

San Raffaele L22 Scienze Motorie

Introduzione

Il Corso di Studi in “Scienze Motorie” (Classe L-22) è progettato e strutturato al fine di fornire ai propri laureati competenze integrate relative alla comprensione, progettazione, conduzione e gestione di attività motorie a carattere educativo, adattativo, ludico o sportivo, in relazione allo sviluppo, al mantenimento delle abilità motorie così come al recupero del gesto atletico e del benessere psicofisico dell’individuo. Le scienze motorie prevedono lo studio sistematico del movimento umano ed il piano degli studi si articola in un ciclo triennale al termine del quale gli studenti avranno acquisito conoscenze nei settori epistemologico-metodologico della disciplina, biomedico, psicopedagogico, giuridico, economico ed organizzativo-gestionale. Il Corso di Studi in Scienze Motorie risponde dunque ad una necessità di fondare i presupposti culturali e metodologici nella formazione professionale degli operatori dell’attività fisico-sportiva, dei dirigenti e dei manager di realtà associative sportive ma anche di rendere questa formazione funzionale alla comprensione di un corpus giuridico e fiscale sempre più complesso per il settore.

Le scienze motorie prevedono lo studio sistematico del movimento umano. E’ questo un settore della fisiologia che concerne la comprensione del come e del perché le persone si muovono nonché dei fattori che limitano o accrescono la nostra capacità di muoverci. Lo scopo disciplinare precipuo di questo campo di studio è l’analisi del movimento umano, sia a livello individuale che inserito nell’ambiente sociale; per esempio, nel contesto di un impegno giornaliero in un’attività fondamentale (come camminare ed attività di flesso-estensione), nel portare a termine compiti occupazionali (quali l’uso di attrezzi o lavori manuali), nella pratica sportiva, della pratica dell’esercizio per il benessere fisico o per il recupero delle funzioni di arti lesi.

Lo studio delle scienze motorie ha quindi come duplice scopo l’acquisizione di conoscenze attraverso l’analisi di fenomeni di base e l’applicazione di tali conoscenze a beneficio della società.

In effetti, il movimento umano è un fenomeno fondamentale sia dal punto di vista biologico che sociale.

Laurea Triennale
**Scienze
Motorie**

Università
San Raffaele
Roma

CONTATTACI ORA

Significato biologico del movimento umano

Lo studio del movimento è prioritario per la comprensione della biologia umana poiché il movimento volontario è una proprietà fondamentale dell'organismo animale. Il movimento umano offre un valido mezzo per lo studio di fenomeni biologici quali quelli legati allo sviluppo durante l'arco della vita (fenomeni evolutivi, cambiamenti che avvengono a causa dell'invecchiamento come conseguenza di processi involutivi), nonché quelli inerenti all'adattamento (cambiamenti che avvengono come risposta a processi ambientali) e alle interazioni fra fattori genetici ed ambientali che impongono la realizzazione del fenotipo umano. Le principali sub discipline biofisiche delle scienze motorie sono: l'anatomia funzionale, la biomeccanica, la fisiologia dell'esercizio, il controllo motorio ed elementi di psicologia dello sport e dell'esercizio.

Significato socio-culturale del movimento umano

Il movimento umano, specialmente quando avviene in ambito collettivo, come nel corso di pratiche sportive organizzate in classi di educazione fisica o in gruppo per il mantenimento del benessere fisico, ha una componente essenziale socio-culturale. Comprendere le motivazioni individuali o di gruppo e le opportunità e barriere al coinvolgimento in differenti tipi di movimento umano, per esempio, fornisce un'importante finestra sulla natura della società umana. Le discipline socio-culturali quali la pedagogia, la psicologia sociale hanno lo scopo di descrivere, analizzare e spiegare le influenze contestuali che incidono su tutte le forme di attività fisica.

