



ALLENIAMOCI AL LAVORO! COME L'ATTIVITA' SPORTIVA PUO' SVILUPPARE LA MIA OCCUPABILITA'?

**Percorso per le competenze trasversali e per l'orientamento
a.s. 2024/2025**

PERIODO DI SVOLGIMENTO

Gennaio – Giugno 2025

Gli incontri avranno luogo in presenza nella Scuola aderente o in appoggio a strutture sportive sul territorio.

TOTALE DELLE ORE PREVISTE

20 ore

NUMERO DEI POSTI DISPONIBILI

25 (indicativamente una classe)

TERMINI DI PRESENTAZIONE DELLE CANDIDATURE

-

TUTOR AZIENDALE UCSC

Prof. Chiara D'Angelo (Coordinatore didattico master "Sport e Intervento Psicosociale")

La parte organizzativa è curata dall'Ufficio Orientamento e recruitment.

SCOPO

Sviluppare l'occupabilità (intesa come la potenzialità di trovare un posto di lavoro e di muoversi in maniera efficace all'interno del mercato lavorativo) degli studenti e delle studentesse attraverso una proposta sportiva.

OBIETTIVI

Conoscere e ri-conoscere sé stessi, le proprie competenze e aree di miglioramento partendo dall'esperienza sportiva e dalla riflessione che ne segue.

Cogliere all'interno del momento sportivo dinamiche e vissuti che possono essere propri dell'esperienza lavorativa.

METODOLOGIA

La proposta parte sempre dall'attività sportiva, che verrà co-costruita adhoc con le scuole. Le possibilità sono:

- **Mattinate sportive** presso strutture **esterne** (es. arrampicata; picketball, orienteering, pattinaggio su ghiaccio, vela, ecc...). L'organizzazione operativa (luogo, personale sportivo, spostamento) e la copertura economica è a carico dell'Istituto Scolastico.
- **Ore di educazione motoria curricolari** co-organizzate con il docente.

Al termine di ogni attività sportiva ci sarà una riflessione in classe rispetto a quali temi e dimensioni emerse si possano ritrovare nel mondo del lavoro, per arrivare a costruire, al termine del percorso, la “Carta di Identità dell’Occupabilità” (in modalità cartacea o video, l’idea è quella di far sperimentare i ragazzi nella creazione di un CV alternativo, che possa mettere in luce le competenze soft che possiedono e in che contesti formali, informali e non formali le hanno sviluppate; ma anche le aree di miglioramento e come pensano di lavorarci nei prossimi anni)

PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ

	Tema	Durata e luogo
Incontro introduttivo	Presentazione del progetto e rappresentazione di sport e di mondo del lavoro	2 ore Università Cattolica
Lezione n. 1	Proposta sportiva Riflessione in aula	2 ore + 1 ora Istituto Scolastico/Struttura sportiva esterna
Lezione n. 2	Proposta sportiva Riflessione in aula	2 ore + 1 ora Istituto Scolastico/Struttura sportiva esterna
Lezione n. 3	Proposta sportiva Riflessione in aula	2 ore + 1 ora Istituto Scolastico/Struttura sportiva esterna
Lezione n. 4	Proposta sportiva Riflessione in aula	2 ore + 1 ora Istituto Scolastico/Struttura sportiva esterna
Lezione n.5	Proposta sportiva Riflessione in aula	2 ore + 1 ora Istituto Scolastico/Struttura sportiva esterna



UNIVERSITÀ
CATTOLICA
del Sacro Cuore

Incontro finale	Presentazione delle CI dell'Occupabilità e chiusura progetto	3 ore Università Cattolica
----------------------------	--	-------------------------------

Se la proposta sportiva dovesse concretizzarsi in *MATTINATE SPORTIVE ESTERNE* ci immaginiamo 3 momenti da 5 ore (4 di sport e 1 di riflessione) per arrivare alle 15 ore di EDUCAZIONE MOTORIA CURRICOLARE di cui sopra (5 momenti da 2 ore di sport e 1 di riflessione).