MANUALE BOUNCEBACK
PER I FORMATORI

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Il supporto della Commissione Europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un avallo dei contenuti, che riflettono solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni ivi contenute

Titolo del progetto

BOUNCEBACK - Sviluppare un approccio all'apprendimento innovativo per facilitare l'integrazione di atleti veterani/in pensione nel mondo del lavoro, degli affari e dell'imprenditorialità

Acronimo del progetto

BOUNCEBACK

Programma

Programma Erasmus+ dell'Unione Europea: KA2 - Cooperazione per l'innovazione e lo scambio di buone pratiche / KA204 - Partenariati strategici per l'educazione degli adulti

Numero del progetto

2020-1-HU01-KA204-078804

Durata del progetto

1.10.2020 - 30.9.2022

Autori e partner di progetto

Autore: Militos Consulting SA (Partner del progetto - Grecia)

Contributori:

Università di Pannonia (coordinatore del progetto – Ungheria)

A.S.D Società Sportiva Lazio Karate (Partner di progetto – Italia)

AEK Athletic Club ((partner del progetto – Grecia)

Club universitario e studentesco di atletica leggera di Veszprém (VEDAC) (Partner del progetto – Ungheria)

RnDO Limited (Partner del progetto – Cipro)

Sito web del progetto:

www.bouncebackathletes.eu

Copyright Creative Commons Attribution ShareAlike CC BY-SA 4.0 International license

INDICE

PARTE 1: Atleti veterani – Trasferimento di competenze in una nuova carriera professionale 5

Life and work-life after the sports career: The importance of skills transferability 5

Supportare gli atleti veterani come “studenti”: il tuo ruolo di formatore 6

PARTE 2: Introduzione alla formazione Bounceback 8

Approccio metodologico 8

Panoramica della piattaforma di formazione Bounceback 11

Come registrarsi e utilizzare la piattaforma 16

PARTE 3: Modulo 1 (programma della lezione) 24

PARTE 4: Modulo 2 (programmi delle lezioni) 29

PARTE 5: Modulo 3 (programma della lezione) 35

CARO FORMATORE

Questo manuale è stato sviluppato dalla partnership del progetto Bounceback come complemento alla formazione online Bounceback per lo sviluppo professionale di atleti veterani e in pensione dopo la loro carriera sportiva. È stato pensato per aiutare i formatori a:

- Comprendere gli obiettivi e l'approccio metodologico dell'offerta di formazione Bounceback per gli atleti veterani e in pensione;
- Progettare e fornire corsi di formazione per supportare gli atleti veterani e in pensione nella transizione verso il mercato del lavoro o il mondo dell'imprenditorialità, con l'aiuto del materiale di formazione fornito online;
- Adattare l'offerta formativa Bounceback per supportare gli atleti attivi in qualsiasi fase della loro carriera nella pianificazione del loro sviluppo professionale dopo lo sport.

COSA FORNISCE QUESTO MANUALE?

Il manuale introduce i formatori all'approccio pedagogico Bounceback e al concetto principale alla sua base, ovvero la trasferibilità e il carattere trasversale delle competenze acquisite dagli atleti nel corso della loro carriera sportiva, e come queste possono essere identificate e applicate ad un nuovo percorso professionale o idea imprenditoriale.

Il manuale offre una panoramica dei tre moduli della piattaforma di formazione online e una guida per ciascuno di essi, integrata da proposte di programmi di lezioni (programmi di lezioni), nonché suggerimenti per migliorare l'esperienza di apprendimento.

A CHI SI INDIRIZZA IL MANUALE?

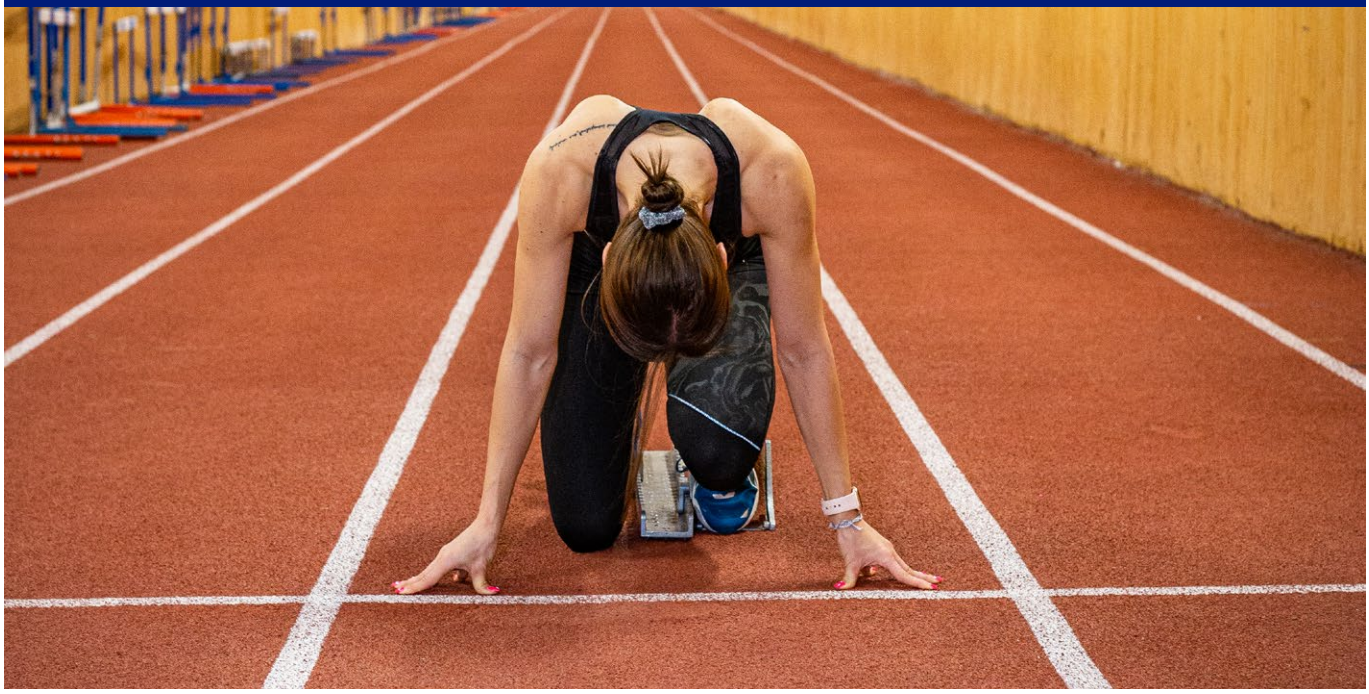
Il manuale è pensato per i formatori sia nella sfera dello sviluppo professionale sia nell'ambito dell'istruzione/formazione per adulti, per le organizzazioni e attori pertinenti nell'istruzione formale, non formale e informale, per i consulenti imprenditoriali e le organizzazioni che supportano lo sviluppo imprenditoriale, per i club sportivi e le organizzazioni o federazioni sportive che forniscono o desiderano fornire supporto allo sviluppo professionale dei propri membri e atleti, attivi o in pensione.

La partnership del progetto Bounceback

PARTE 1:

Atleti veterani – Trasferimento di competenze in una nuova carriera professionale

Vita e lavoro dopo la carriera sportiva: l'importanza della trasferibilità delle competenze



L'UE deve agevolare gli atleti veterani nei loro sforzi per utilizzare le competenze acquisite nella loro carriera sportiva in modo da avere successo in altri settori dell'economia come imprenditori o dipendenti. Finora le istituzioni dell'UE non sono riuscite a sostenere, coordinare o integrare l'azione degli Stati membri per quanto riguarda la transizione graduale degli atleti d'élite dopo il ritiro dal settore sportivo al lavoro (autonomo) e/o all'imprenditorialità in altri settori. Ciò che manca, finora dagli sforzi dell'UE, è una strategia su misura per le esigenze degli atleti che possa insegnare loro come "tradurre" le abilità e le competenze che hanno sviluppato nel settore sportivo in abilità e competenze che possono essere applicate in settori selezionati in cui gli atleti veterani hanno il maggior potenziale di successo come dipendenti o imprenditori.

Gli atleti veterani hanno un notevole potenziale per prosperare negli affari e nell'imprenditorialità. L'insieme delle competenze trasversali (o trasferibili) che hanno acquisito durante la loro carriera sportiva ha avuto un impatto formativo sulla loro personalità, che a sua volta può diventare cruciale per impostare, mantenere ed espandere una carriera di successo in diversi settori. Competenze trasferibili come leadership e spirito di squadra, orientamento agli obiettivi e determinazione, per citarne alcuni, sono fondamentali per costruire una carriera professionale o il successo imprenditoriale. D'altra parte, questo insieme di competenze - sebbene si presenti come uno "stile di vita" per gli atleti - manca dell'orientamento appropriato per essere tradotto in competenze professionali e imprenditoriali. Quindi, c'è un anello mancante; un processo di formazione che fungerà da mediatore e facilitatore per gli atleti, al fine di riorientare le competenze trasversali già disponibili, insieme a competenze aggiuntive specifiche per il business e portarli al livello di attori imprenditoriali. È esattamente questo approccio che caratterizza l'offerta di formazione Bounceback come concepita e sviluppata.

Supportare gli atleti veterani come "studenti": il tuo ruolo di formatore

L'offerta di formazione Bounceback è stata sviluppata per rispondere alle esigenze di cui sopra, offrendo un'opportunità di formazione agli atleti veterani come discenti nel trasferimento di competenze a nuove realtà professionali. Metodologicamente, la disposizione è stata sviluppata per corrispondere a **tre diverse modalità di formazione supportate da uno o più formatori:**

- Faccia a faccia (formatore/i e studenti svolgono sessioni di formazione in presenza)
- Formazione mista (apprendimento in presenza misto ad apprendimento a distanza supportato da formatore/i)
- Formazione completamente virtuale (completamente online, apprendimento a distanza supportato da formatore/i)

L'apprendimento da autodidatta è anche previsto, per gli atleti veterani che desiderano e possono studiare il materiale di allenamento da soli. Tuttavia, si raccomanda vivamente che l'apprendimento sia supportato da uno o più formatori, che fornisca/no agli studenti le linee guida, gli incentivi e le indicazioni necessarie per trarre il massimo vantaggio dalla loro esperienza di apprendimento.

Alcuni concetti e metodologie pedagogiche, inclusa la comprensione di un insieme di competenze trasversali, potrebbero scoraggiare gli atleti veterani che volessero gestire il processo di apprendimento da autodidatti, senza tuttavia rendere inefficace questo approccio di apprendimento.