L'applicazione delle conoscenze del movimento umano a beneficio della società

Un'adeguata comprensione delle basi fisiologiche del movimento umano è richiesta per tutte le attività e professioni che nella nostra società richiedano esercizio fisico e per il miglioramento della nostra capacità di spostarci e di adottare uno stile di vita salutare. Importanti aree di applicazione delle conoscenze derivanti dallo studio del movimento umano sono: lo sport, l'educazione fisica, la sanità pubblica ("fitness" e salute), la riabilitazione e la prevenzione di determinate patologie nei luoghi di lavoro. Larghi settori della popolazione generale possono trarre beneficio da questo tipo di studi.

Il movimento, in conclusione, gioca un ruolo fondamentale nell'esistenza umana. Lo studio delle scienze motorie richiede l'applicazione e l'integrazione di metodi, teorie e conoscenze di un vasto gruppo di discipline. L'approfondita conoscenza base degli studi del movimento umano permetterà lo sviluppo di strategie a livello personale, di piccoli gruppi, di comunità, nazionale ed internazionale attraverso le quali l'attività fisica potrà essere usata quale mezzo di miglioramento della qualità della vita di tutta la popolazione, di sviluppo e realizzazione di capacità atletiche, di conservazione dell'autonomia in tarda età nonché di recupero funzionale dopo traumi e malattie. E' ormai accertato infatti il valore terapeutico dell'esercizio fisico in talune patologie quali la sindrome metabolica (diabete di tipo II, ipertensione, dislipemie).

All'approccio classico basato sulla fisiologia dell'esercizio e sulla biomeccanica del movimento, solo in tempi più recenti è stata ravvisata l'importanza, nella prestazione motoria, degli aspetti psicologici e psico-fisiologici. Questi vanno dalla gestione dell'ansia pre-gara alla comprensione di quella fisica 'intuitiva' che permette agli atleti, ma anche a tutti noi, di adattare in tempo reale la nostra 'macchina' locomotoria alle perturbazioni che minerebbero il risultato finale.

Oggi parlare di scienze motorie include anche avere competenze di management e di microeconomia che consentono di avviare e gestire le molte attività di gruppo che riguardano l'esercizio fisico, dai centri fitness alle strutture riabilitative, dai circoli ricreativi alle squadre di elite.

Dotazioni necessarie

Lo studente per potersi interfacciare correttamente con le attività on line dell'Università Telematica San Raffaele Roma deve poter usufruire di:

- una connessione Internet di tipo ADSL o altre tecnologie che consentano una velocità di connessione simile o superiore;
- un PC di tipo multimediale, dotato di web cam;
- un browser di recente rilascio;

Sbocchi professionali

Obiettivo specifico del corso è quello di formare figure professionali qualificate in relazione alla domanda di formazione ed in particolare la figura professionale dell'esperto nelle Scienze delle attività Motorie e Sportive ex legge 22. Il Corso ha l'obiettivo, correlato agli sbocchi nel mondo del lavoro, di formare figure professionali qualificate che possano operare nel mondo delle attività motorie e sportive, per il raggiungimento del benessere psicofisico della persona.

La strutturazione del piano di studi anche grazie all'ampia offerta didattica delle attività a scelta e delle materie ad alto contenuto professionalizzante permetterà a ciascun iscritto di acquisire una serie di abilità pratiche e conoscenze scientifiche volte alla formazione delle seguenti competenze: valutazione, programmazione somministrazione di attività motorie e sportive nei diversi contesti e per diverse popolazioni.

I laureati saranno in grado di inserirsi immediatamente nel mondo del lavoro, oppure potranno accedere a corsi di laurea specialistica o a masters di qualificazione ad una specifica attività professionale.

La formazione acquisita consentirà ai laureati di applicare le loro competenze nel campo dell'educazione motoria e sportiva nonché della rieducazione motoria in strutture pubbliche, private e nelle organizzazioni sportive quali società e federazioni.

