



# Dalla formazione universitaria nelle scienze motorie e sportive alla professione

## From university education in sport and exercise science to the profession

Ferdinando Cereda

Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano – [ferdinando.cereda@unicatt.it](mailto:ferdinando.cereda@unicatt.it)

### ABSTRACT

The shape of modern society makes the problems associated with regular exercise increasingly topical. At the same time, there is the question of teaching modern forms of movement that attract the attention and interest of millions of people in Italy and throughout the world, who turn to public and private facilities offering services for motor activity, from the most traditional to the most modern. These are places where the work is no longer one of motor or sports activities promotion, but one of training and education. Places that involve children, adults in various age groups, the elderly and, for several years now, people with stabilised chronic diseases who manage to maintain and improve their state of health through physical exercise and gentle sporting activity.

The main professional figures present in these contexts, as instructors and personal trainers, represent the point of contact between the environments where these activities are offered and the people who practice them.

Given the preventive aspect of physical exercise, the close connection with health status, the increase in the number of adult and elderly practitioners with chronic illnesses, and the countless professional prospects, it is becoming increasingly important to combine the academic knowledge of exercise and sports sciences with the skills needed by those who, in these environments, are then responsible for educating on proper movement and, indeed, teaching how to do it. The curricular university internship is the transition phase between education and employment. This essay presents data on curricular internships undertaken by students on the L-22 degree course at the Università Cattolica del Sacro Cuore in Milan.

La configurazione della società moderna rende sempre più attuali i problemi connessi alla pratica di un regolare esercizio fisico. Parallelamente si pone la questione dell'insegnamento delle moderne forme di movimento che catalizzano l'attenzione e l'interesse di milioni di persone in Italia e in tutto il mondo, che si rivolgono alle strutture pubbliche e private che offrono servizi per l'attività motoria, da quelle più tradizionali a quelle più moderne. Luoghi dove non si fa più opera di promozione e animazione motoria o sportiva, ma vera e propria opera di formazione ed educazione. Luoghi che coinvolgono i bambini, gli adulti in varie fasce di età, gli anziani e, da ormai diversi anni, persone con patologie croniche stabilizzate che con l'esercizio fisico e una blanda attività sportiva riescono a mantenere e migliorare il proprio stato di salute.

Gli istruttori e i personal trainer, le principali figure professionali presenti in questi contesti, rappresentano il punto di contatto tra gli ambienti dove tali attività sono proposte e le persone che le praticano.

Dato l'aspetto preventivo dell'esercizio fisico, la stretta connessione con lo stato di salute, l'aumento dei praticanti in età adulta e anziana con patologie cronizzate e delle innumerevoli prospettive professionali, diventa sempre più importante coniugare le conoscenze accademiche delle scienze motorie e sportive con le competenze necessarie per chi, in tali ambienti, ha poi la responsabilità di educare al corretto movimento e, di fatto, d'insegnare come farlo. Il tirocinio curricolare universitario rappresenta la fase di passaggio tra la formazione e l'attività lavorativa. Vengono presentati i dati degli stage curricolari attivati dagli studenti del corso di laurea L-22 all'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.

Parole chiave: formazione universitaria, sport, esercizio fisico, professione, tirocinio curricolare.

#### **KEYWORDS**

University Education, Sports, Exercise, Profession, Internship.

Formazione Universitaria, Sport, Esercizio, Professione, Stage.

## **Introduzione**

Il numero delle persone che frequentano le palestre dei centri fitness, dei centri sportivi e di rieducazione motoria è cresciuto in modo esponenziale fin dai primi anni Novanta. Luoghi dove non si fa più opera di promozione e animazione motoria o sportiva, ma vera e propria opera di formazione ed educazione (Eime et al., 2013). Paradossalmente, l'aumento delle strutture che offrono spazi e servizi legati all'esercizio fisico e alle attività sportive è stato accompagnato da un aumento significativo dell'obesità e della sedentarietà (Swift et al., 2014).

Ormai ci sono evidenze scientifiche importanti sui benefici che sono indotti dalla pratica regolare di esercizio fisico per la prevenzione (Malik et al., 2014; Piels et al., 2014; Taylor, 2014; Vuori et al., 2013; Warburton et al., 2016; Bull, Al-Ansari, Biddle, et al., 2020) e, in Italia, è costante la popolarità della attività motorie per il fitness promosse nelle palestre (Arosio et al., 2012; TNS, 2018).