L'apprendimento autodidattico potrebbe quindi essere raccomandato principalmente agli atleti veterani, che abbiano precedenti esperienze come discenti in contesti di istruzione formale o non formale durante la loro carriera (IFP, istruzione degli adulti, istruzione terziaria o altro).

In tutte e tre le modalità previste, il ruolo e l'approccio del formatore o dei formatori dovrebbero essere i seguenti:

a) Considerare gli atleti veterani come adulti che cercano costantemente di diventare più maturi e autodeterminanti come individui, portando con sé esperienze di vita e di lavoro, competenze, proprie visioni del mondo e desideri di apprendimento che corrispondono a obiettivi specifici, cioè a delle necessità di acquisire attitudini, conoscenze, mentalità e strumenti che li aiuteranno a concepire e realizzare un percorso professionale dopo la loro carriera sportiva

b) Approcciare il processo di formazione e apprendimento come un processo che incoraggia la crescita personale, facilita lo sviluppo del senso di prospettiva, nonché la fiducia e l'autonomia

c) Approcciarsi al materiale di formazione Bounceback come ad un aiuto nello sviluppo di scelte (professionali ed eventualmente personali) consentendo molti modi di pensare e di fare (educazione con obiettivi ampi), piuttosto che un modo (indottrinamento con obiettivi ristretti) o il modo "giusto" (formazione tradizionale, di solito non per adulti con obiettivi ristretti).

PARTE 2

Introduzione alla formazione Bounceback

Approccio metodologico

La formazione Bounceback, come offerta nella piattaforma di formazione online Bounceback, è il risultato sia di una ricerca consistente in materia di interventi già disponibili e applicati per supportare lo sviluppo professionale degli atleti veterani, sia di ricerche primarie svolte dai partner del progetto in Ungheria, Italia e Grecia. I risultati sono stati analizzati per rendere l'approccio di formazione a portata di mano.

I partner di Bounceback, con il supporto di insegnanti e formatori esperti, hanno identificato un insieme di soft skill e attitudini (7 assi), che sembrano trovarsi all'intersezione di competenze che gli atleti hanno acquisito nel corso della loro carriera sportiva, e competenze che sono considerate cruciali per sviluppo professionale o imprenditoriale. Ciò è stato possibile in quanto ci siamo approcciati, attraverso le nostre attività di ricerca, sia agli atleti veterani, sia ad imprenditori, professionisti e datori di lavoro. Di seguito è riportato il mix di competenze trasversali emerso dalle nostre attività di ricerca primaria e secondaria.

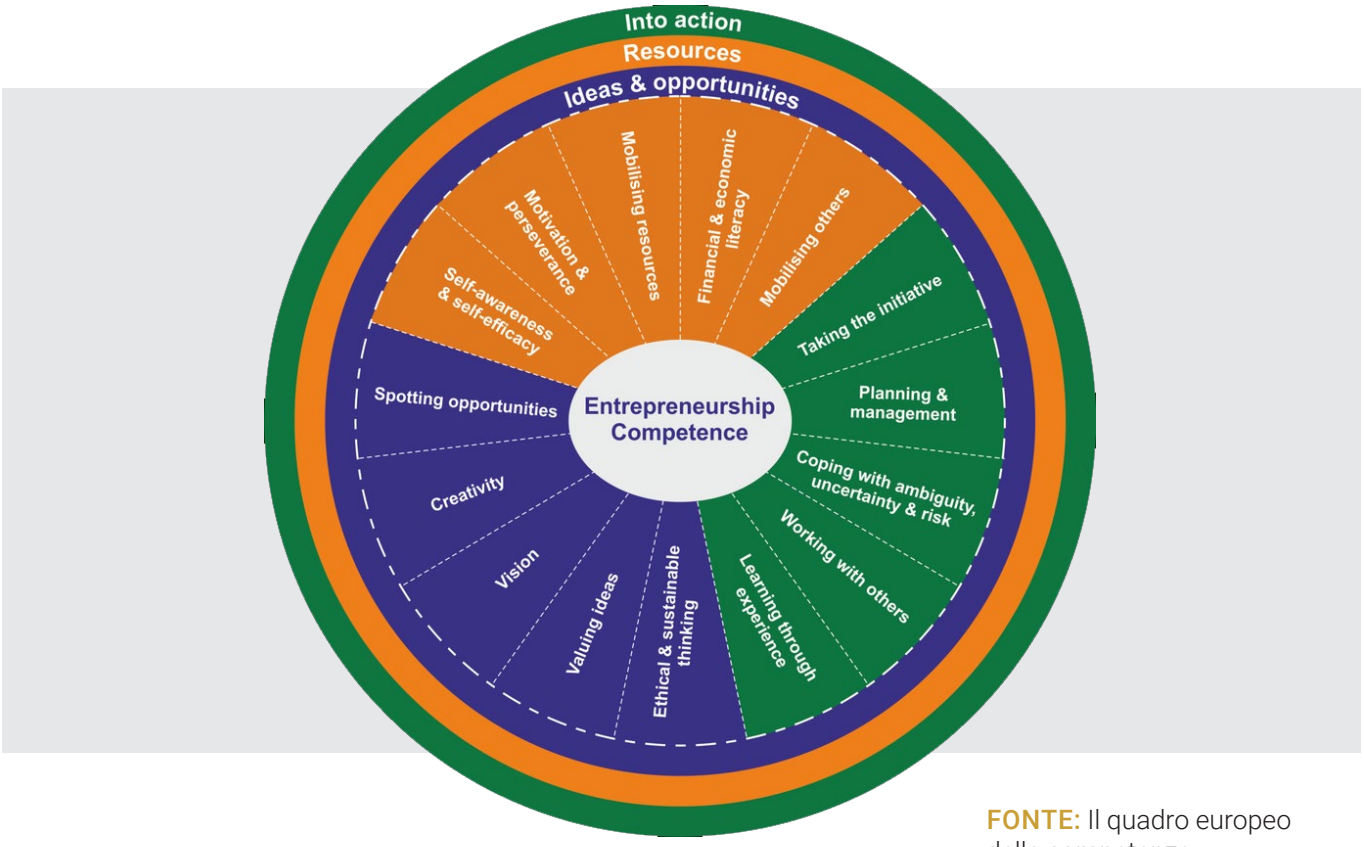
Chiamiamo questo mix "il profilo Bounceback", basato su specifiche abilità e competenze trasversali, che gli atleti veterani sono pronti e ispirati ad acquisire con l'aiuto della formazione Bounceback.

Il profilo Bounceback

Creativo
Resiliente
Giocatore di squadra
Leader
Organizzatore
Risolutore di problemi
Imprenditore

A un livello ulteriore, e per collegare metodologicamente la formazione Bounceback con i quadri esistenti per lo sviluppo professionale e imprenditoriale a livello dell'UE, abbiamo collegato le competenze del profilo Bounceback con le tipologie delle competenze trasversali, come esplicato dal quadro EntreComp dell'UE. Alcuni formatori tra di voi potrebbero già avere familiarità con questo framework, ma anche in caso contrario, ci sono già sufficienti informazioni a riguardo nella piattaforma di formazione online nella parte introduttiva del Modulo 2. Per maggiori informazioni sul quadro EUs EntreComp, visionare **questa pagina.**.

Il quadro EntreComp



FONTE: Il quadro europeo delle competenze imprenditoriali (EntreComp)

Panoramica della piattaforma di formazione Bounceback

La piattaforma di formazione Bounceback è composta da 3 Moduli, sequenziati in modo metodologico specifico. Tutti i moduli sono orientati ad attività concrete. Il processo di apprendimento è costituito da riflessione, esplorazione delle proprie esperienze e attitudini, ispirazione e cambiamento di mentalità, facilitato dai rispettivi esercizi in vari formati (scelta multipla, narrazione, dichiarazioni di opinione, pianificazione e visualizzazione, ecc.). Tutte le attività nei moduli sono presentate nel seguente formato: ad es. M1T4=Modulo 1, Attività n.4).

Di seguito puoi trovare informazioni sugli obiettivi generali di ciascuno dei 3 moduli, mentre nelle parti 3, 4 e 5 del manuale troverai percorsi di formazione suggeriti (programmi di lezione) per tutte le attività dei moduli 1-3.

Module 1- Before the games

Gli studenti hanno l'opportunità di esplorare sé stessi nel tempo presente, ma anche di entrare in contatto con le proiezioni di se stessi nel futuro, non solo in termini di vita professionale e di lavoro, ma anche nella vita personale, familiare, interessi e aspirazioni, il loro "sé di apprendimento" e il loro sé sociale.

Con l'aiuto dello strumento del match-making tool BOUNCEBACK, gli studenti hanno la possibilità di farsi un'idea iniziale di come il loro profilo basato sulle competenze, percepito da loro come individui, si abbini con ampi settori economici, in cui potrebbero esplorare un profilo professionale o carriera imprenditoriale.

Più avanti, lo strumento di matchmaking mostra loro quanto è vicino o lontano il loro profilo dal profilo BOUNCEBACK come un mix di attitudini e abilità (creativo, resiliente, giocatore di squadra, leader, organizzatore, risolutore di problemi e imprenditore come mentalità generale), che sarebbe il punto di partenza di una carriera di successo, dopo lo sport.

Impareranno anche due tipi di mentalità, la mentalità fissa e la mentalità di crescita, e come si relazionano con la propria personalità, o il cambiamento che probabilmente desidererebbero apportare quando si avviano verso una nuova impresa professionale. Vengono anche esplorate le percezioni degli studenti di fallimento e successo, ma anche punti di forza, di debolezza, opportunità e minacce.

Il modulo 1 contiene 14 attività in totale, tenendo conto degli aspetti come dimostrato sopra.

Module 2 - Riscaldamento! – Prepararsi

Il processo di apprendimento per entrambi i moduli 2 e 3 fornisce esercizi per ciascuna competenza

Come nel caso del modulo 1, i moduli 2 e 3 sono orientati alle attività pratiche. Le competenze affrontate sono presentate come materie di apprendimento, come si evince dai diversi esercizi che devono essere svolti dagli studenti. Come vedrai nella tabella del Modulo 2 e nella rispettiva tabella del Modulo 3 più avanti, questi modelli di apprendimento vengono applicati per le abilità evidenziate nelle tabell:

ESERCIZI DI APPRENDIMENTO INDUTTIVO:

Gli studenti sono invitati a presentare le proprie concezioni, conoscenze di base e, soprattutto, esperienze legate a una competenza specifica così come la comprendono. Questo è solitamente indicato nella piattaforma con **Il tuo turno!**

ESERCIZI DI APPRENDIMENTO PER INPUT:

Agli studenti viene fornito nuovo materiale, ovvero caratteristiche e competenze di una persona che si ritiene sia in grado di applicare la competenza in questione. Questo è solitamente indicato nella piattaforma con il messaggio **Il nostro turno!**

ESERCIZI DI APPRENDIMENTO PER L'IMPLEMENTAZIONE:

Gli studenti sono ora pronti a commentare e riflettere sul proprio contributo, rispetto al materiale fornito loro. Valutano le loro percezioni delle competenze sperimentate nelle loro carriere sportive, o al di là di esse, rispetto ai nuovi aspetti e informazioni riguardanti tali competenze.