In particolare le attività professionali possono essere ricondotte all'interno di quattro macro aree formative:

- 1) didattico – educativo
- 2) prevenzione ed educazione motoria adattata (esempio soggetti di diverse età e soggetti con diverse abilità)
- 3) tecnico sportiva (formazione nelle diverse discipline)

All'interno di queste aree formative i laureati potranno operare in qualità di allenatori, preparatori atletici e in generale tecnici sportivi oppure indirizzarsi alla carriera di direttori tecnici di palestre nonché di dirigenti di organizzazioni sportive. In generale, quindi, rientrano tra gli sbocchi professionali dei laureati in Scienze motorie le professioni tecniche nei servizi pubblici e alle persone. In particolare, tra queste, quelle di Istruttori di discipline sportive non agonistiche i quali addestrano ad esercitare, in modo non agonistico, con lezioni individuali o di gruppo, la pratica di discipline sportive; ne insegnano le tecniche; verificano l'adeguatezza delle condizioni fisiche dell'allievo; lo preparano fisicamente, lo allenano e organizzano attività sportive comuni.

- nell'ambito didattico (docente di attività motorie nelle scuole di ogni ordine e grado)
- nell'ambito tecnico addestrativo (operatore nella prevenzione e promozione della salute, operatore per le attività motorie sportive dei giovani, adulti, anziani e disabili, operatore tecnico di discipline sportive, operatore della metodologia dell'allenamento)
- nei servizi sociali (operatore per le attività motorie nei centri socio-educativi);

- nelle strutture sportive (organizzazione e gestione e sorveglianza di società e di strutture sportive pubbliche e private)
- nelle comunità di recupero
- nelle strutture socio-sanitarie, nelle case di riposo.

4) manageriale (organizzazione e gestione di attività e strutture sportive).

All'interno di quest' area formativa i laureati in Scienze motorie potranno indirizzare la loro attività professionale al settore produttivo.

In particolare saranno in grado di dirigere le attività sportive di palestre e di altre strutture. Si ritiene quindi che, in una società sempre più volta alla cura del tempo libero e nella quale l'attività fisica in generale e quella sportiva, in particolare, assumono posizioni di crescente interesse, rientri tra gli scopi dell'Università, il formare tecnici qualificati in grado di orientare, istruire e curare l'attività fisico-sportiva della popolazione, nonché di gestire le realtà associative sportive in presenza di un corpus giuridico e fiscale sempre più complesso. Inoltre, il laureato in Scienze motorie proprio per la formazione scientifica e, non ultimo, etica di cui sarà portatore, dovrà farsi parte attiva nel combattere fenomeni devianti dello sport, agonistico ma anche amatoriale, quali l'utilizzo di sostanze o metodi definibili "doping" che provocano danni alla salute a volte molto gravi ed irreversibili. Potrà svolgere l'attività di consulente per le industrie che forniscono prodotti e beni per la pratica sportiva, industria del turismo e del tempo libero.

Altro ambito occupazionale in forte espansione è l'organizzazione degli eventi sportivi e della comunicazione sportiva all'interno di giornali, radio o televisione

Il corso prepara alle professioni di:

- Istruttori di discipline sportive non agonistiche
- Professioni organizzative nel campo dell'educazione fisica e dello sport
- Allenatori e tecnici di discipline sportive agonistiche

Risorse e vincoli

La Laurea in Scienze Motorie, percorso di studio gestito a distanza attraverso il supporto di Internet, permette di personalizzare tempi e modalità di studio senza i vincoli della presenza in aula, di scegliere un percorso di studi su misura a seconda del carico di lavoro che si è in grado di sostenere (sistema dei crediti), comunicare direttamente via Internet in teleconferenza e via email con tutor e docenti, socializzare con facilità ed elevata frequenza con gli altri studenti della classe virtuale di appartenenza.

Sarà utilizzata una piattaforma ICT per l'erogazione di formazione in remoto per la realizzazione di soluzioni di generazione knowledge-based in grado di consentire un salto di qualità conoscitivo.