I professionisti del movimento, oggi, possono essere collocati nell'area d'incontro tra la pura passione per l'esercizio fisico e il corso di laurea in scienze motorie. Nel primo caso l'abitudine al movimento, programmato o meno, è acquisita fin da bambini. Poi si trasforma in un completamento a percorsi di studi o a professioni lontani dal mondo dell'attività fisica e sportiva. Un completamento che, divenuto necessario, porta alla convinzione di farne un lavoro, scatenando così la necessità di acquisire le conoscenze e le competenze per un agire consapevole e creare un profilo professionale credibile. Il mondo del lavoro oggi suggerisce quali temi devono essere analizzati affinché nella progettazione di un progetto formativo siano inclusi i contenuti e gli obiettivi appropriati.

### **1. Dall'ISEF alle scienze motorie**

Mentre l'ISEF (Istituto Superiore di Educazione Fisica) formava il futuro insegnante di educazione fisica, il corso di laurea in scienze motorie e dello sport, originaria-

mente nel suo ordinamento quadriennale, poi in quello articolato della laurea triennale e della laurea specialistica, ora laurea magistrale, consente una preparazione in diversi ambiti: oltre a quello scolastico ci sono quello sportivo, quello manageriale-organizzativo e quello dell'attività adattata.

La scelta epistemologica è stata fondamentale nell'ambito delle scienze del movimento. Il corso di laurea in scienze motorie ha colmato non tanto un vuoto formativo in un settore nel quale, da oltre due secoli, studiosi di ogni disciplina avevano portato contributi notevoli, quanto piuttosto una sempre più puntuale attenzione alle attività formative, preventive e adattate, non avulsa dalle conquiste scientifiche e dalle sempre nuove esigenze della singola persona e della società, in settori quali lo sport, la prevenzione e le attività adattate (Cereda, 2019).

Le scienze del movimento rappresentano dunque un contenitore che include l'educazione fisica, dove sono inoltre comprese: l'attività fisica adattata a particolari gruppi di popolazioni e di età (bambini, ragazzi, adulti, anziani, diversamente abili, ecc.); l'attività motoria-sportiva agonistica e non agonistica; le attività per il fitness, indicate come utili e indispensabili per l'uomo e la sua salute, come risposta alle esigenze formative, alle richieste della ricerca scientifica e di una adeguata professionalità (Casolo, 2004).

Diversi autori (Fuller et al., 1994; Cereda, 2008) hanno proposto le materie che sono ritenute fondamentali per la preparazione tecnica ed educativa per un professionista delle scienze motorie. A livello universitario, in Italia, la laurea che racchiude anche le materie fondamentali è il corso di laurea triennale in scienze delle attività motorie e sportive (L-22), che fornisce conoscenze e competenze teoriche e pratiche relative agli ambiti professionali dell'educazione e della formazione della persona attraverso il movimento e le attività sportive.

Nell'ambito delle scelte di programmazione nazionale e regionali che hanno introdotto la sperimentazione della cosiddetta AFA (Attività Fisica Adattata), il laureato in scienze motorie è la figura ritenuta importante per i fini di promozione della salute, prevedendo che tale attività non rientri tra le prestazioni sanitarie, bensì abbia il compito combattere la sedentarietà, favorire la socializzazione, promuovere stili di vita più corretti, ricondizionare una persona al termine di un protocollo riabilitativo.

La necessità di una formazione più specifica per lavorare con le persone definite "fragili" hanno caratterizzato il percorso formativo della laurea magistrale in scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate (LM-67, S.T.A.M.P.A.).

## **2. I processi di formazione e qualificazione professionale per le scienze motorie**

La formazione di operatori socio-motori ad alto livello di qualificazione educativa generale e specifica è fondamentale. Questi devono essere in grado di aiutare i giovani e adulti ad una scelta consapevole delle proprie attività. Non devono limitarsi alla formazione di persone in maniera generica o superficiale, all'insegna del "basta muoversi" o fornire agli individui soltanto ambienti, mezzi e possibilità già predeterminati. Così come, in quest'ottica, sembra non offrire molta prospettiva nel contesto scolastico l'intervento di specialisti focalizzati esclusivamente sulle singole tecniche sportive (Vicini, 2015).

