

Scienze dell'Esercizio Fisico per il Benessere e la Salute

LAUREA MAGISTRALE

Il Corso

Il corso di laurea magistrale in Scienze dell'Esercizio Fisico per il Benessere e la Salute propone l'acquisizione di competenze teoriche e tecniche finalizzate alla progettazione e alla conduzione di programmi di attività motoria adattata a differenti tipologie di popolazione per il mantenimento dell'efficienza fisica, la prevenzione e la risoluzione di alterazioni e disturbi dell'apparato muscolo-scheletrico.

Obiettivi

I laureati in Scienze dell'Esercizio Fisico per il Benessere e la Salute possiedono conoscenze e competenze:

- › per la rieducazione motoria e il ritorno alle attività sportive;
- › per il miglioramento dell'efficienza fisica in soggetti adulti e anziani;
- › per lo sviluppo psico-motorio e il mantenimento/ miglioramento dell'efficienza fisica nelle popolazioni speciali;
- › per valutazioni di carattere antropometrico, ergonomico e delle capacità motorie;
- › per l'autoapprendimento e l'aggiornamento continuo sulle tematiche scientifiche riguardanti il rapporto tra attività fisica e salute;
- › di tipo comunicativo-relazionale e psicologico-pedagogico per l'interazione prevista con quelli che saranno i beneficiari dell'attività motoria e anche con équipes di lavoro di tipo multidisciplinare.

Didattica

Didattica erogativa e interattiva, integrata dal costante rapporto degli studenti con i docenti di riferimento e i tutor didattici nelle aule virtuali. Per alcuni insegnamenti sono altresì previste attività esercitative e di laboratorio. Le attività di tirocinio curriculare, richieste dal percorso didattico, sono svolte in strutture convenzionate con

l'Ateneo e distribuite su tutto il territorio nazionale sotto la supervisione dei docenti del corso.

Sbocchi Occupazionali e Professionali

Sulla base della loro preparazione e delle realtà già presenti e operative sul territorio nazionale i laureati in Scienze dell'Esercizio Fisico per il Benessere e la Salute possono inserirsi in:

- › centri fitness e wellness per la progettazione, gestione e conduzione di programmi di attività motoria mirata al mantenimento e al miglioramento dell'efficienza fisica in adulti e anziani e al trattamento di alterazioni e disturbi del sistema muscolo-scheletrico;
- › centri di riabilitazione ortopedica, neurologica, metabolica e cardiovascolare in equipe con medici dello sport, ortopedici, fisiatristi e fisioterapisti per la rieducazione motoria e il ritorno alle attività motorie o sportive;
- › attività autoimprenditoriali legate al fitness e al wellness, alla rieducazione motoria e alla ginnastica posturale e correttiva per le alterazioni del sistema muscolo-scheletrico.

Piano di studi



e-CAMPUS UNIVERSITÀ

I Anno	Insegnamento	Crediti
	Valutazione antropometrica e della composizione corporea di cui attività di laboratorio	6 2
	Ergonomia	6
	Fitness e wellness di cui attività di laboratorio	9 4
	Psicologia sociale della salute e della qualità della vita	9
	Pedagogia delle attività motorie adattate	6
	Lingua inglese	3
	Esame a scelta	6
	Tirocini	12

II Anno	Insegnamento	Crediti
	Alimentazione per il benessere e l'attività fisica	6
	Teorie e tecniche nella gestione delle risorse umane	6
	Metodi di valutazione delle attività motorie adattate di cui attività di laboratorio	6 2
	Teoria e tecniche di rieducazione motoria di cui attività di laboratorio	9 4
	Sociologia del benessere e degli stili di vita	6
	Esame a scelta	6
	Tirocini	10
	Prova Finale	14

Insegnamenti a scelta dello studente

Motivazione e benessere personale	6
Nutraceutici, integratori, functional foods	6
Fisiologia dei nutrienti	6
Attività motoria per le malattie neurodegenerative	6