

INFORMAZIONI PERSONALI

Federico Ascenzi



TITOLO DI STUDIO

Laurea in Scienze Motorie – Università di Pisa

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Giugno 2023 – In corso	Bagnino di salvataggio presso Bagno Maloha, viale Vespucci 54, Massa MS (Marina di Massa), 54100
Marzo 2023 – Maggio 2023	Tirocinio universitario (2° anno Magistrale) presso Studio Fisioterapico Dalle Luche, via A. Gramsci 34, Cinquale (MS), 54038 (150 ore)
Novembre 2022 – Giugno 2023	Esperto in attività motoria nella scuola dell'infanzia e della primaria, coordinato da CONI point Massa Carrara, viale Galileo Galilei 133, Marina di Carrara – Carrara, 54033
Agosto 2022 – Ottobre 2022	Tirocinio universitario (1° anno Magistrale) presso Studio Fisioterapico Dalle Luche, via A. Gramsci 34, Cinquale (MS), 54038 (150 ore)
Giugno 2021 – Settembre 2021	Bagnino di salvataggio presso Bagno La Cicala, via delle Pinete 414, Massa MS (Partaccia), 54100
Dicembre 2019 – Dicembre 2020	Servizio Civile Regionale organizzato dalla Regione Toscana presso (SVS) Società Volontaria di Soccorso pubblica assistenza di Livorno, via S. Giovanni 30, 57123, svolto nella sede SVS Massa, via Montegrappa 72, Massa (MS), 54100
Marzo 2019 – Giugno 2019	Esperto in attività motoria nella scuola dell'infanzia e della primaria, coordinato da CONI point Massa Carrara, viale Galileo Galilei 133, Marina di Carrara – Carrara, 54033
Aprile 2018- Settembre 2018	Tirocinio universitario (3° anno Triennale) presso SSD GYM SRL (Palestra Gymnasium di Massa), via Meucci 22, Massa (MS), 54100 (120 ore)
Febbraio 2017 – Settembre 2017	Tirocinio universitario (2° anno Triennale) presso SPORT MANAGEMENT SPA (Piscina comunale di Massa), viale Roma 279, Massa (MS), 54100 (105 ore)
Maggio 2017 – Settembre 2017	Tirocinio universitario (1° anno Triennale) presso SPORT MANAGEMENT SPA (Piscina comunale di Massa), viale Roma 279, Massa (MS), 54100 (90 ore)

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Novembre 2021 – In corso
Laureando in Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate, presso Università di Pisa

- Novembre 2015 – Marzo 2021 Corso di Laurea Triennale in Scienze Motorie, Università di Pisa (voto finale: 95/110)
- Settembre 2010 – Giugno 2015 Diploma Liceo Scientifico Scienze Applicate allo Sport, IIS “A. Meucci”, via Marina Vecchia 230, Massa (MS), 54100
- Settembre 2007 – Giugno 2010 Licenza media, Scuola Secondaria I Grado “Paolo Ferrari”, via Casamicciola 95, Marina di Massa (MS), 54100

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1	B1	B1	B1	B1
Spagnolo	A1	A1	A1	A1	A1

Livelli: A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative In possesso di buone competenze comunicative acquisite durante la mia esperienza di studio ed in particolare nel corso dell’anno svolto di servizio civile regionale in cui ho dovuto rapportarmi quotidianamente con colleghi, responsabili e “pazienti”.

Competenze organizzative e gestionali Le competenze organizzative e gestionali sono state acquisite maggiormente durante la mia esperienza come esperto CONI, in particolare programmando lezioni e dividendo in più gruppi, adattandole alle condizioni climatiche. Ho sviluppato inizialmente questo tipo di competenze come animatore ad un campo estivo, contribuendo nell’organizzazione delle attività per circa cinque estati.

Competenze professionali Ritengo di essere in possesso di buone capacità per poter assistere persone non autonome nella deambulazione e nella guida di mezzi adibiti a questo tipo di esigenza, e una buona abilità nell’intrattenere bambini.

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Intermedio	Intermedio	Intermedio	Intermedio	Intermedio

Livelli: Utente base - Utente intermedio - Utente avanzato
 Competenze digitali - Scheda per l’autovalutazione

In grado di utilizzare le piattaforme digitali e pacchetti Office quali Word, Excel, Power Point, Internet Explorer, programmi di grafica, ecc.:
 Buona padronanza dei programmi per l’elaborazione digitale delle immagini acquisita come fotografo amatoriale.

- Altre competenze
- Brevetto da bagnino di salvataggio piscina e mare
 - Animatore campo estivo
 - Scrutatore (elezioni 2019, 2020, 2022, 2023)
- Sport, musica, escursioni in montagna

Patente di guida B - A2

ULTERIORI INFORMAZIONI

Publicazioni	
Presentazioni	
Progetti	
Conferenze	
Seminari	CONI: Lo sport come mezzo di inclusione. Il sitting volley come proposta didattica. (attestato di partecipazione)
Riconoscimenti e premi	
Appartenenza a gruppi / associazioni	
Referenze	
Menzioni	
Corsi	Corso di "Formazione per lavoratori sulla salute e sicurezza sul lavoro" rischio medio Corso "Esecutore BLSA Adulto e Pediatrico per Laici" Corso FAD: "L'attività fisica come opzione terapeutica per il trapiantato: prescrizione e pianificazione della terapia", (16 ore) tramite ISS (Istituto Superiore di Sanità) Corso da bagnino di salvataggio piscina e mare tramite Società Nazionale Salvamento Corsi universitari prevalentemente basati su sport e benessere fisico CONI: Corso di base per istruttori Novembre 2022 (attestato di partecipazione) CONI: Corso di base per istruttori Marzo 2023 (attestato di partecipazione)
Certificazioni	

ALLEGATI

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".
----------------	--