Si pone una riflessione sui processi di formazione accademica e il rapporto con la qualificazione professionale, nonché dei contenuti, che dovrebbero formare le persone e, compito estremamente articolato, con l'attivazione di buone

pratiche per il sociale, prevenire la dispersione scolastica, la disoccupazione, il reinserimento sociale e quello lavorativo. Tutto ciò non solo nell'ottica di un confronto tra gli attori coinvolti nel contesto nazionale ed europeo, ma anche come opportunità per l'inserimento di nuovi soggetti, magari recuperati tra i NEET (Not engaged in Education, Employment or Training), ovvero quei giovani che non lavorano, né studiano, né risultano iscritti a corsi di formazione.

L'evidenza scientifica dimostra che le attività motorie e sportive svolgono un ruolo positivo nella vita di milioni di europei e che, se praticate in forma non agonistica, possono contribuire alla salute della persona (Oja et al., 2015). Con la pratica delle attività motorie e sportive è emerso un settore economico in crescita ma immaturo, che ha il potenziale per sviluppare ancora più benefici per le nazioni e per i singoli cittadini: benefici in termini di salute, di economia e di occupazione (Zintz, 2013).

## 2.1 Le competenze nelle scienze motorie

La funzione del professionista delle scienze motorie può essere descritta come una costante applicazione di conoscenze professionali interpersonali e intrapersonali al fine di migliorare le competenze, la fiducia, le relazioni delle persone in specifici contesti operativi (Gilbert & Côté, 2013). Le tre aree di conoscenze fondamentali sono:

1. conoscenze professionali (contenuto delle conoscenze e come insegnarle);
2. conoscenze interpersonali (riferite alla possibilità di collegarsi con altre persone);
3. conoscenze intrapersonali (basate sulla consapevolezza e sulla riflessione su se stessi).

Ciascuna di queste tre aree di conoscenze è alla base delle competenze del professionista per compiere il lavoro, che possono essere suddivise in:

- competenze funzionali, che permettono di soddisfare le esigenze di una situazione specifica;
- competenze relative al compito, che permettono di eseguire specifici e determinati compiti.

Le competenze funzionali fanno riferimento all'adozione di un approccio volto alla guida e al miglioramento degli allievi in un determinato contesto organizzativo e sociale. Insegnare a praticare uno sport è un'attività complessa e dinamica che si estende oltre il luogo dello svolgimento dell'attività e non si attua semplicemente con il trasferimento di conoscenze e di competenze dall'istruttore all'allievo. Essenzialmente, gli istruttori devono essere formati per capire, interagire e rapportarsi con l'ambiente dove operano.

Gli istruttori ottemperano a una serie di compiti che richiedono competenze diverse. Tra queste si ricordano le principali, quali: l'analisi dei bisogni, la definizione di una visione d'insieme, lo sviluppo di una strategia, la creazione di un piano d'azione, l'organizzazione e la gestione delle persone, la definizione degli indicatori di progresso, il processo di educazione, la gestione delle relazioni, la conduzione delle lezioni tecniche, l'insegnamento appropriato ad adulti e bambini, l'interpretazione e la reazione in "situazione", l'autovalutazione, l'innovazione.

Mentre gli istruttori possono sviluppare le loro competenze funzionali durante

la pratica, quindi attraverso l'esperienza, le competenze relative ai loro compiti dovrebbero essere fornite nei percorsi formativi (Mantovani, 2015).

### 2.1.1 Costruzione delle competenze

Le migliori formazioni di per sé non sono necessariamente quelle più lunghe, ma quelle che forniscono competenze effettivamente corrispondenti ai bisogni delle attività svolte dai soggetti titolari di qualifica. In questo contesto di confronto e armonizzazione dei processi formativi e dei riconoscimenti professionali è chiamata in causa la competenza pedagogica sociale e professionale, fondata e maturata sul campo, per una visione diversa dei titoli di studio e che apprezzi in pieno la cultura, la competenza e la preparazione che sono la premessa per il conseguimento del titolo di studio stesso (Blezza, 2013).

Per evitare un fallimento sul piano pedagogico e sul piano etico, i percorsi formativi e i relativi contenuti per gli operatori delle scienze motorie e sportive devono comprendere un ordine di idee e di strumenti, con delle linee metodologiche e operative interne a un progetto di educazione permanente e ricostruite secondo una nuova coerenza, attivando una proposta di attività motoria-sportiva polivalente, informata ad una chiara e precisa scelta culturale che pone al centro dell'esperienza la persona integrale (Echevarri & Chen, 2016).

