

Finalità ed eventuali obiettivi o competenze che lo studente potrà conseguire

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

X Conoscenze culturali specifiche che il tirocinante potrà acquisire relative al settore in cui opera l'ente
Conoscenza del territorio e dello stile di vita della popolazione interessata al tirocinio

X Conoscenze relative a scopi e strutture dell'ente che il tirocinante potrà acquisire
Conoscenza dei vantaggi e benefici (forma fisica e salute) dell'attività motoria individuale e di gruppo tramite l'esercizio fisico in sala attrezzi, corpo libero, cammino e nordic walking

X Competenze progettuali/programmazione che il tirocinante potrà conseguire
Ideazione, progettazione e realizzazione di programmi di lavoro sia individuali che di gruppo per bambini, adulti e anziani inerenti l'attività fisica

X Competenze organizzative/gestionali che il tirocinante potrà conseguire
Contattare enti di promozione alla salute nel territorio, Comuni e scuole per reclutare persone adulte, anziani e bambini da coinvolgere in corsi di ginnastica posturale, cammino, nordic-walking, palestra fitness, organizzare corsi di piccoli gruppi; gestione del calendario degli appuntamenti delle lezioni individuali e di gruppo

X Competenze relazionali che il tirocinante potrà conseguire
Relazionarsi con l'utente o il gruppo durante le attività che l'ente propone; dare sempre nuovi stimoli, creatività e variabilità dell'esercizio con una parte di divertimento per evitare l'abbandono dell'attività fisica e riscontrare costanza e continuità

X Competenze tecniche pertinenti alle attività dell'ente che il tirocinante potrà conseguire
Competenze di gestione di gruppi, competenze tecniche sul cammino e sulla corretta postura da mantenere durante il cammino e l'esercizio fisico, competenze nel trasmettere la consapevolezza del proprio corpo durante gli esercizi volti ad un benessere generale dell'utente

X Competenze di conduzione/didattiche che il tirocinante potrà conseguire
Competenze di conduzione di una lezione comprendente un'attivazione iniziale di riscaldamento, una fase centrale di lavoro e una fase finale di stretching e defaticamento; competenze riguardanti una corretta didattica nell'insegnamento di una buona tecnica di cammino, conoscenza di tecniche e strategie per evitare e correggere eventuali errori.

X Competenze di valutazione che il tirocinante potrà conseguire
Competenze riguardanti il livello iniziale di fitness, il grado di acquisizione del movimento e della tecnica, il livello finale di fitness con test specifici;

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

o Altro

Suddivisione in ore e descrizione del progetto/i di tirocinio

Si chiede di descrivere l'esperienza o le tipologie di esperienza che si propongono agli studenti (è possibile presentare più progetti).

A titolo esemplificativo per un progetto di 50 ore si possono prevedere 10 ore di documentazione, osservazione, discussione con il tutor e gli operatori coinvolti (*descrivere l'attività*); 30 ore a seguito del tutor (*descrivere l'attività*); 10 ore direttamente con l'utenza (*descrivere l'attività*).

Titolo (eventuale) fitness (sala attrezzi); ginnastica posturale individuale e di gruppo; nordic walking individuale e di gruppo

documentazione n. ore 5 descrizione: discussione con il tutor del lavoro che si andrà a svolgere: preparazione della tabella degli esercizi da svolgere in sala attrezzi, personalizzata al soggetto che parteciperà all'attività in base alla propria conformità fisica e alle limitazioni funzionali; preparazione e discussione degli esercizi posturali da applicare durante le lezioni di ginnastica posturale; preparazione della lezione e individuazione del luogo di svolgimento della lezione di nordic walking

osservazione n. ore 20 descrizione: osservazione del lavoro del tutor durante l'attività pratica per apprendere le varie attività

progettazione n. ore 5 descrizione: progettazione autonoma di una tabella e/o di una lezione con le varie fasi di riscaldamento, svolgimento dell'attività fisica, defaticamento e stretching

conduzione tutorata n. 10 ore descrizione: conduzione di lezioni individuali e di gruppo con applicazione di quanto progettato con supervisione del tutor, stesura di test funzionali iniziali e finali

rielaborazione n. 10 ore descrizione: rielaborazione dei test funzionali iniziali e finali con relazione e conclusione finale di quanto appreso e valutato durante il progetto.

Eventuali progetti più specifici possono essere descritti con il modello allegato A

CLASSI DI ETÀ DI RIFERIMENTO DELL'UTENZA

bambini

giovani

adulti

anziani

NUMERO ORE di TIROCINIO richieste

25; 50; 75; 100; 125; _____ (più di 125 solo per Lauree Magistrali ma comunque multipli di 25)

NUMERO STUDENTI

Indicare il numero di studenti che siete disponibili ad accogliere durante l'anno 10

Il numero massimo di tirocinanti che possono contestualmente essere ospitati in relazione al numero di dipendenti è regolato dal DM 142 del 25/03/1998 (art. 1):

Aziende con non più di 5 dipendenti a tempo indeterminato, un tirocinante;

aziende con un numero di dipendenti compreso tra sei e diciannove, non più di due tirocinanti contemporaneamente;

con più di venti dipendenti a tempo indeterminato, tirocinanti in misura non superiore al dieci per cento dei suddetti dipendenti contemporaneamente.