Il Diploma di Laurea offerto dall'Università Telematica San Raffaele Roma è equivalente a quelli tradizionali offerti dalle università italiane, con le stesse materie di studio, gli stessi crediti formativi, gli stessi carichi di lavoro, gli stessi esami e riconoscimenti della laurea "in presenza" ed è tenuto da docenti di chiara fama e/o di riconoscimento accademico.

Il corso di Laurea OnLine dell'Università Telematica San Raffaele Roma si rivolge a tutti coloro che sono in possesso di un diploma di scuola superiore quinquennale.

In particolare si indirizza a chi desidera organizzare il proprio studio in modo più flessibile senza i vincoli di orario e le necessità di spostamento imposti dalla frequenza. Gli unici vincoli riguardano la presenza ai laboratori per le esercitazioni pratiche nelle discipline che li prevedono.

Parametri e Crediti

Il corso di Laurea di primo livello e il sistema dei crediti (CFU - Crediti Formativi Universitari), definiscono un corso di studi in base a un numero di crediti acquisiti svolgendo esperienze didattiche a cui sono attribuiti pesi precisi in base all'impegno richiesto allo studente.

Il parametro utilizzato come riferimento (D.M. 4 agosto 2000, pubblicato in S.O. n.170 G.U. del 19/10/2000 n.245) è di 25 ore di lavoro (fruizione lezioni, studio, esercitazioni pratiche) per il conseguimento di un credito. Il percorso di studio completo prevede il conseguimento di 180 crediti in 3 anni, quindi 60 crediti per ogni anno, ovvero 1500 ore/anno per completare il percorso. Scegliendo un numero inferiore ai 60 crediti/anno diminuiscono proporzionalmente le ore di lavoro ed aumenta il tempo necessario per il conseguimento della laurea.

Il tempo riservato allo studio personale o ad altre attività formative di tipo individuale è pari almeno al 50 per cento dell'impegno orario complessivo, con percentuali pari al 35% per le attività formative ad elevato contenuto sperimentale o pratico.

Collaborazioni e attività

L'**Università Telematica San Raffaele Roma** ha progettato un formato didattico che integra in modo coerente **tutti gli aspetti chiave di un'esperienza di formazione OnLine: didattica, tecnologia, organizzazione.**

Le principali attività proposte allo **Studente** sono:

- **studio individuale** (sviluppato secondo il ritmo suggerito dai docenti) basato su materiali didattici online e offline che propongono i contenuti di base di ciascun insegnamento in versione multimediale, SAI (Software di Autointerrogazione), esercizi commentati, risorse specifiche messe online dai docenti durante il corso (slide, video, spiegazioni, appunti)
- **forme di apprendimento collaborativo online**, insieme ad altri studenti, tutor e docenti utilizzando strumenti asincroni (forum, e-mail, ecc.) e strumenti sincroni (sessioni live).
- **prove di auto valutazione online** periodiche su ciascuna materia laddove previste dal **Docente**

Attività collaborative online

I processi di apprendimento della Laurea OnLine si svolgono per la maggior parte in rete attraverso un'**intensa interazione fra gli studenti, i tutor e i docenti** secondo due modalità distinte

- **attività asincrone** attraverso la mail, il forum e le bacheche che non richiedono l'utilizzo simultaneo da parte di docenti e studenti dello stesso strumento, ma ognuno lo utilizza in tempi diversi per sviluppare attività di approfondimento condividendo e confrontando i propri elaborati con quelli degli altri studenti e comunicare tra loro e/o con il corpo docente (tutor e professori), scambiandosi informazioni, spiegazioni, correzioni, chiarimenti.
- **attività sincrone** dove gli studenti, divisi per classi, si collegano a un orario prestabilito alle cosiddette sessioni live, un sistema che integra una chat testuale, una video, con una lavagna virtuale, sistemi per la condivisione di file, test in tempo reale, per seguire una spiegazione integrativa, chiarire punti critici, porre delle domande e avere subito la risposta dialogando simultaneamente con il resto della classe. I computer in dotazione/suggeriti agli studenti sono dotati di telecamera integrata per interagire in video con altri 3 utenti. Ciò consente di formare piccoli gruppi di studio e di colloquiare con il docente durante gli orari di 'ricevimento'.