In questo caso è sconsigliabile inseguire le esasperate forme di esaltazione dell'aspetto tecnico-specialistico, con la ricerca assoluta del risultato. Occorre sviluppare dei metodi che possano favorire, invece, delle autentiche esperienze di vita.

Questo aiuta a collocare l'essere umano nella sua specifica dimensione personale-comunitaria, al centro dell'esperienze corporeo-motoria e sportiva; significa ricondurre tale esperienza alla sua realtà di "mezzo", privilegiando le virtualità che rendono l'uomo tale (impegno, volontà, intelligenza, creatività, rispetto, amore, religiosità...), riportandola nella linea della storia della persona e della comunità, immettendola nel flusso delle vita individuale e sociale, con la propria autonomia e capacità dialettica, per partecipare ai processi culturali e formativi, senza alcuna strumentalizzazione di potere, di prestigio e di commercio.

La proposta educativa nel confronto dei processi formativi per le scienze motorie dovrebbe tener conto contemporaneamente delle differenze che caratterizzano l'originalità e l'irrepetibilità di ciascuno, ricordando che anche le attività motorie e sportive sono un mezzo d'integrazione e di crescita individuale.

## 3. Lo stage curricolare come passaggio dalla formazione universitaria all'esperienza professionale

Con l'introduzione della riforma degli ordinamenti didattici, imperniata sul sistema dei crediti, il tirocinio formativo entra a pieno titolo nel percorso didattico degli studenti come tirocinio curricolare (art. 10 del D.M. 3/11/99 n. 509)<sup>1</sup>.

Nell'ambito dell'autonomia didattica, molte università hanno dato un notevole valore alle attività di tirocinio inserendole in gran parte dei nuovi corsi di studio. Pertanto, il tirocinio formativo, oltre a facilitare l'apprendimento di competenze

1 Vedi [http://www.miur.it/0006Menu\\_C/0012Docume/0098Normat/2088Regola.htm](http://www.miur.it/0006Menu_C/0012Docume/0098Normat/2088Regola.htm) (visitato il 26 agosto 2020).

e professionalità spendibili nel mercato del lavoro, consente anche l'acquisizione di crediti formativi utili ai fini del conseguimento del titolo.

Lo stage curricolare rappresenta uno strumento di orientamento di primaria importanza, in quanto offre la possibilità d'integrare le conoscenze acquisite durante il percorso di formazione universitaria con le competenze professionali acquisibili in ambito lavorativo. È dunque un investimento molto utile come chiave di accesso al mondo del lavoro. Questa esperienza riveste un ruolo rilevante, dal momento che sottolinea la funzione della ricorsività permanente tra teoria e pratica, nonché lo sviluppo dei processi di investigazione e azione, considerati i pilastri di base per acquisire competenze professionali qualitativamente adeguate alle esigenze del mercato del lavoro (Di Nuovo, 2005).

Le competenze fondamentali per la realizzazione personale, per la cittadinanza attiva, l'inclusione sociale e l'"occupabilità" nella società della conoscenza sono evidenziate nel quadro di riferimento europeo "Competenze chiave per l'apprendimento permanente"<sup>2</sup>. Le prime quattro competenze affinano le conoscenze di base indispensabili nel momento storico-culturale attuale. Le attività di tirocinio sono orientate alla promozione delle ultime quattro delle otto competenze fondamentali. Imparare ad imparare rappresenta il filo conduttore di tutte le esperienze volte all'apprendimento e alla formazione, in una dimensione di continuità di vita.

I tirocini, distinti tra tirocini formativi e di orientamento, sono attività di formazione tramite lavoro. Il tirocinio formativo o curricolare, previsto dal piano di studi, è effettuato durante lo svolgimento degli studi (ossia prima del loro completamento) e mira ad integrare le conoscenze acquisite con la frequenza ai corsi universitari, mediante l'acquisizione di esperienze professionali.

### **3.1 Il tirocinio curricolare del corso di laurea triennale in scienze delle attività motorie e sportive dell'Università Cattolica del Sacro Cuore (UCSC) di Milano**

Il corso di laurea triennale in scienze delle attività motorie e sportive prevede, al terzo anno, l'assegnazione allo studente di 5 crediti formativi universitari per l'attività di tirocinio curricolare, pari a 125 ore, al fine di far acquisire allo studente le competenze relative agli ambiti di un possibile futuro esercizio delle professionalità di ambito motorio-sportivo-adattativo.

