

INFORMAZIONI PERSONALI

Giulia Zingaro



Sesso Femmina | Data di nascita 19/08/1989 | Nazionalità Italiana

OCCUPAZIONE DESIDERATA

Insegnante di educazione motoria e fisica Istituti Pubblici e/o Privati,
Insegnante nell'ambito delle attività di fitness e del wellness e personal trainer
Collaborazione in Centri e Strutture Sanitarie APA (Attività motoria Preventiva Adattata)
Organizzatore e coordinatore di manifestazioni sportive, Allenatore di discipline sportive.

TITOLO DI STUDIO

Laurea Magistrale in Scienze dell'Attività Motoria preventiva e Adattata (APA)

DICHIARAZIONI PERSONALI

Laureata con forti capacità comunicative e organizzative acquisite nell'ambito scolastico e ottime competenze relazionali con i bambini acquisite durante la mia esperienza lavorativa

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Dal 2008 ad Oggi

Insegnante di educazione fisica con contratto a progetto del CONI presso Scuola primaria;

Istruttrice ed insegnante progetto di Alfabetizzazione Motoria e Progetto primaria.

Istruttrice e giudice di ginnastica artistica presso Società Sportiva;

Istruttrice presso Palestra di fitness.

Istruttrice Pilates (Certificazione Pilates Network Base)

Ottobre 2014

Qualifica di Personal Trainer Allenamento Funzionale (Bestrainer- Roma)

Ottobre 2014 Gennaio 2015

Responsabilità nel seguire un individuo nel corso del suo programma di allenamento sportivo, appositamente elaborato dal personal trainer, e valutarne in maniera costante lo stato di forma fisica, alla luce degli obiettivi prefissati dopo aver effettuato un'accurata valutazione antropometrica del soggetto

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Ottobre 2008 a Settembre 2011

Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive

Novembre 2011 a Marzo 2014

Laurea Specialistica In Scienze dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata (APA)

Università degli studi di Cagliari

Materie trattate

Italiano, matematica, lingua straniera, scienza applicata al cibo e alle attrezzature (microbiologia, biochimica, igiene);

Tecnologia professionale (principi base, igiene e sicurezza)

Conoscenza generale relativa all'ambito giuridico, economico e sociale.

Conoscenze nutrizionali;

Acquisizione di competenze in ambito delle disabilità intellettivo-relazionale e motoria;

Capacità professionali acquisite

Competenze fisiche e sportive;
 Competenze tecniche ottenute grazie al tirocinio effettuato presso Centro Obesità dell'ospedale San Giovanni di Dio di Cagliari;
 Capacità tecniche acquisite attraverso l'organizzazione di programmi di lavoro individualizzati per categorie di soggetti specifiche, quali obesità, patologie associate con conseguente tesi di Laurea Specialistica.
 Competenze e capacità tecniche di programmazione di attività motoria per soggetti in condizioni di disabilità intellettivo-relazionale e motoria.
 Competenze tecniche acquisite grazie al tirocinio e all'attuale collaborazione presso palestra di fitness.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	A2	A2	A2	A2	A2
Francese	A1	A1	A1	A1	A1

Livelli: A1/2 Livello base - B1/2 Livello intermedio - C1/2 Livello avanzato
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative e sociali

Spirito di gruppo; adattamento agli ambienti pluriculturali acquisito grazie all'esperienza agonistico-sportiva;
 Ottime capacità di comunicazione grazie all'esperienza come insegnante presso Istituti Scolastici e come istruttrice presso Società Sportiva;
 Buone capacità di relazione e collaborazione

Competenze organizzative e gestionali

Ottime capacità di comunicazione e senso dell'organizzazione conseguito grazie all'esperienza dell'insegnamento presso Scuola primaria e come responsabile di attività extra-scolastica presso scuole private.
 Competenze organizzative, leadership, senso dell'organizzazione e gestione di progetti di gruppo sviluppate nella gestione di una squadra sportiva di ginnastica artistica.
 Senso della pianificazione di programmi grazie all'esperienza presso palestra di Fitness.

Competenze professionali

Competenze fisiche e sportive,
 Conoscenze nutrizionali;
 Competenze ambito disabilità intellettivo-relazionale e motoria;

Competenze informatiche

Conoscenza base dell'informatica e dei principali sistemi operativi e programmi gestionali.
 Buona padronanza degli strumenti Microsoft Office

Altre competenze

Progettazione e programmazione di attività ludico-ricreative e motorio-sportive, rivolte ed adattate a bambini ed adulti con differente sviluppo psico-motorio-relazionali

Esperienza Sportiva agonistica in campo regionale e nazionale come atleta di ginnastica artistica.

Patente di guida

Patente B . Automunita

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".

Carbonia li 12 Novembre 2014

Firma

Giulia Zingaro
Giulia Zingaro