

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
Linee guida internazionali per la progettazione e la conduzione di programmi di esercizio fisico per il potenziamento muscolare in soggetti giovani ed adulti/anziani sani
Tecniche da campo per la misura della forza massima
- o Conoscenze relative a scopi e strutture dell'ente che il tirocinante potrà acquisire
- X Competenze progettuali/programmazione che il tirocinante potrà conseguire
Progettazione di programmi esercizio fisico per il potenziamento muscolare in soggetti giovani ed adulti/anziani sani
- X Competenze organizzative/gestionali che il tirocinante potrà conseguire
Organizzazione logistica e conduzione diretta di un programma di attività della durata complessiva di 9 mesi, con sedute bisettimanali e di attività di valutazione in un gruppo soggetti sani
- X Competenze relazionali che il tirocinante potrà conseguire
 - Interazione coi colleghi in un gruppo di lavoro
 - Interazione con gli utenti
 - o X Competenze tecniche pertinenti alle attività dell'ente che il tirocinante potrà conseguire
 - Raccolta ed analisi dati
 - o X Competenze di conduzione/didattiche che il tirocinante potrà conseguire
 - Conduzione attività di gruppo con l'utilizzo di pesi liberi e bilanceri e gli esercizi base della pesistica olimpica
 - o X Competenze di valutazione che il tirocinante potrà conseguire
 - Tecniche da campo per la misura della forza
 -
 - o X Competenze di raccolta, rielaborazione dati ed esperienze che il tirocinante potrà conseguire
 - o Raccolta ed analisi dati

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*).

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

Titolo Allenamento alla forza e in giovani ed adulti/anziani sani

Documentazione: n. ore 15 descrizione ricerca bibliografica

Osservazione: n. ore 15 descrizione partecipazione da osservatore all'attività di raccolta dati su campo ed all'attività di conduzione di un programma di lavoro per giovani ed adulti/anziani sani

Progettazione: n. ore 20 descrizione organizzazione dell'attività e dei momenti di valutazione

Conduzione tutorata: n. ore 90 conduzione attività in palestra e raccolta misure di forza

Rielaborazione: n. ore 10 descrizione analisi dati

CLASSI DI ETA' DI RIFERIMENTO DELL'UTENZA

bambini

giovani

adulti

anziani

NUMERO ORE di TIROCINIO richieste

25; 50; 75; 100; 125; 150 (125 per triennale e 150 per magistrali)

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.

Firma tutor aziendale e Timbro dell'ente



Allegato A (allegato facoltativo. Da utilizzare nel caso l'ente voglia indicare eventuali progetti più specifici)

Descrizione dettagliata del progetto di tirocinio