Nella programmazione delle attività di tirocinio curricolare l'idea di fondo è quella del "fare" in situazione reale, ovvero dare centralità "all'esperienza" intesa, a partire dalla sua etimologia, come un processo. Il percorso formativo del tirocinio, accanto all'esperienza diretta, accompagnata da strumenti e tecniche di rilevazione (l'osservazione), comprende momenti di riflessione attraverso i quali gli studenti trasformano i dati in effettiva esperienza, in grado di collegare le operazioni quotidiane del fare professionale con domande che nascono da precedenti conoscenze quali studi, riflessioni e vissuti.

L'analisi dei numeri degli ambiti di tirocinio curricolare, liberamente scelti dagli studenti, offrono un'indicazione concreta sulle scelte delle esperienze professionali degli studenti di scienze motorie, spesso connesse con le opportunità lavorative attuali. Queste scelte, insieme ai feedback sulla preparazione teorica e

2 Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio del 18 dicembre 2006 relativa a Competenze chiave per l'apprendimento permanente (2006/962/CE); allegato Competenze Chiave per l'apprendimento Permanente — Un Quadro di Riferimento Europeo, L. 349, pp. 13-18.

pratica degli studenti forniti dai tutor aziendali, forniscono delle indicazioni in merito sugli argomenti che è opportuno trattare e approfondire durante il processo formativo universitario per preparare al meglio i giovani alle offerte del mondo del lavoro.

A tal fine sono stati analizzati 832 progetti formativi (PF) formalmente attivati nel periodo 1° settembre 2015- 10 dicembre 2019. Di questi:

- 236 (28%) attivati nell’ambito recupero funzionale post riabilitativo;
- 193 (23%) attivati nell’ambito fitness;
- 167 (20%) attivati nell’ambito sport di squadra;
- 110 (13%) attivati nel settore scolastico;
- 70 (8%) attivati nell’ambito sport individuali;
- 56 (7%) attivati nell’ambito management e disabilità.

Generalmente gli obiettivi formativi del PF sono stati l’osservazione della gestione della attività motorie e sportive, la relazione con gli allievi e la conduzione di alcune attività concordate e assistite dal tutor aziendale.

#### **4. Il riconoscimento delle qualifiche**

L’accesso al mercato del lavoro sportivo è facilitato dal fenomeno del volontariato ampiamente diffuso nei Paesi membri dell’Unione Europea (Ibsen, 2012). Il volontariato rappresenta un passaggio di difficile analisi non solo in termini di occupazione, ma anche per quel che riguarda il processo formativo e il riconoscimento professionale. L’aumento e la diversificazione dei servizi che le organizzazioni sportive offrono al pubblico fanno emergere alcuni problemi come il rapporto tra le competenze degli istruttori e le esigenze di coloro che usufruiscono dei servizi sportivi. Il dibattito su questo tema, una delle sfide più critiche per chi si occupa di formazione e impiego nel settore sportivo, è stato supportato da alcune ricerche finanziate dall’Unione Europea (EOSE, Vocasport, 2004; Euroseen, 2007; LLLSport Project, 2009) che hanno confermato la presenza di alcune lacune nella garanzia di qualità nei processi formativi, nella formazione permanente, nel riconoscimento della formazione informale e non formale. Nei vari Paesi dell’Unione Europea, la formazione relativa alle professioni dello sport viene impartita secondo quattro sistemi diversi, la cui importanza cambia a seconda dei Paesi. Tali sistemi sono diversificati in funzione degli Enti erogatori (provider), quali: università (European High Education area); organizzazioni sportive; enti governativi; associazioni di categoria.

Il principio fondamentale delle direttive comunitarie è quello del riconoscimento. In un settore non regolamentato come quello dello sport e delle attività motorie, il sistema generale di riconoscimento reciproco dei diplomi non è sufficiente, poiché incentrato sulle qualifiche e non sulla formazione e sull’esperienza. In quasi tutti i paesi dell’UE, la definizione e il riconoscimento delle qualifiche professionali sono di competenza delle parti sociali e avvengono in un processo avviato o approvato dai rispettivi Ministeri del lavoro e dell’occupazione. La situazione nel settore delle scienze motorie e sportive è più complessa, dato che solo in pochissimi Paesi esiste un vero e proprio dialogo sociale in questo settore.