ESERCIZI DI APPRENDIMENTO INTEGRATIVO:

Gli esercizi di apprendimento integrativo sono cruciali per entrambi i moduli 2 e 3 in quanto danno l'opportunità agli studenti di sintetizzare conoscenze ed esperienze in modi che facilitino il trasferimento delle competenze acquisite nella carriera sportiva in un contesto professionale o imprenditoriale. Questi sono presentati come **La mia idea n. 1 - n. 6** in entrambi i moduli 2 e 3. Come noterai sulla piattaforma di formazione, il modulo 2 inizia chiedendo agli studenti di presentare un'idea professionale o imprenditoriale prima di fare qualsiasi altra cosa. Questa idea iniziale viene quindi elaborata, modificata, ottimizzata ogni volta che si concludono attività induttive, di input e di implementazione per una o più competenze.

Dopo aver concluso il Modulo 1, gli studenti procedono con i Moduli 2 e 3. Questi moduli dovrebbero essere considerati integrati, poiché trattano direttamente alcune competenze corrispondenti all'intersezione della tipologia di competenze EntreComp con il profilo Bounceback in 3 aree (Idee e opportunità – Risorse – In azione). Nella tabella seguente puoi vedere nella colonna di sinistra le aree EntreComp come presentate in due diverse Unità del Modulo 2, ognuna delle quali affronta un insieme di competenze che corrispondono a ciascuna di queste aree. Sull'asse orizzontale puoi vedere le competenze e le attitudini del profilo Bounceback (7). Puoi vedere i segni di spunta in ogni caso, che mostrano quale competenza corrisponde a quale dei 7 assi del profilo Bounceback.

Nell'Unità 1, la formazione si concentra su due competenze (evidenziate), mentre le restanti 3 (non evidenziate) fanno parte del processo di apprendimento, ma non utilizzano lo stesso approccio metodologico delle competenze precedenti. L'Unità 1 affronta le competenze nell'area Idee e opportunità.

In modo simile, nell'Unità 2, la formazione si concentra su 3 abilità (evidenziate), mentre la restante (non evidenziata) fa parte del processo di apprendimento allo stesso modo dell'Unità 1. L'Unità 2 affronta le competenze nell'area di Risorse.

Modulo 2 - Riscaldamento! - Prepararsi								
	Profiilo/ competenze Bounceback	Creativo	Resiliente	Giocatore di squadra	Leader	Organizzatore	Risolutore di problemi	Imprenditore
UNITÀ 1 – Idee e opportunità	**Creatività**	✓						
	Visione	✓						
	Opportunità di avvistamento							
	Valorizzare le idee							
	Pensiero etico e sostenibile							
UNITÀ 2 - Risorse	**Motivazione e perseveranza**		✓					
	Mobilitare gli altri			✓	✓			
	Mobilitazione delle risorse	✓						
	Consapevolezza di sé e autoefficacia							

Modulo 3 - Nello spogliatoio - Entrare in campo

I Nel Modulo 2 gli studenti sono stati invitati a intraprendere un viaggio creando la propria storia – la loro storia di sviluppo professionale – mettendo su carta la loro idea su come immaginano e desiderano procedere professionalmente nella vita dopo la loro carriera sportiva. Il modulo 3 si occupa delle competenze necessarie nel campo dell'attuazione di un percorso professionale o imprenditoriale. Si trattano 5 competenze, corrispondenti al profilo Bounceback come puoi vedere nella tabella sottostante. Il processo di apprendimento segue la stessa metodologia del Modulo 2 (attività di apprendimento induttivo, di input, di implementazione, integrazione). Per quanto riguarda le attività di apprendimento di integrazione, agli studenti che hanno elaborato l'esercizio di integrazione La mia idea quattro volte (La mia idea n. 1 - n. 4), nel Modulo 3 viene loro chiesto di riprendere il processo integrando nuove conoscenze su competenze specifiche altre due volte (La mia Idea n. 5 e n. 6).

Infine, in un'Unità conclusiva, gli studenti sono invitati a:

1. Rivisitare lo strumento di matchmaking che hanno usato per fornire le risposte nel Modulo 1 e fallo ancora una volta per confrontare i risultati.
2. Svolgere il test che hanno svolto alla fine del Modulo 2, questa volta tenendo conto dei loro progressi e di ciò che hanno fatto finora in entrambi i Moduli 2 e 3, valutando il loro grado di soddisfazione e i benefici da ciò che hanno scoperto e imparato.

Modulo 3 - Nello spogliatoio - Entrare in campo

	Profilo Bounceback/ Competenze	Creativo	Resiliente	Giocatore di squadra	Leader	Organizzatore	Risolutore di problemi	Imprenditore
UNITÀ 1 - In azione!	**Pianificazione e gestione**				✓	✓		
	Leadership				✓	✓		✓
	Lavorare con gli altri			✓				
	Affrontare l'ambiguità, l'incertezza e il rischio		✓					✓
	Risoluzione dei problemi						✓	

Come registrarsi e utilizzare la piattaforma

La struttura della piattaforma

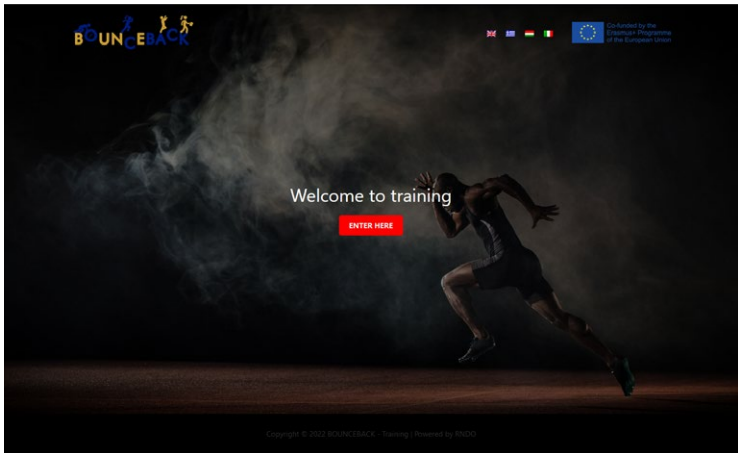


Immagine 1: la landing page della piattaforma di formazione

L'URL della piattaforma elettronica che supporta la formazione è https://training.bouncebackathletes.eu (immagine 1).

ENTER HERE

Per accedere alla piattaforma elettronica premere il pulsante rosso ENTER HERE

Come mostrato nella landing page la piattaforma è offerta in 4 lingue EN, EL, HU, IT.

Accesso e registrazione

Per registrarsi e accedere ai contenuti della piattaforma, l'utente deve seguire questi passaggi:

1. Fare clic su "ENTRA QUI/ENTER HERE" (pulsante ROSSO sul lato centrale della pagina di destinazione - vedere l'immagine 1).

