

**“PIANO NAZIONALE DI RIPRESA E RESILIENZA (PNRR) – MISSIONE 4 “Istruzione e ricerca”
COMPONENTE 1 “Potenziamento dell’offerta dei servizi all’istruzione: dagli asili nido all’Università”
INVESTIMENTO 1.6 “Orientamento attivo nella transizione scuola-università”**

Progetto “Consapevolmente” (2022 – 2026) - CUP J81I23000150006
Anno scolastico 2023 – 2024

**Titolo del percorso di orientamento
BIO10 - Sport e Medicina: un binomio vincente**

Destinatari: studenti e studentesse delle terze, quarte e quinte classi degli Istituti secondari di 2° grado

Numero alunni coinvolti: massimo 20 studenti per gruppo

Durata complessiva del percorso di orientamento: 15 ore

Articolazione: 3 moduli

Inizio attività: novembre 2023

Fine attività: agosto 2024

MODULO A

Conoscenza delle scelte post-diploma, dalla formazione superiore all’inserimento nel mondo del lavoro

A cura di: Esperti di elevata qualificazione

Durata del laboratorio: 2 ore

Modalità di erogazione: In presenza/on line. Orario da concordare con i referenti dei corsi

Sede: presso la sede del Dipartimento/Istituto scolastico

Abstract

Il modulo di orientamento è incentrato sui temi più importanti della scelta post-diploma: dall’inserimento nel mondo del lavoro alle diverse possibilità di proseguimento della formazione (corsi universitari, parauniversitari, ITS ...). Offrirà ai partecipanti la possibilità di conoscere e riflettere su tutte le scelte future da intraprendere anche grazie all’utilizzo di un approccio critico e di strumenti di auto-orientamento.

Obiettivi

Il modulo si pone l’obiettivo di accrescere la consapevolezza dei partecipanti sull’importanza di creare un proprio percorso di carriera, affrontando la differenza tra competenze e conoscenza, attitudini e valori personali.

Metodologie, strumenti, sistemi di lavoro utilizzati

Presentazioni in Power Point - Giochi dinamici di gruppo.

Articolazione del Modulo:

L’attività si svolgerà in due incontri di 1 ora.

MODULO B

Esperienza di didattica disciplinare attiva, partecipativa e laboratoriale, orientata dalla metodologia di approccio allo studio delle discipline scientifiche

A cura di: Dipartimento di Scienze Biomediche, Odontoiatriche e delle Immagini Morfologiche e Funzionali

Durata del laboratorio: 8 ore

Modalità di erogazione: In presenza, orario da concordare con il docente referente

Sede: Policlinico Universitario, Dipartimento BIOMORF

Abstract del laboratorio

Lo sport riveste un ruolo fondamentale nel mantenimento del benessere dell'organismo e di uno stile di vita attivo, contribuendo alla prevenzione delle più diffuse malattie croniche. Per fare sport in modo sicuro è opportuno sottoporsi a una visita medico-sportiva annuale per valutare lo stato di forma e l'assenza di controindicazioni alla pratica sportiva.

Obiettivi

Descrivere le modalità con cui viene effettuata la valutazione funzionale dell'atleta agonista e non agonista e mettere in luce l'importanza della Medicina dello Sport come strumento di prevenzione e di promozione della salute attraverso l'esercizio fisico.

Metodologie, strumenti, sistemi di lavoro utilizzati

Il laboratorio si focalizza su un breve inquadramento teorico sulla fisiologia dello sport e sulle principali caratteristiche della Medicina dello Sport; a seguire, viene discussa l'analisi delle fasi in cui consiste la visita medico-sportiva e vengono evidenziati gli aspetti principali della valutazione funzionale dello sportivo agonista e non agonista, con particolare riferimento agli apparati cardio-circolatorio, respiratorio e osteo-articolare. La parte pratica viene eseguita direttamente in ambulatorio, con esempi reali e modalità interattiva con i discenti.

Articolazione del Laboratorio

L'ambulatorio si articola in diverse postazioni, ognuna con una funzione specifica. Tra i vari strumenti utilizzati per la valutazione dell'atleta vi sono tavola ortottica, spirometro, elettrocardiografo, cicloergometro, podometro.

Docente referente

Prof.ssa Elisa Ruello, Tel. 0902212665, E-mail: eruello@unime.it

MODULO C

Consolidamento delle competenze trasversali per la costruzione del proprio progetto di sviluppo formativo e professionale

A cura di: Psicologi Università degli Studi di Messina ed esperti di elevata qualificazione

Durata del laboratorio: 5 ore

Modalità di erogazione: In presenza, orario da concordare con i referenti dei corsi

Sede: presso la sede del Dipartimento/Istituto scolastico

Abstract

Consolidamento delle competenze trasversali (problem solving, decision making, autostima e autoefficacia) per la costruzione del progetto di sviluppo formativo e professionale. Tale modulo si configura come un percorso di orientamento ideato con l'intento di promuovere l'autoanalisi delle proprie caratteristiche e facilitare l'esplorazione, attraverso il gruppo, di tutte quelle dimensioni che possono sostenere lo studente nella progettazione del suo futuro.

Obiettivi

- acquisire consapevolezza del proprio sé e delle proprie aspirazioni accademico/professionali
- definire quali sono le risorse più utili da investire per raggiungere un obiettivo accademico/lavorativo
- favorire l'acquisizione di strategie di decision making e problem solving.

Metodologie, strumenti, sistemi di lavoro utilizzati

Le attività facenti parte del modulo saranno realizzate sotto forma di esperienza laboratoriale.

Durante gli incontri saranno svolte attività sia individuali che in gruppo. Il lavoro si baserà sull'esperienza diretta che i partecipanti realizzeranno attraverso esercitazioni, giochi, momenti di riflessione e discussione.

Metodologie/strumenti: Presentazioni in Power Point - Uso di Questionari validati scientificamente - Giochi dinamici di gruppo - Brainstorming - Materiale cartaceo.

Articolazione del Laboratorio

Le attività, della durata complessiva di 5 ore, si svolgerà in un unico incontro.