Uno dei pilastri su cui poggia il nuovo sistema di riconoscimento dei crediti è dunque il concetto di competenza che è stato ampiamente trattato nei documenti comunitari e nei report nazionali nel tentativo di evidenziare la diversità dal concetto di conoscenza su cui si fonda il sistema ECTS (European Credit Transfer Sy-

stem). Nel dinamico settore dello sport la competenza può essere vista come la capacità di mobilitare progettualità in azioni concrete, rilevabili e osservabili.

Sono le competenze, quindi, a caratterizzare le qualifiche. Nel comune intento del riconoscimento delle qualifiche è necessario definire a monte quali siano le qualifiche e quali competenze esse richiedano. Pertanto ogni agenzia formativa è chiamata ad esaminare i propri percorsi formativi in relazione al mercato di riferimento.

Tra i numerosi progetti europei che hanno applicato le metodologie EQF e ECVET, il sistema nazionale italiano di qualifiche dei tecnici sportivi (SNaQ) appare distinguersi per la chiarezza del contesto in cui s'inserisce e per una struttura variabile che tiene conto delle organizzazioni di riferimento, caratterizzandole come le principali parti sociali e promuovendo così un efficace dialogo sociale (Altieri & Mantovani, 2013).

## Conclusioni

L'eterogeneità dei sistemi formativi e il diverso inquadramento normativo riflettono in modo positivo la capacità della formazione, specie quella professionale, di adattarsi a contesti nazionali, culturali e storici di ogni singolo Paese. Di contro, in settori non regolamentati, come il settore dello sport, è frequente il fenomeno di "iperformazione" o un gap tra offerta formativa e richieste del mondo del lavoro dominato da imprese molto piccole. Sembra che il passaggio a un'occupazione stabile si ha solo dopo un lungo processo d'integrazione alla "cultura" organizzativa specifica di questo ambiente e ai rapporti che si sviluppano al suo interno. Gli operatori formati attraverso percorsi formativi paralleli, ovvero erogati da diversi provider, raggiungono un'occupazione con maggiore facilità. Nei programmi di formazione è importante valutare, oltre ai contenuti chinesiologici, anche quelli pedagogici, fondamentali per gli aspetti educativi e formativi delle scienze motorie e sportive (Kirk & Haerens, 2014).

Nel rispetto identitario delle attività è bene ricordare che mentre l'educazione motoria dovrebbe essere proposta a tutti, indipendentemente dall'età, dal sesso, dai limiti o dalle qualità individuali, lo sport e il tempo libero sono una scelta personale e critica, che ciascuno dovrebbe effettuare al termine di una proposta e di un processo educativo di base, di un'educazione motoria polivalente che permetta di poter scegliere con cognizione di causa e poggiandosi su una base reale di esperienze plurime acquisite qualitativamente bene, quella che dovrà essere la propria dimensione motoria esistenziale ed, eventualmente, sportiva situazionale.

Come avviene per l'apprendimento del linguaggio, la costruzione delle competenze motorie deve avvenire da zero anni all'adolescenza, lasciando che poi ciascuno sia libero di scegliere ciò che fare della propria testa e del proprio corpo.

È opportuno che la programmazione e i contenuti di un'educazione al movimento permettano a ciascuno di crescere come persona "interfunzionale", "interdisciplinare" e "interrelazionale".

Una nuova e diversa politica delle attività motorio-sportive e del tempo libero non possono che essere la conseguenza di una politica delle attività motorie di base ed è soltanto al termine di una tale politica educativa, che si può iniziare una giusta politica dello sport e del tempo libero.