2. Si aprirà la pagina successiva con la struttura offerta dei moduli (menu a sinistra). Vedi immagine 2.

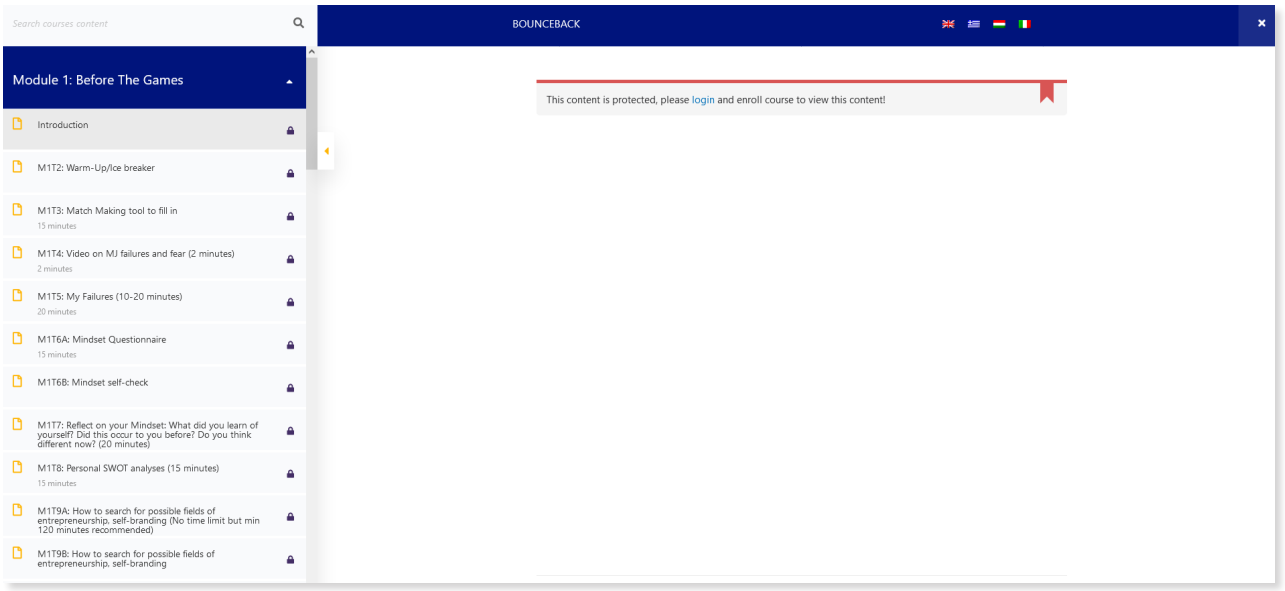


Immagine 2: *passaggio 2: la pagina del menu*

3. Clicca su "log in" (Immagine 3)

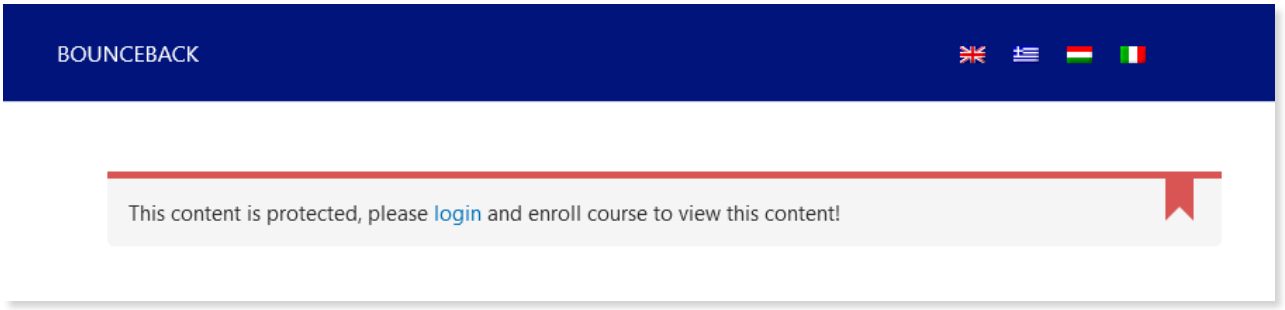


Immagine 3: *clicca su log in*

4 Poi clicca su “Register” (registrati) in fondo alla pagina (Immagine 4).

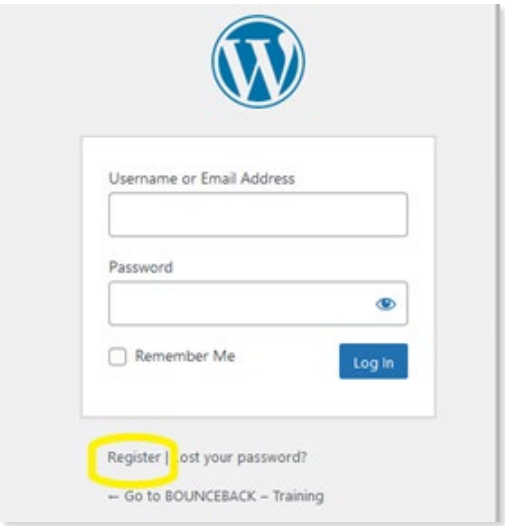


Immagine 4: *Clicca su register / registrati*

5 5. L’utente deve inserire un nome utente preferito e un indirizzo e-mail valido. Quindi fare clic su “Registrati” (Immagine 5).

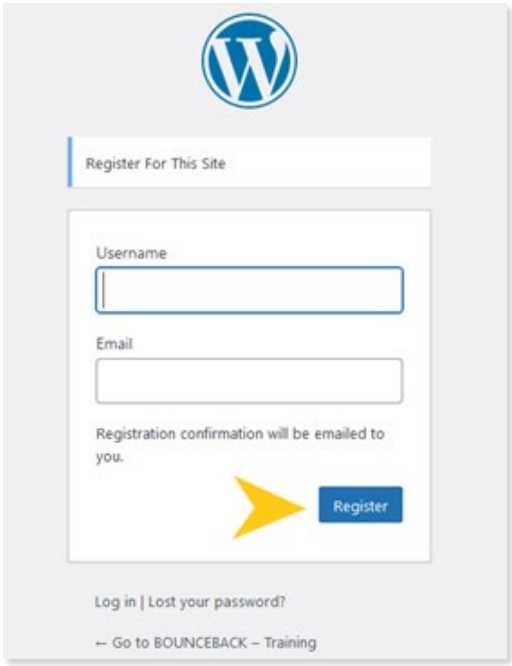


Immagine 5: *La pagina di registrazione*

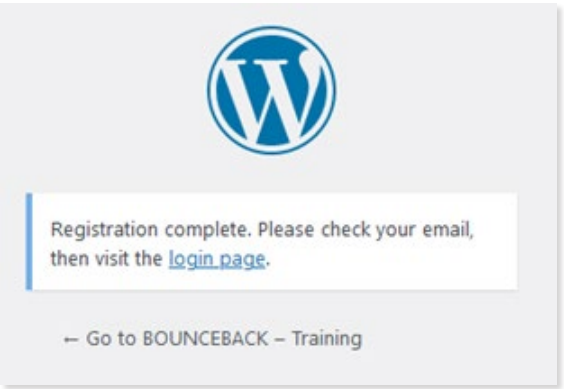


Immagine 6i: *registrazione completata*

6 L’utente riceverà un’e-mail di conferma automatica (Immagine 6i). Fare clic sul primo link contenuto nel testo del corpo dell’e-mail (Immagine 6ii).

Immagine 6ii: *email di conferma*

7 nserisci il link per impostare la tua password. Viene suggerita/generata una password per te e puoi conservarla oppure puoi inserire quella che preferisci e premere “Salva password” (Immagine 7i: Impostazione password)

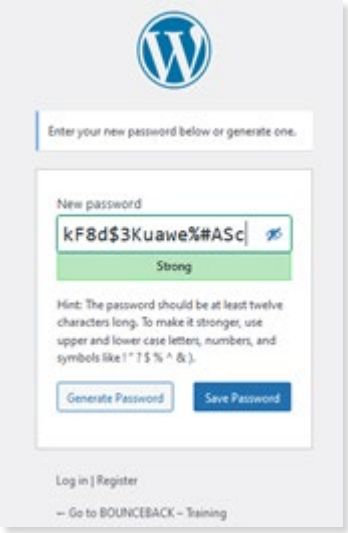


Immagine 7i: *password impostata*

Una volta che il sistema ti informa sulla password impostata e fai clic su “Accedi” (Immagine 7ii: Password OK)

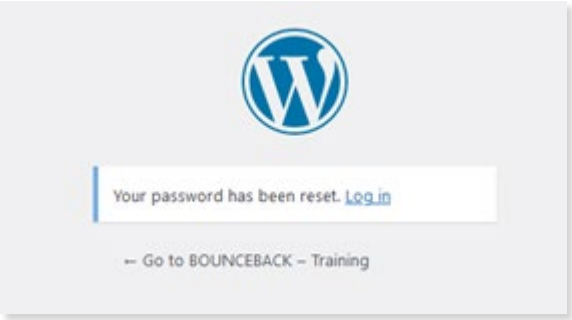


Immagine 7ii: *Password OK*

8 Verrai reindirizzato alla pagina di accesso per inserire il tuo nome utente o indirizzo e-mail e password (Immagine 8) per accedere. Se stai effettuando l’accesso da un PC/laptop sicuro, ti consigliamo di selezionare l’opzione Ricordami su questo PC.

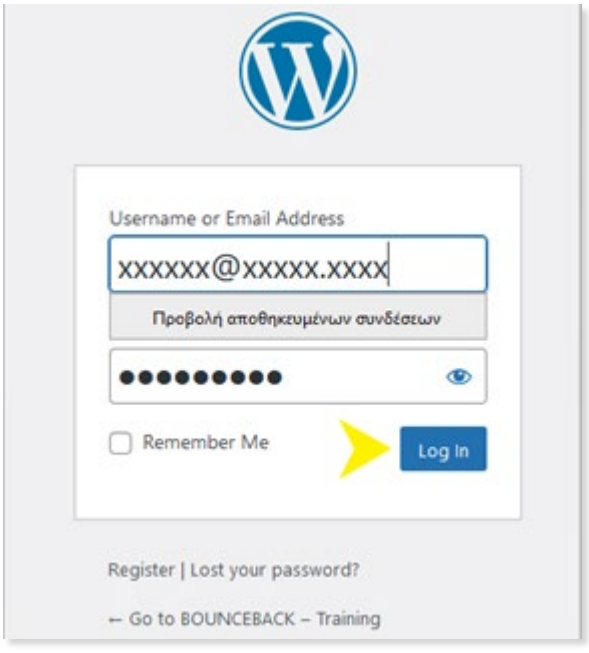


Figura 8: *inserisci nome utente e password e accedi*

Navigando nel corso

Una volta che l'utente ha effettuato l'accesso alla piattaforma, viene visualizzata una pagina con i corsi a cui l'utente può iscriversi (Immagine 9). Clicca su "Continua".

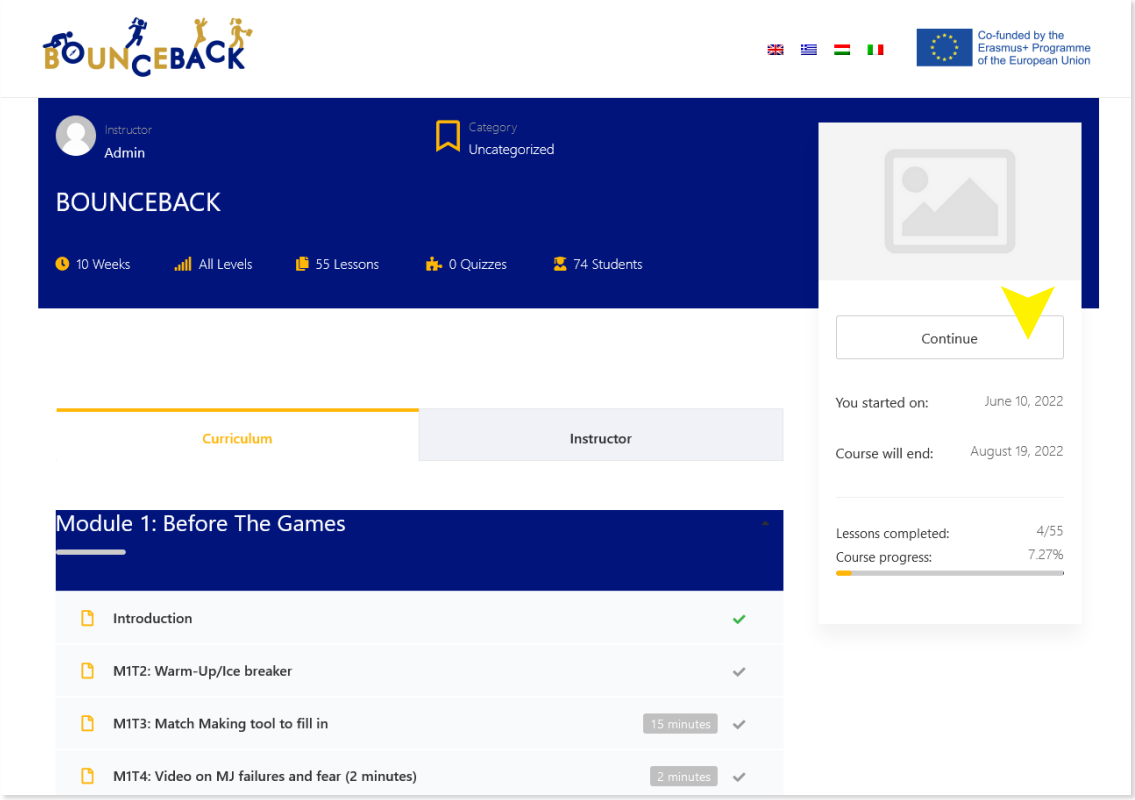


Figura 9: *La pagina dei corsi*

L'utente verrà indirizzato alla pagina introduttiva del corso (Immagine 10)

