

# IMPARARE CON LO SPORT

## ALLENATI PER IL TUO FUTURO

*In collaborazione con un Istituto Universitario Di Scienze Motorie*

*Progetto di Alternanza Scuola Lavoro ideato e redatto da:*

Davide Belcastro, Matteo Di Giambattista, Damiano Ricciardolo, Patrizio Rosso, Lorenzo Zampini

### Presentazione

Il progetto Imparare con lo Sport – Allenati per il tuo futuro ha l'obiettivo di coinvolgere gli studenti in un progetto di Alternanza Scuola Lavoro dedicato all'ambito sportivo che prevede l'approfondimento di due specifici ambiti: quello **sportivo** e quello **fisioterapico**.

Il progetto si divide in due sezioni: un primo **teorico** al quale segue uno **pratico**.

In entrambe le fasi docenti di Corsi di Laurea in Scienze Motorie contribuiscono al progetto illustrando le peculiarità del percorso universitario e quindi facendo sperimentare, con simulazioni, i vari sbocchi lavorativi.

Il programma si articola in **otto incontri**, per un totale di **44 ore**.

### Fase 1

Il progetto prende il via con una giornata dedicata a lezioni teoriche tenute da specialisti del campo fisioterapico. Prendono parte al progetto esperti in fisioterapia e osteopatia che illustrano la **carriera accademica ideale** e le **specifiche mansioni**.

Nella seconda parte della giornata gli **studenti**, attraverso video guida e dimostrazioni pratiche curate da professionisti, **sperimentano le varie professioni**.

Nei giorni seguenti il progetto prosegue con lezioni teoriche di istruttori nazionali di diversi sport e nel pomeriggio gli studenti vengono suddivisi in gruppi e guidati dagli istruttori nella realizzazione di piani di allenamento.

### Fase 2

La seconda fase del progetto prevede un'attività esperienziale nella quale gli studenti seguono gli esperti a lavoro ed entrano nel vivo della materia.

I primi due giorni sono dedicati ad apprendere le basi della professione; mentre negli ultimi due giorni i ragazzi si affiancano agli istruttori per fare esperienza sul campo.

L'obiettivo è quello di approfondire la materia e quindi acquisire solide basi per il futuro ciclo di studi (post maturità).

## **Il Programma**

### **FASE 1**

**Luogo:** Istituto Universitario Di Scienze Motorie

**Orario:** 10:30-16:30

**Giorno 1 - Cos'è la fisioterapia:** Lezioni teoriche di fisioterapia tenute da esperti. 6 ore

**Giorno 2 - Perché nasce la fisioterapia:** Video guida esplicativi e dimostrazioni pratiche. 6 ore

**Giorno 3 - L'importanza dello sport:** Lezioni teoriche tenute da istruttori nazionali. 6 ore

**Giorno 4 - Come si insegna lo sport:** Video guida esplicativi e progettazione delle dinamiche sportive.

### **FASE 2**

**Luogo:** Centro fisioterapico/sportivo

**Orario:** 10:30-15:30

**Giorno 1 - Il lavoro del fisioterapista:** Esperienza sul campo con gli esperti. 5 ore

**Giorno 2 - Mettere in pratica le tecniche acquisite:** Gli specialisti guidano agli studenti. 5 ore

**Giorno 3 - Si entra in campo:** Gli studenti affiancano gli istruttori per un giorno. 5 ore

**Giorno 4 - Istruttore per un giorno:** Gli studenti sono chiamati ad elaborare un piano di allenamento. 5 ore

Riproduzione vietata ai sensi di legge (art. 171 della legge 22 aprile 1941, n. 633)