DELL'ATLETICA LEGGERA IN AMBITO SCOLASTICO	6	1		M-EDF/01	B
18680 - SOCIOLOGIA E PSICOLOGIA DEI PROCESSI CULTURALI E COMUNICATIVI	9	1	V		
- PSICOLOGIA DEI PROCESSI COMUNICATIVI NELLO SPORT <i>Ruggieri(PA)</i>	3	1		M-PSI/06	C
- SOCIOLOGIA DEI PROCESSI CULTURALI E COMUNICATIVI NELLO SPORT	6	1		SPS/08	B
23386 - METOD. E PROGRAMMAZIONE DEI GIOCHI SPORTIVI IN AMBITO SCOLASTICO <i>Iovane(PA)</i>	6	2	V	M-EDF/02	B
13351 - ALTRE CONOSCENZE UTILI PER L'INSERIMENTO NEL MONDO DEL LAVORO	1	2	G		F
05917 - PROVA FINALE	7	2	G		E
06634 - STAGE	14	Ann.	G		S
Attiv. form. a scelta dello studente (consigliate)	8				D

57

## GRUPPI DI ATTIVITA' FORMATIVE OPZIONALI

Attiv. form. a scelta dello studente (consigliate)	CFU	Sem.	Val.	SSD	TAF
19822 - ATTIVITA' MOTORIA E SPORTIVA DI SOSTEGNO ALL'INCLUSIONE SCOLASTICA <i>Galassi(PC)</i>	4	1	V	M-EDF/02	D
17890 - AUDIOVESTIBOLOGIA:CORRELAZIONI CON L'ATTIVITA' MOTORIA E SPORTIVA <i>Martines(PA)</i>	4	1	V	MED/32	D
22706 - ELEMENTI DI DIRITTO PUBBLICO E DI LEGISLAZIONE SCOLASTICA	4	1	V	IUS/09	D
19821 - IL PRIMO SOCCORSO DURANTE L'ATTIVITA' SPORTIVA <i>Leonardi(RU)</i>	4	1	V	MED/18	D
17530 - INTEGRAZIONE ALIMENTARE FARMACI E DOPING NELLO SPORT <i>Proia(PA)</i>	4	1	V	BIO/10	D
92109 - MEDICINA FISICA E RIABILITATIVA <i>Cataldo(RU)</i>	4	1	V	MED/34	D
17531 - METOD. E PROGR. ALLENAMENTO DISCIPLINE DEL FITNESS MUSICALE	4	1	V	M-EDF/02	D
17889 - METODICHE PREVENTIVE INTEGRATE IN POSTUROLOGIA	4	1	V	M-EDF/01	D
19841 - NUTRIZIONE NELLA PRATICA MOTORIA E SPORTIVA	4	2	V	MED/42	D
21305 - PRINCIPI DI RIATLETIZZAZIONE E PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI NELLO SPORT <i>Petrucci(PC)</i>	4	1	V	M-EDF/01	D
21187 - PSICOLOGIA DINAMICA RELAZIONALE <i>Rapisarda(RU)</i>	4	1	V	M-PSI/07	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)