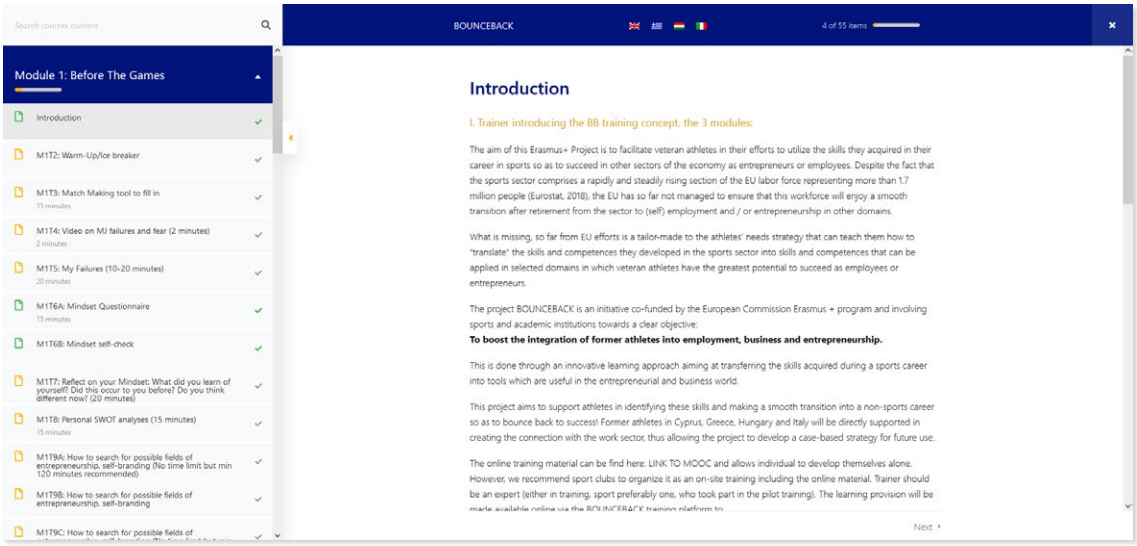


Immagine 10: *Pagina introduttiv*

Nella parte inferiore di ogni pagina del corso c'è il pulsante completo. Una volta cliccato, appare una finestra di conferma, che chiede agli utenti di confermare (Immagine 11). Quindi lo stato di avanzamento dello studio viene visualizzato sulla barra di avanzamento, in alto a destra della pagina.

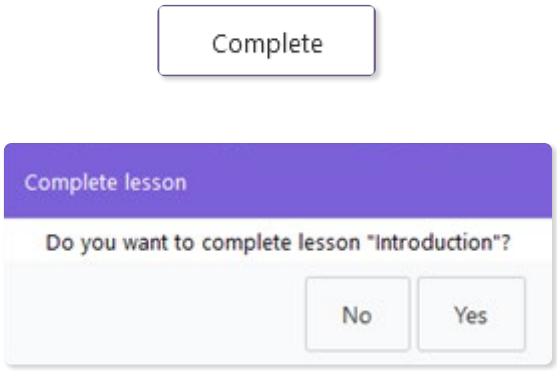


Immagine 11: *il pulsante "Completa"*

Durante lo studio, il menu dei contenuti a sinistra può essere nascosto, cliccando sulla freccia gialla (Immagine 12).

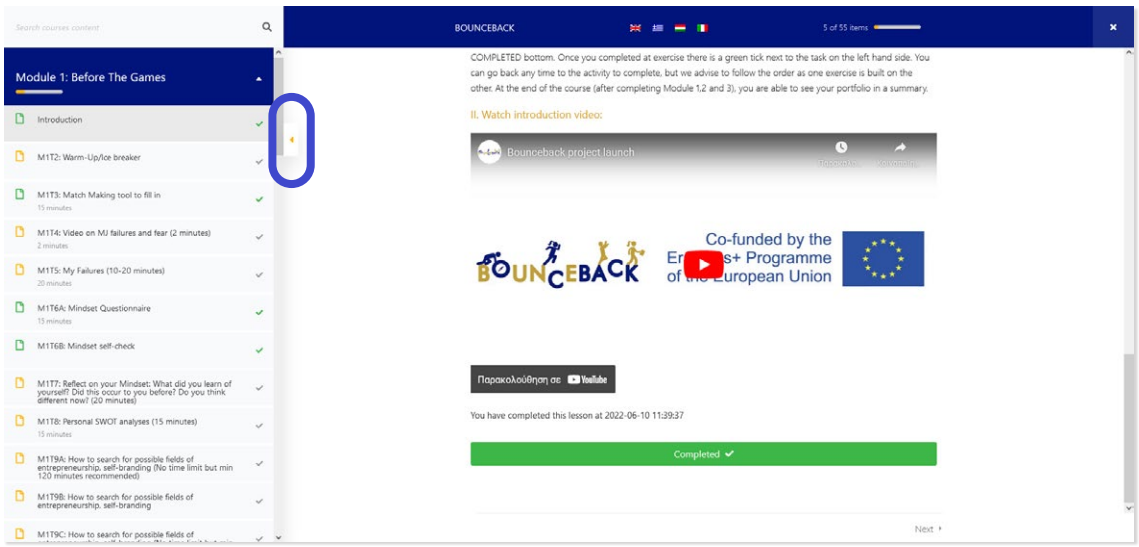


Immagine 12: *Nascondere il menu*

Esistono due modalità di navigazione alternative: o dal menu, oppure cliccando i pulsanti “Avanti” e “Precedente” (immagine 13) in fondo a ogni pagina del corso.

Immagine 13: *pulsanti Precedente-Successivo*

NOTA:
la piattaforma elettronica è disponibile anche (immagine A) sulla pagina web del progetto [qui.]

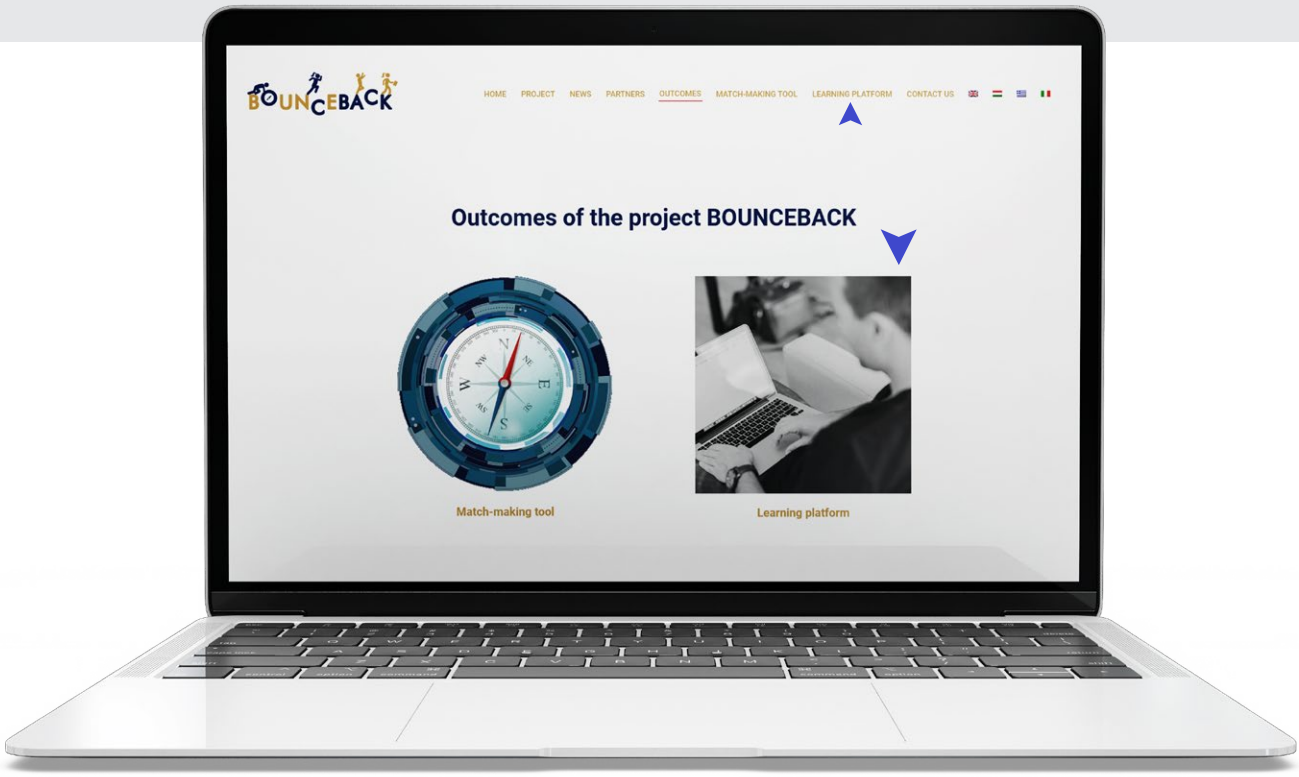


Immagine A: *la pagina RISULTATI della piattaforma di apprendimento che indirizza l’utente alla piattaforma elettronica*

PARTE 3:

Modulo 1 (programma della lezione)

Nel Modulo 1 gli studenti devono svolgere 12 esercizi (inclusi altri esercizi secondari in alcuni di essi). Nella tabella seguente puoi trovare un programma della lezione suggerita che include:

- Temi chiave di apprendimento tra attività o gruppi di attività
- Breve descrizione e risultati di apprendimento attesi
- Suggerimenti per i formatori in sessioni di formazione faccia a faccia, miste e completamente online

Ti consigliamo di studiare la piattaforma di apprendimento, fianco a fianco con il programma della lezione suggerita, per poter adattare i tuoi piani di lezione effettivi alle esigenze dei tuoi studenti. Ogni attività può essere eseguita completamente online, utilizzando i modelli della piattaforma e la funzionalità Salva e invia. La durata suggerita delle attività è fornita per ciascuna attività nella colonna del menu a sinistra della piattaforma.