Strumenti didattici

Ogni studente è dotato di **username e password** per l'accesso alla piattaforma didattica e a tutti i materiali didattici in essa contenuti.

All'interno della piattaforma lo studente trova, per ciascuna materia, uno **spazio dedicato alla sua classe virtuale**, in cui oltre a una bacheca in cui viene dato spazio alle comunicazioni del docente, si trovano le lezioni e i materiali didattici relativi alle singole lezioni e al corso oltre alle risorse didattiche integrative (esercizi, ulteriori materiali, etc..). Inoltre è disponibile un forum, dedicato alla discussione e richieste di chiarimenti, oltre ad alcune sessioni live ove previste dal docente all'interno del corso.

L'Ateneo ha come piattaforma didattica una personalizzazione di Moodle che è il Learning management System (LMS) più diffuso al mondo. Noto soprattutto per la sua ergonomia, Moodle è stato realizzato seguendo la teoria pedagogica del **costruttivismo sociale** ma risulta molto **versatile** per la grande quantità di moduli disponibili ed è altamente personalizzabile grazie alla disponibilità del codice sorgente. Partendo da questa piattaforma, **MediaTouch** ha sviluppato una **soluzione completa** mediante la realizzazione di **moduli aggiuntivi, personalizzazioni e integrazioni** con altri componenti software, allo scopo di soddisfare appieno le richieste dei docenti e dei coordinatori didattici dell'Università Telematica San Raffaele Roma e di fornire nel contempo servizi connessi di **assistenza tecnica** (basati su sistemi di *troubleshooting*).

Informazioni Generali

Per ogni insegnamento saranno fornite le seguenti informazioni:

- Docente
- Numero di crediti formativi (*)
- Obiettivi formativi
- Programma/Contenuti
- Testi/Bibliografia
- Modalità di verifica dell'apprendimento:

Test in itinere che si svolgeranno durante il corso relativamente alle parti del programma mano a mano svolte con valore di autoverifica e preparazione all'esame

Prova scritta consiste in quesiti a scelta multipla e domande a risposta aperta breve. E' necessario ottenere la sufficienza per l'ammissione al colloquio orale.

Colloquio orale mira a valutare la maturazione delle conoscenze e le capacità di collegamento tra le varie parti della disciplina.

- Strumenti di supporto alla didattica:

forum per discussioni, richieste di chiarimenti, approfondimenti

bacheca per gli annunci di tipo organizzativo

buca delle lettere per la consegna degli esercizi e degli elaborati richiesti dal docente

- Link ed altre eventuali informazioni
- Orario di ricevimento:

sessione live ambiente virtuale attivato in orari e giorni stabiliti per ciascuna materia.

chat testuale con una lavagna virtuale, sistemi per la condivisione di file e per "visite guidate" di siti Internet.

(*) 1 CFU = 25 ore: 10 Didattica + 5 Didattica integrativa e laboratori virtuali, verifiche in itinere + 10 Studio individuale, attività collaborative on line.

Valutazione

All'esame di laurea si accede dopo aver sostenuto con esito positivo tutti gli esami degli insegnamenti presenti nel piano degli studi. Ciascun esame, per essere superato, può prevedere una prova orale e/o scritta, da svolgere rigorosamente in presenza presso una delle sedi dell'Ateneo. In aggiunta, ciascun docente può prevedere dei momenti didattici valutativi in itinere. Essi possono comprendere ad esempio: la realizzazione di un elaborato, la partecipazione ad un'attività collaborativa, la somministrazione di un test di domande a risposta multipla, ecc.

