

RELAZIONE FINALE STAGE STUDENTE ATLETA TUTORATO

Studente: **classe** **indirizzo**.....

Per i tirocini degli studenti sportivi tutorati la normativa attualmente in vigore recita come segue:

“Oggetto di valutazione delle attività di alternanza scuola lavoro dello studente atleta sarà il testo in forma di relazione di tirocinio che sarà realizzato dallo studente-atleta tenendo conto dei seguenti aspetti:

- 1) Riflessione sui contenuti della programmazione sportiva: suddivisione in periodi di preparazione generale, programmazione delle fasi;
- 2) L'allenamento: descrivere ed analizzare un allenamento cercando di comprendere le scelte di un allenatore in termini di obiettivi, gradualità e tempi degli esercizi (con spiegazioni degli esercizi più importanti specificandone gli obiettivi principali, le serie, le ripetizioni ed i recuperi);
- 3) Parte tecnica: analisi della disciplina sportiva dal punto di vista delle capacità motorie e dei meccanismi energetici utilizzati;
- 4) Conclusione: perché faccio questo sport e quali sono stati i miglioramenti in campo tecnico e psicologico che ho ottenuto nel tempo (analisi delle proprie qualità motorie, delle consapevolezza dell'impegno negli allenamenti, della volontà di miglioramento, della capacità di concentrazione alle gare e delle capacità organizzative personali);
- 5) Obiettivi sportivi per le stagioni successive.”

La relazione va consegnata al docente di Italiano della propria classe, che la valuterà.

L'elaborato potrà essere riutilizzato anche in occasione del Colloquio orale dell'Esame di Stato.