Le durate indicative delle attività sono disponibili nella piattaforma online. In termini di durata, puoi suddividere le attività in più sessioni in base alle esigenze e alla disponibilità degli studenti di volta in volta, a seconda anche della modalità di formazione (faccia a faccia, mista, completamente online). Come puoi vedere nella piattaforma, alcune attività richiedono molto tempo da parte degli studenti. Pertanto, considerando il carico di lavoro complessivo del Modulo 1, si consiglia di svolgerlo in non meno di 3 giorni di formazione, di almeno 4 ore ciascuno.

Esercizi	Tema chiave	Descrizione/risultati di apprendimento	Suggerimenti per il formatore		
			Sessioni faccia a faccia (e suggerimenti generali)	**Sessioni miste**	**Sessioni online complete**
Video introduttivo	Informazione Generale.	Comprendere gli obiettivi del progetto	• Presentarsi come formatore, e spiegare gli obiettivi principali della formazione. • Lascia che gli studenti si presentino l'un l'altro.	• Presentarsi come formatore, e spiegare gli obiettivi principali della formazione. • Lascia che gli studenti si presentino l'un l'altro (si suggerisce di farlo faccia a faccia)	• Presentarsi come formatore, e spiegare gli obiettivi principali della formazione. • Incoraggiare gli studenti ad avere le loro macchine fotografiche accese ea presentarsi a breve.
M1T2	Presentare gli studenti l'uno all'altro.	Ruota della vita: entrare in contatto con aspirazioni per il futuro in diversi ambiti della vita	• discussioni di gruppo che elaborano le dichiarazioni fornite. Identifica coloro tra i tuoi studenti online che sono disposti e si sentono più a loro agio nel partecipare ad ambienti fase-a-faccia.	• Discussioni di gruppo che elaborano le dichiarazioni fornite. Incoraggia gli studenti a uscire quando sono online per parlare delle proprie affermazioni. Non chiedere a tutti gli studenti di parlare online.	• discussioni di gruppo che elaborano le dichiarazioni fornite. • Identifica coloro tra i tuoi studenti online che sono disposti e si sentono più a loro agio nel partecipare agli ambienti online e incoraggiali
M1T3	Riflettere sulla situazione presente e futura desiderata	Comprendere il potenziale di trasferibilità delle competenze ai settori professionali con l'aiuto dello strumento di match-making	• Con l'aiuto di alcuni risultati indicativi ricevuti dai discenti, evidenziare la natura delle abilità specifiche come trasferibili.	• Lo strumento di match-making può essere spiegato faccia a faccia e assegnato come compito a casa. Effettuare quindi discussioni online individuali o di gruppo sui risultati.	• Effettuare discussioni online individuali o di gruppo sui risultati. Per facilitare il processo online, si suggerisce di fornire preventivamente una panoramica dello strumento in una sessione online preparatoria.
M1T4 – M1T5	Trasferibilità delle competenze	Identificare i propri atteggiamenti nei confronti del fallimento e riflettere su di essi	• Parlare dei propri fallimenti mette le persone a disagio. Incoraggiali parlando dei tuoi fallimenti percepiti.	• Parlare dei propri fallimenti mette le persone a disagio. Incoraggiali parlando dei tuoi fallimenti percepiti.	• Parlare dei propri fallimenti mette le persone a disagio. Incoraggiali parlando dei tuoi fallimenti percepiti.
M1T6A+B – M1T7	Teoria della mentalità	Identificare la propria mentalità e capire che non è fissa e può essere modificata.	• Evidenziare il potenziale di cambiamento delle mentalità. La percezione iniziale degli studenti è che una mentalità fissa sia un tratto negativo. Ispirare gli studenti a pensare alle mentalità in termini di abilità che possono essere acquisite e guidarli verso una mentalità di crescita.	• Evidenziare il potenziale di cambiamento delle mentalità. La percezione iniziale degli studenti è che una mentalità fissa sia un tratto negativo. Ispirare gli studenti a pensare alle mentalità in termini di abilità che possono essere acquisite e guidarli verso una mentalità di crescita. • Questo processo è più efficace nelle sessioni faccia a faccia, mentre le attività possono essere completate online.	• Evidenziare il potenziale di cambiamento delle mentalità. La percezione iniziale degli studenti è che una mentalità fissa sia un tratto negativo. Ispirare gli studenti a pensare alle mentalità in termini di abilità che possono essere acquisite e guidarli verso una mentalità di crescita. • Per far "vivere" gli studenti in un ambiente online quando si parla di mentalità, è possibile formare due gruppi di studenti (rispettivamente con mentalità fissa e di crescita) e lasciare che si scambino opinioni

Esercizi	Tema chiave	Descrizione/risultati di apprendimento	Suggerimenti per il formatore		
			Sessioni faccia a faccia (e suggerimenti generali)	**Sessioni miste**	**Sessioni online complete**
M1T8	Comprendere il modello SWOT a livello personale	Identificare i propri punti di forza, debolezza, opportunità e minacce insieme alle aspirazioni future	• Evidenzia i punti di forza! Ciò che gli studenti affermano come "bravi in" può essere utilizzato per attenuare i punti deboli e limitare l'effetto delle minacce.	• Consentire agli studenti di svolgere attività online e tenere una sessione faccia a faccia per discutere i risultati	• Spiega come funziona il modello SWOT. Prepara un esempio da mostrare online prima che gli studenti svolgano le attività
M1T9A-D	Autopromozione, autopresentazione, individuazione di ambiti e opportunità professionali attraenti	Gli studenti acquisiscono familiarità con le pratiche e le fonti di autopromozione, incluso lo sviluppo di CV e l'uso dei social media e delle risorse online a supporto dello sviluppo professionale.	• Gli esercizi richiedono tempo da parte degli studenti. Si suggerisce di essere svolto come compito a casa, consentendo comunque la comunicazione online per linee guida e supporto.	• Svolgere una sessione faccia a faccia per spiegare cosa ci si aspetta dagli studenti. • Mostra esempi di CV Europass	• Svolgere la sessione preparatoria per spiegare cosa ci si aspetta. Puoi creare un gruppo online con i formatori per scambiare informazioni e supporto.
M1T10	Creazione profilo imprenditoriale	Capacità di sintesi su aspirazioni e punti di forza verso un previsto futuro imprenditoriale.	• Fornire feedback in merito all'inclusione o all'omissione di affermazioni, tratti, aspirazioni fornite dagli studenti durante le attività svolte finora. Identificali ed evidenziali.	• Fornire feedback in merito all'inclusione o all'omissione di affermazioni, tratti, aspirazioni fornite dagli studenti durante le attività svolte finora. Identificali ed evidenziali.	• Fornire feedback in merito all'inclusione o all'omissione di affermazioni, tratti, aspirazioni fornite dagli studenti durante le attività svolte finora. Identificali ed evidenziali.
M1T11A-F	Il concetto di "eroe" come figura sportiva che è riuscita ad avere successo dopo la carriera sportiva	Ottenere ispirazione da altri atleti per identificarsi.	• Evidenziare l'importanza degli atteggiamenti presentati, piuttosto che il fatto che provengono da personaggi "eroici" che hanno gestito qualcosa di straordinario.	• Evidenziare l'importanza degli atteggiamenti presentati, piuttosto che il fatto che provengono da personaggi "eroici" che hanno gestito qualcosa di straordinario.	• Evidenziare l'importanza degli atteggiamenti presentati, piuttosto che il fatto che provengono da personaggi "eroici" che hanno gestito qualcosa di straordinario.
M1T12A+B	Strategia dell'oceano rosso e blu nel mondo degli affari e dell'imprenditorialità	Comprendere gli atteggiamenti e i modi di pensare nello sviluppo aziendale e professionale, attingendo ai concetti della strategia Red and Blue.	• Incoraggiare gli studenti a pensare a un'idea imprenditoriale reale o immaginaria come esempio per applicare i concetti di strategia rossa e blu. Possono anche utilizzare l'idea imprenditoriale o l'esperienza passata di qualcun altro.	• Le attività possono essere svolte entrambe esclusivamente online. Si raccomanda tuttavia di tenere discussioni faccia a faccia una per una o di gruppo per l'attività M1T12B (l'analisi della concorrenza).	• Prepare an example to guide learners to carry out the tasks. 2-3 cases from the learners (on a voluntary basis) can be the subject of an online session.

Esercizi	Tema chiave	Descrizione/risultati di apprendimento	Suggerimenti per il formatore		
			Sessioni faccia a faccia (e suggerimenti generali)	**Sessioni miste**	**Sessioni online complete**
M1T13	Il concetto di successo	Gli studenti comprendono l'impatto del successo, riflettendo e presentando i modi in cui gestiscono e gestiscono personalmente il successo, nonché come misurano il successo	• In questo compito puoi invitare gli studenti a riflettere sulle loro affermazioni in M1T4 e M1T5 sul concetto di fallimento. • Promuovi discussioni su come misurare il fallimento, ad esempio. La domanda scatenante potrebbe ad esempio essere: possiamo parlare di successi e fallimenti assoluti o ci sono sfumature di entrambi i concetti in tutti i nostri obiettivi e nei rispettivi risultati?	• In questo esercizio puoi invitare gli studenti a riflettere sulle loro affermazioni in M1T4 e M1T5 sul concetto di fallimento. • Promuovi discussioni su come misurare il fallimento, ad esempio. La domanda scatenante potrebbe ad esempio essere: possiamo parlare di successi e fallimenti assoluti o ci sono sfumature di entrambi i concetti in tutti i nostri obiettivi e nei rispettivi risultati?	• In questo compito puoi invitare gli studenti a riflettere sulle loro affermazioni in M1T4 e M1T5 sul concetto di fallimento. • Promuovi discussioni su come misurare il fallimento, ad esempio. La domanda scatenante potrebbe ad esempio essere: possiamo parlare di successi e fallimenti assoluti o ci sono sfumature di entrambi i concetti in tutti i nostri obiettivi e nei rispettivi risultati?
M1T14	Fine del modulo - Riflessione	Agli studenti viene chiesto di identificare i punti da asporto del Modulo 1 rispetto al loro modo di pensare dopo il completamento.			
Nota: in tutte le attività gli studenti possono SALVARE e INVIARE il proprio lavoro.					

