

re con una X le voci pertinenti aggiungendo una breve descrizione relativa alle competenze che il tirocinante potrà conseguire

- Conoscenze culturali specifiche che il tirocinante potrà acquisire relative al settore in cui opera l'ente

Tecnica e didattica dell'attività fisica adattata

Tecnica e didattica dell'attività motoria per il benessere

- Conoscenze relative a scopi e strutture dell'ente che il tirocinante potrà acquisire
-
-
-

- Competenze progettuali/programmazione che il tirocinante potrà conseguire

Il tirocinante potrà conseguire conoscenze nello sviluppo di un progetto relativo all'attività motoria adattata ed individualizzata per bambini, giovani ed adulti, ginnastica correttiva, preventiva, adattata posturale e vertebrale, back school, ginnastica antalgica, attività motoria per persone con osteoporosi, attività motoria per anziani fragili, per anziani in forma, riattivazione da ipomobilità della terza età; AFA per malati di Parkinson in stabilità clinica, AFA per cancer survivor, AFA per non vedenti; inoltre programmazione e conduzione di attività di gruppo quali ginnastica dolce e Pilates.

- Competenze organizzative/gestionali che il tirocinante potrà conseguire

Gestione di un'ora di seduta che si articola con una prima parte di attivazione e intonizzazione, parte centrale in cui si sviluppa l'attività richiesta e parte finale di rilassamento; monitorando in ogni istante l'andamento e la risposta dell'utente.

- Competenze relazionali che il tirocinante potrà conseguire

Comprensione del diverso approccio da tenere con utenti di differenti fasce d'età: bambini, adulti, anziani.

- Competenze tecniche pertinenti alle attività dell'ente che il tirocinante potrà conseguire

Attività di Back School, metodo Alexander, metodo Feldenkrais, tecniche Mezières, metodo Williams, esercizi propriocettivi, Pilates, Bioginnastica, ginnastica medica, ginnastica respiratoria, educazione alla deambulazione, ginnastica compensativa posturale, ginnastica adattata vertebrale, AFA per malati di Parkinson in stabilità clinica, AFA per cancer survivor, AFA per non vedenti.

- Competenze di conduzione/didattiche che il tirocinante potrà conseguire

Conduzione di attività individualizzate e di gruppo nella loro progressione temporale, capacità di far fronte alle richieste e bisogni dell'utente con spirito critico essendo in grado di modificare l'attività in base alle esigenze.

- Competenze di valutazione che il tirocinante potrà conseguire

Test di valutazione della mobilità articolare e posturale iniziale, in itinere e finale

- Competenze di raccolta, rielaborazione dati ed esperienze che il tirocinante potrà conseguire

Raccolta dati dei test di stretching e posturali e rielaborazione con programma excel

- Altro

Suddivisione in ore e descrizione del progetto/i di tirocinio