Le date delle **sessioni d'esame** vengono comunicate 30 giorni prima della relativa apertura. È prevista la possibilità di attuare sessioni straordinarie previa delibera del CdS, sulla base della valutazione delle esigenze degli studenti. Per quanto il conseguimento della laurea, è prevista una prova che consiste nella discussione di una relazione in una seduta pubblica di fronte ad una commissione di docenti che esprime una valutazione in 110/110

Modalità di iscrizione

Possono essere ammessi i candidati che siano in possesso di un diploma di Scuola Media Superiore quinquennale o di un titolo estero equipollente.

L'accesso al corso di Laurea è subordinato alla presentazione di un certificato medico per attività sportiva non agonistica. Nel caso di persone diversamente abili è necessario presentare certificazione medica attestante il tipo di disabilità per ottenere l'esonero dalle attività esercitative non praticabili dal soggetto.

L'Ammissione al Corso di Laurea OnLine dell'Università Telematica San Raffaele Roma in Scienze delle Attività Motorie e Sportive, Classe di Laurea L 22 è subordinato alla compilazione del modulo raggiungibile on line da questa pagina e alla compilazione di un questionario ad esso allegato al quale seguirà una regolare ammissione da parte degli organi accademici preposti o una eventuale richiesta di ulteriori informazioni o di un colloquio in presenza con alcuni docenti finalizzato alla verifica delle reali motivazioni professionali del candidato/a.

[Piano degli studi A.A. 2022/2023](#)

Piano degli studi per il corso di laurea in "Scienze Motorie" A.A. 2022/2023

Primo Anno

Insegnamenti	CFU
Anatomia umana	6
Biochimica generale e dello sport	6
Biologia applicata	7
Statistica ed elaborazione informatica	8
Fisica applicata alle scienze motorie	6
Lingua inglese	6

Primo Anno

Psicologia delle attività sportive: aspetti educativi e sociali	10
Teoria e metodologia del movimento umano	10
Totale	59

Secondo Anno

Insegnamenti	CFU
Endocrinologia e Nutrizione Umana	6
Farmacologia	6
Fisiologia umana dello sport	9
Igiene ed educazione sanitaria	6
Medicina dello Sport	10
Teoria e metodologia dell'allenamento	6
Teoria Tecnica e Didattica degli sport individuali e di squadra	10
Totale	53

Terzo Anno

Insegnamenti	CFU
Teoria tecnica e didattica delle attività motorie per l'età evolutiva ed adulta	8
Discipline giuridiche ed economiche in ambito sportivo	10
Traumatologia e Riabilitazione	13
Teoria tecnica e didattica dell'attività motoria adattata	6
Pedagogia	5
Totale	42

Esami a scelta dello studente

Insegnamenti	CFU
CALCIO: regole, tecnica, storia e management	12
Organizzazione e comunicazione eventi sportivi	4
Teoria tecnica e didattica degli sport natatori	4
Teoria tecnica e didattica del fitness	4
Tecniche di progettazione europea	4
Ruolo dell'attività fisica nei disordini neurovascolari e cardiometabolici	4
Esercizio fisico adattato per la prevenzione primaria e secondaria delle malattie oncologiche	4
Pedagogia dei fenomeni sociali e interculturali	4
"Danza Sportiva" dalla metodologia dell'allenamento al management olimpico	4
Benefici dell'esercizio fisico sull'apparato cardiocircolatorio	4
Educazione Fisica e Sportiva scolastica oggi	4

Esami a scelta dello studente

Diritto dell'impiantistica sportiva: profili civilistici	4
Totale	12
Tirocinio	8
Prova finale	6
Totale percorso di studi 180	

Costi, Iscrizione e Agevolazioni Economiche

Il costo della retta è di € 2500,00 per anno accademico. Tassa regionale € 140,00 e €16,00 spese di bollo. Per gli studenti che intendono iniziare il loro percorso con UniWork, sono previste particolari agevolazioni economiche con servizi esclusivi.

Iscriversi è semplicissimo, ed è possibile farlo in qualunque periodo dell'anno, senza alcun costo aggiuntivo.