PARTE 4:
MODULO 2 (PROGRAMMI DELLE LEZIONI)

Nel Modulo 2 gli studenti devono svolgere 12 esercizi principali (inclusi esercizi secondari per alcuni di essi). Nella tabella seguente puoi trovare un programma della lezione suggerita che include:

• Temi chiave di apprendimento tra attività o gruppi di attività

• Breve descrizione e risultati di apprendimento attesi

• Suggerimenti per i formatori in sessioni di formazione faccia a faccia, miste e completamente online

Ti consigliamo di studiare la piattaforma di apprendimento come viene offerta, fianco a fianco con il programma della lezione suggerita, per poter adattare i tuoi piani di lezione effettivi alle esigenze dei tuoi studenti. Ogni attività può essere eseguita completamente online, utilizzando i modelli della piattaforma e la funzionalità Salva e invia. La durata suggerita delle attività è fornita per ciascuna attività nella colonna del menu a sinistra della piattaforma.

Nel Modulo 2 puoi trovare parti narrative esplicative, che introducono lo studente sia agli obiettivi del Modulo che agli obiettivi di ogni compito. Le attività sono create seguendo la metodologia illustrata nella sezione precedente (esercizi di apprendimento induttivo, di input, di implementazione, integrazione). L'elemento centrale delle attività del modulo sono esercizi di apprendimento integrativo che coinvolgono l'input degli studenti mentre sviluppano la loro idea di sviluppo professionale (M2T1,5,9,12). Le parti narrative disponibili possono essere utilizzate dal formatore nell'erogazione delle sessioni di formazione e sono anche di aiuto per gli studenti che studiano il materiale di formazione Bounceback senza il supporto di un formatore.

Le durate indicative degli esercizi del Modulo 2 sono disponibili nella piattaforma online. In termini di durata, puoi suddividere gli esercizi in più sessioni in base alle esigenze e alla disponibilità degli studenti di volta in volta, a seconda anche della modalità di formazione (faccia a faccia, mista, completamente online). Come puoi vedere nella piattaforma online, alcune attività richiedono molto tempo da parte degli studenti. Pertanto, considerando il carico di lavoro complessivo del Modulo 2, si consiglia di svolgerlo in non meno di 4 giorni di formazione, di almeno 4 ore ciascuno. Aggiungendo il carico di lavoro per gli studenti per i "compiti a casa" come suggerito o per l'esecuzione di compiti specifici, il carico di lavoro misto del Modulo 2 ammonta a ca. 1,2 CFU=30 ore.

Esercizio	Tema/i chiave	Descrizione/obiettivo di apprendimento	Suggerimenti per il formatore
			La struttura del modulo 2, così come le parti esplicative incluse a complemento di tutti gli esercizi, possono ugualmente facilitare il modello faccia a faccia, cosi come le sessioni miste e online complete, poiché ci sono abbastanza linee guida su come svolgere gli esercizi sia per i formatori che per gli studenti. I suggerimenti di seguito indicano alcuni punti per il formatore per rendere il coinvolgimento degli studenti più fruttuoso ed efficace in tutti i contesti di formazione.
Introduzione	Struttura e obiettivi del modulo 2	Connettere gli studenti con il Modulo 1	
M2T1A la mia idea#1	Progettare il proprio futuro professionale	Compito induttivo: gli studenti espongono le loro idee iniziali sul loro futuro professionale	• Gli studenti forniscono un breve saggio iniziale. Invita gli studenti a esprimersi in modo breve, conciso e libero. Questo sarà l'input di base da seguire e migliorare man mano che acquisiscono conoscenze sulle abilità affrontate nel modulo. Le attività successive contrassegnate come La mia idea sono modificabili in tutte le versioni dei moduli 2 e 3.
M2T2	Creatività e visione: esplorare le proprie percezioni	Compito induttivo: gli studenti articolano la propria percezione della creatività e della visione, attingendo dalle esperienze nelle loro carriere sportive	• Sottolineare la necessità di fornire percezioni proprie piuttosto che generiche di cosa significhi essere creativi e visionari. Non ci sono percezioni "giuste" o "sbagliate" a questo punto.
M2T3	Creatività e visione: esplorare le proprie percezioni identificando elementi esperienziali	Compito induttivo: gli studenti forniscono specifici momenti creativi e visionari come li hanno percepiti attraverso l'esperienza	• Incoraggiare gli studenti a essere concreti nel fornire momenti di esperienza nella loro carriera sportiva ma anche oltre. L'obiettivo è riconoscersi creativi o visionari in questi momenti secondo le proprie percezioni.
M2T4	Controllare le proprie percezioni della creatività e delle capacità visive rispetto a definizioni e abilità	Compito di implementazione: gli studenti acquisiscono conoscenze sulle caratteristiche e abilità di una persona creativa e visionaria (basate sulle definizioni e sull'approccio del Framework EntreComp)	• Guidare la discussione sulla base delle affermazioni degli studenti rispetto a quali delle caratteristiche e abilità mancavano e perché.
M2T5: la mia idea #2	Gli studenti stanno elaborando la loro idea, infondendo elementi creativi e visionari, come compito di follow-up di ciò che è stato appreso.	Compito di integrazione: applicare creatività e abilità visive in un piano/idea/scenario di sviluppo professionale reale	• Sottolineare l'importanza della trasferibilità delle competenze, poiché questo compito ha esattamente questo obiettivo: come la creatività e la visione vissute in una vita o in un'area professionale diversa possono essere applicate in una nuova. • Presentare il test di interruzione creativa e il video fornito sul pensiero "Out of the Box" come fattori scatenanti per entrare in uno stato mentale creativo.

Esercizio	Tema/i chiave	Descrizione/obiettivo di apprendimento	Suggerimenti per il formatore
M2T6	Motivazione: esplorare le proprie percezioni	Compito induttivo: gli studenti articolano la propria percezione della motivazione, attingendo dalle esperienze nelle loro carriere sportive	• Atleti ed ex atleti hanno un grande carico esperienziale di elementi motivazionali. Invitali a ricordare i casi in cui hanno impiegato la motivazione nelle loro carriere sportive.
M2T7	Motivazione: esplorare le proprie percezioni identificando elementi esperienziali	Compito induttivo: gli studenti forniscono momenti motivazionali specifici come li hanno percepiti attraverso l'esperienza	• Incoraggiare gli studenti a essere concreti nel fornire momenti di esperienza nella loro carriera sportiva. L'obiettivo è riconoscersi come individui altamente motivati secondo le proprie percezioni. • Sottolineare l'importanza di guardare alla motivazione indipendentemente dal risultato ogni volta.
M2T8	Controllare le proprie percezioni delle abilità motivazionali rispetto a definizioni e abilità	Compito di implementazione: I discenti acquisiscono conoscenze sulle caratteristiche e capacità di una persona motivata (sulla base delle definizioni e dell'approccio dell'EntreComp Framework)	• Guidare la discussione sulla base delle affermazioni degli studenti rispetto a quali delle caratteristiche e abilità mancavano e perché.
M2T9: la mia idea #3	Gli studenti stanno elaborando la loro idea, infondendo elementi di motivazione come compito di follow-up di ciò che è stato appreso.	Compito di integrazione: applicare le abilità motivazionali in un piano/idea/scenario di sviluppo professionale reale	• Invita gli studenti a prendere ispirazione guardando il rispettivo video sulla motivazione intrinseca. Suggerire di includere questa visione della motivazione nel loro processo di sviluppo dell'idea, cioè considerare gli elementi di autonomia, padronanza e scopo come elementi chiave della motivazione intrinseca.
M2T10	Agli studenti vengono fornite le caratteristiche e le capacità di una persona con le capacità di mobilitare gli altri e le risorse e di fornire le proprie esperienze dalla loro carriera sportiva quando hanno mobilitato altri e risorse.	Compito di input: Acquisire conoscenze sulle caratteristiche di una persona con capacità di mobilitazione degli altri e delle risorse (fonte: EntreComp Framework)	• Per questa competenza procediamo metodologicamente nella direzione opposta, ovvero introduciamo prima gli studenti al contenuto della competenza pertinente (compito di input: vedere la parte narrativa prima del compito M2T10 sulla piattaforma) e poi lasciamo che procedano con le proprie esperienze. Ciò è stato fatto poiché gli atleti potevano avere esperienze limitate nella mobilitazione di risorse in particolare.
M2T11	Controllare le proprie percezioni ei momenti di mobilitazione delle risorse e degli altri rispetto a definizioni e abilità	Compito di implementazione: gli studenti elencano le risorse per il raggiungimento di un obiettivo nella loro carriera sportiva.	• Guidare la discussione sulla base delle affermazioni degli studenti rispetto a quali delle caratteristiche e competenze mancavano e perché.

Esercizio	Tema/i chiave	Descrizione/obiettivo di apprendimento	Suggerimenti per il formatore
M2T12: la mia idea #4	Learners are elaborating on their idea, infusing elements,of the ability to mobilise others and resources needed as a follow up task of what hes been learned.	Compito di implementazione: gli studenti acquisiscono conoscenze sulle caratteristiche e abilità di una persona mobilitando gli altri e le risorse (in base alle definizioni e all'approccio di EntreComp Framework)	• Gli studenti dovrebbero includere nella loro idea di sviluppo professionale persone e risorse che ritengono necessarie per facilitare la realizzazione del piano che hanno in mente. Può trattarsi di persone esistenti nella loro vita, o di determinate persone con competenze o conoscenze specifiche (ad es. come collaboratore, partner, investitore ecc.) Per quanto riguarda le risorse non umane, ci si aspetta che includano risorse di base a cui pensano. L'obiettivo è specificare il modo in cui descrivono per mobilitarli, attingendo da ciò che è stato appreso e come potrebbero aver mobilitato altri o risorse in passato.
Test di autoconsapevolezza e metafora della vita	Valutare i progressi finora secondo i 4 elementi forniti nel test.	Compito di integrazione: applicare le capacità di mobilitazione in un piano/idea/scenario di sviluppo professionale reale	
Nota: in tutte le attività gli studenti possono SALVARE e devono INVIARE il proprio lavoro per ricevere il proprio Profilo.			

PARTE 5

Modulo 3 (programma della lezione)

Nel Modulo 3 gli studenti devono svolgere 7 esercizi fondamentali. Nella tabella seguente puoi trovare un programma della lezione suggerita che include:

• Temi chiave di apprendimento tra attività o gruppi di attività

• Breve descrizione e risultati di apprendimento attesi

• Suggerimenti per i formatori in sessioni di formazione faccia a faccia, miste e completamente online

Ti consigliamo di studiare la piattaforma di apprendimento come offerta, fianco a fianco con il programma della lezione suggerita, per poter adattare i tuoi piani di lezione effettivi alle esigenze dei tuoi studenti. Ogni attività può essere eseguita completamente online, utilizzando i modelli della piattaforma e la funzionalità Salva e invia. La durata suggerita delle attività è fornita per ciascuna attività nella colonna del menu a sinistra della piattaforma.