## Riferimenti bibliografici

- Altieri, A. & Mantovani, C. (2013). Il riconoscimento delle qualifiche nel settore dello sport. *SdS/Scuola dello Sport*, XXXII, 97.
- Arosio, F.M., Carbonelli, M., Gratta, L., Nuvoli, B., Perrotta, L. & Quattrociocchi, L. (2012). *I numeri sulla pratica dello sport, sull'attività fisica e sull'impiantistica sportiva in Italia*. TANGOS, GdL Statistiche (Area Sport e Società).
- Blezza, F. (2013). Un futuro di professione certificata. Innovazioni normative e responsabilità associative. *LLL*, 8, 22.
- Bull, F.C., Al-Ansari, S.S., Biddle, S., et al. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *Br J Sports Med*, 54: 1451–1462.
- Casolo, F. (2004). Dall'ISEF alle Scienze motorie. *Dirigenti Scuola*, n° 8, luglio-agosto, pp. 31-35.
- Cereda, F. (2008). *Il Personal Fitness Trainer nell'insegnamento dell'esercizio fisico preventivo: competenze tecniche e didattiche*. Milano: Sporting Club Leonardo da Vinci.
- Cereda, F. (2019). Teoria e prassi del tirocinio curricolare universitario scolastico per le scienze motorie e sportive. *Formazione e Insegnamento*, XVII-3s, 61-72.
- Di Nuovo, S. (2005). Nuovi parametri. In A. Perucca, (Ed.), *Le attività di laboratorio e di tirocinio nella formazione universitaria* (vol. I - pp. 131-146). Roma: Armando.
- Echevarri, M. & Chen, A.M.H. (2016). Educational Interventions for Culturally Competent Healthcare: Developing a Protocol to Conduct a Systematic Review of the Rationale, Content, Teaching Methods, and Measures of Effectiveness. *J Best Pract Health Prof Divers*, 9(1): 1160-1177.
- Eime, R.M., Young, J.A., Harvey, J.T., Charity, M.J. & Payne, W.R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for adults: informing development of a conceptual model of health through sport. *Int J Behav Nutr Phys Act*. Dec 7; 10: 135.
- Fuller, B.B. & Harding, F.V. (1994). *A survey of personal fitness trainers in the Greater Los Angeles area. Poster presented at the annual meeting of the Southwest*. Chapter American College of Sports Medicine, San Diego, November.
- Gilbert W. & Côté J. (2013). Defining coaching effectiveness: a focus on coaches' knowledge. In Gilbert W. (Ed.), *Handbook of sports coaching*. Londra: Routledge.
- Ibsen, B. (2012). *Human Resource Management for Volunteers in Sports Organisations in Europe*. Training4 Volunteers Project, University of Southern Denmark, Denmark.
- Kirk, D. & Haerens, L. (2014). New research programmes in physical education and sports pedagogy. *Sport, Education and Society*, 19, 7, 899-911.
- Malik, S.H., Blake, H. & Suggs, L.S. (2014). A systematic review of workplace health promotion interventions for increasing physical activity. *Br J Health Psychol*, Feb. 19(1): 149-80.
- Mantovani, C. (2015). Il sistema internazionale delle qualifiche dei tecnici sportivi (seconda parte). *SDS-Scuola dello sport*, XXXIV, 104, 9-18.
- Oja, P., Titze, S., Kokko, S., Kujala, U.M., Heinonen, A, Kelly, P., Koski, P. & Foster, C. (2015). Health benefits of different sport disciplines for adults: systematic review of observational and intervention studies with meta-analysis. *Br J Sports Med*. 2015 Apr; 49 (7): 434-40.
- Pieles, G.E., Horn, R. Williams, C.A. & Stuart, A.G. (2014). Paediatric exercise training in prevention and treatment. *Arch Dis Child*, Apr; 99 (4): 380-5.
- Swift, D.L., Johannsen N.M., Lavie C.J., Earnest C.P. & Church T.S. (2014). The role of exercise and physical activity in weight loss and maintenance. *Prog Cardiovasc Dis*. Jan-Feb; 56 (4): 441-7.
- Taylor, D. (2014). Physical activity is medicine for older adults. *Postgrad Med J*, Jan; 90(1059): 26-32.
- TNS opinion & social (2018). *Special Eurobarometer 472. Sport and physical activity Report*. European Union.
- Vicini, M. (2015). Il caso della Scuola primaria e oltre: il conflitto tra sport di Stato e pedagogia della persona. *Nuova Secondaria* - n. 6, XXXII, 45-52.

- Vuori, I.M., Lavie, C.J. & Blair, S.N. (2013). Physical activity promotion in the health care system. *Mayo Clin Proc.*, 88 (12): 1446-61.
- Warburton, D.E., Nicol, C.W., & Bredin, S.S. (2016). Health benefits of physical activity: The evidence. *CMAJ*, 174: 801-809.
- Zintz, T. (2013). *A new Alliance between Innovation/Employment/Education/University & Sport*. 26<sup>th</sup> Winter Universiade Trentino 2013 International conference, Rovereto (Tn).