Nel Modulo 3 puoi trovare parti narrative esplicative, che introducono lo studente sia agli obiettivi del Modulo che agli obiettivi di ogni compito. Le attività sono create seguendo la metodologia illustrata nella sezione precedente (esercizi di apprendimento induttivo, di input, di implementazione, integrazione). L'elemento centrale degli esercizi del modulo sono gli esercizi di apprendimento integrativo che coinvolgono l'input degli studenti mentre sviluppano la loro idea di sviluppo professionale (M3T2,7). Le parti narrative disponibili possono essere utilizzate dal formatore nell'erogazione delle sessioni di formazione e sono anche di aiuto per gli studenti che studiano il materiale di formazione Bounceback senza il supporto di un formatore.

La durata indicativa delle attività del Modulo 3 è indicata nella piattaforma online. In termini di durata, puoi suddividere le attività in più sessioni in base alle esigenze e alla disponibilità degli studenti di volta in volta, a seconda anche della modalità di formazione (faccia a faccia, mista, completamente online). Come puoi vedere nella piattaforma online, alcune attività richiedono molto tempo da parte degli studenti. Pertanto, considerando il carico di lavoro complessivo del Modulo 3, si consiglia di svolgerlo in non meno di 2 giorni di formazione, di almeno 4 ore ciascuno. Aggiungendo il carico di lavoro totale per gli studenti, il carico di lavoro misto del Modulo 3 rappresenta ca. 1,2 CFU=30 ore.

Esercizi	Tema/i chiave	Descrizione/obiettivo di apprendimento	Suggerimenti per il formatore
			La struttura del modulo 2, così come le parti esplicative incluse a complemento di tutti gli esercizi, possono ugualmente facilitare il faccia a faccia, **Sessioni miste e online complete, poiché ci sono abbastanza linee guida su come svolgere le attività sia per i formatori che per gli studenti. I suggerimenti di seguito indicano alcuni punti per il formatore per rendere il coinvolgimento degli studenti più fruttuoso ed efficace in tutti i contesti di formazione**
Introduzione	Connessione con il Modulo 2	Connessione degli studenti con il Modulo 2	
M3T1	Gestione e leadership, pianificazione/lavorare con gli altri	Compito di input: agli studenti vengono fornite informazioni sui concetti di gestione/manager – Leadershio/leader – Pianificazione. Compito di implementazione: Comprendere le differenze tra il manager e il leader	• Il compito prevede materiale informativo sulla differenza tra gestire e dirigere, nonché sulle caratteristiche e capacità del manager come attore di pianificazione. Questi elementi devono essere sfruttati in M3T2
M3T2 La mia idea #5	Gli studenti stanno elaborando la loro idea, infondendo elementi di gestione, leadership e pianificazione come compito di follow-up di ciò che è stato appreso.	Compito di integrazione: applicare capacità di gestione, leadership e pianificazione in un piano/ idea/scenario di sviluppo professionale reale	• Invitare gli studenti a considerare i suggerimenti forniti (3) sulla definizione degli obiettivi, sulla natura degli obiettivi e sui piani d'azione, integrando quanto appreso finora da wqs. A questo punto la loro idea dovrebbe acquisire una struttura progettuale
M3T3	Lavorare con gli altri: esplorare le proprie percezioni identificando elementi esperienziali	Compito induttivo: gli studenti forniscono momenti ed esperienze specifici come li hanno percepiti attraverso l'esperienza mentre lavorano con gli altri	• Incoraggiare gli studenti a essere concreti nel fornire momenti di esperienza nella loro carriera sportiva ma anche oltre. L'obiettivo è riconoscersi come attori mentre si lavora con gli altri, riflettendo su istanze specifiche.
M3T4	Controllare le proprie percezioni di lavorare con le abilità degli altri rispetto a definizioni e abilità	Compito di implementazione: gli studenti acquisiscono conoscenze sulle caratteristiche e abilità di una persona che lavora efficacemente con loro (sulla base delle definizioni e dell'approccio dell'EntreComp Framework)	• Incoraggiare e guidare le discussioni sui 4 tratti (tollerante, ascoltatore attivo, promotore del co-working, networker) e la misura in cui ciascuno di essi era presente o mancante nelle proprie esperienze
M3T5	Problem solving, ambiguità, incertezza, rischio	Attività di input: agli studenti vengono fornite informazioni sulla natura dei problemi. Compito di implementazione: gli studenti applicano il concetto dei 5 perché nella risoluzione dei problemi nelle proprie esperienze di casi di risoluzione dei problemi nella vita sportiva e nella vita oltre lo sport.	• Risoluzione dei problemi, incertezza, ambiguità e rischi sono intenzionalmente intrecciati tra le attività M3T4-6. L'obiettivo è concepirli come elementi che potrebbero interrompere il flusso di pianificazione. Gli atleti – come sottolineato nelle parti narrative – li affrontano fisicamente, mentalmente ed emotivamente in maniera costante nei loro sforzi di sportivi.

Esercizi	Tema/i chiave	Descrizione/obiettivo di apprendimento	Suggerimenti per il formatore
M3T6	Ambiguità, incertezza, rischio	Compito di input: gli studenti comprendono le correlazioni tra i concetti di ambiguità, incertezza e rischi. Compito induttivo e di implementazione: gli studenti acquisiscono conoscenze sulle caratteristiche e le capacità di una persona che affronta efficacemente l'incertezza, l'ambiguità e il rischio. Riflettono sulle proprie esperienze, misurando il proprio comportamento rispetto a quelle caratteristiche e abilità identificate nel proprio caso.	• Incoraggiare e sollecitare la discussione sugli elementi mancanti nelle proprie esperienze.
M3T7: La mia idea #6	Gli studenti stanno elaborando e finalizzando la loro idea, come compito di follow-up di ciò che è stato appreso	Compito di integrazione: applicare le competenze nella creazione di un'idea/ scenario di sviluppo professionale	• Invitare gli studenti a identificare nella versione finale della loro idea tutti gli elementi che riflettono le abilità specifiche apprese e su cui si è riflettuto nei moduli 2 e 3. Collaborare e supportarli in questo processo e discutere come questo processo di apprendimento ha facilitato la presentazione della loro idea
M3T8	Strumento di corrispondenza	Compito di implementazione: gli studenti comprendono la trasferibilità delle abilità rivisitando lo strumento di abbinamento dopo il processo di apprendimento.	• Guidare la discussione in base ai risultati e alle differenze, confrontando l'utilizzo iniziale e finale degli strumenti di matchmaking.
M3T9	Valutare i progressi secondo i 4 elementi previsti nel test.	Gli studenti riflettono sui progressi e sul livello di soddisfazione del processo di apprendimento	
Self-awareness test and life metaphor	Valutare i progressi finora secondo i 4 elementi forniti nel test.	Gli studenti riflettono sui progressi e sul livello di soddisfazione del processo di apprendimento.	
Nota: in tutte le attività gli studenti possono SALVARE e devono INVIARE il proprio lavoro per ricevere il proprio Portfolio.			
COMPLETANDO TUTTI I MODULI, GLI STUDENTI POSSONO RICEVERE UN BADGE DIGITALE			

Ulteriori suggerimenti e idee per una formazione efficace e esperienze

Guardando oltre la struttura della formazione Bounceback, ecco alcune idee per ispirarti come formatore su come utilizzare il materiale di formazione:

- A seconda del mix del pubblico dei tuoi studenti rispetto al background, puoi scegliere esercizi specifici come previsto quando è necessario un approccio mirato.
- È possibile utilizzare esercizi induttivi compilati e dimostrati, illustrando le esperienze degli atleti nelle loro carriere sportive, come materiale di allenamento a sé stante – come esempi e materiale di ispirazione per sessioni con altri atleti attivi o veterani.
- Decidere cosa si potrebbe fare durante la sessione di formazione e cosa dipende da te come "compiti a casa". Ti consigliamo di conoscere il tuo pubblico a questo proposito, poiché alcune persone preferiscono lavorare sugli esercizi da soli, piuttosto che in un "ambiente di classe".
- Puoi "giocare attorno" alla sequenza del materiale e dei Moduli. Questo è tuttavia più appropriato per i moduli 2 e 3. Ciò significa che puoi progettare sessioni di formazione in cui metti in sequenza le abilità in un modo diverso. Tuttavia, raccomandiamo che il Modulo 1 sia in ogni caso il punto di partenza, poiché funge da "game changer" in termini di facilitazione del necessario spostamento mentale verso l'obiettivo generale e la filosofia dell'intervento formativo (es. mentalità, aspirazioni, successo e fallimento, modelli di ruolo come elementi di ispirazione.

IL PROGETTO BOUNCEBACK

Il progetto Bounceback " Sviluppare un approccio all'apprendimento innovativo per facilitare l'integrazione di atleti veterani/in pensione nel mondo del lavoro, degli affari e dell'imprenditorialità" è un'iniziativa cofinanziata dal programma Erasmus Plus dell'Unione Europea e lanciata nell'ottobre 2020. L'Unione Europea ha previsto un contributo di EUR 230.158 per la realizzazione del progetto per il periodo: 1 ottobre 2020 – 30 settembre 2022. Il progetto è stato realizzato dall'Università di Pannonia (coordinatore), AEK Athletic Club, A.S.D. Società Sportiva Lazio Karate, Militos Consulting S.A., RNDO Limited (R&Do) e University and Student Athletics Club of Veszprém (VEDAC).

L'obiettivo principale del progetto è sviluppare un approccio formativo innovativo per atleti veterani che a) trasferire le abilità acquisite durante la loro carriera sportiva in competenze utili per il loro successo nel mondo imprenditoriale e imprenditoriale, e b) fornire un supporto mirato agli atleti veterani che mirano a diventare professionisti di successo nel mercato del lavoro o imprenditori. Questo obiettivo generale comprende i seguenti 4 obiettivi specifici:

- Abbinare la mentalità, l'attitudine, le abilità, le competenze degli atleti professionisti veterani (di diversi sport e livelli) con i bisogni che le imprese hanno nelle competenze trasversali in diversi settori dell'economia e sviluppare linee guida su come il trasferimento di abilità può si svolgono dallo sport ad altri settori.
- Sviluppare i materiali e gli strumenti di apprendimento che gli atleti veterani utilizzeranno per trasferire le loro abilità alle loro nuove carriere.
- Garantire l'applicabilità pratica dell'approccio attraverso sessioni di formazione pilota.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Il supporto della Commissione Europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un avallo dei contenuti, che riflettono solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni ivi contenute