

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **RICCARDI BIANCA**
Indirizzo **VIA OBERDAN 29, CISTERNA DI LATINA (LT), 04012**
Telefono **3290660778**
Fax
E-mail **riccardi.bianca@yahoo.it**

Nazionalità Italiana
Data di nascita 18/11/1994

ESPERIENZA LAVORATIVA

• Date (da – a) Da Ottobre 2019 alla data attuale
Nome associazione o azienda ASD Futura Sport
• Tipo di azienda o settore Minibasket
• Tipo di impiego Insegnante
• Principali mansioni e responsabilità Progettazione e preparazione di esercitazioni fisiche e tattiche rivolte a bambini di età compresa tra i 9 ed i 13 anni, con l'obiettivo di far apprendere loro i fondamentali del minibasket e di migliorare le loro capacità motorie e cognitive.
Insegnamento dei valori derivati dalle regole e dai principi di questo sport, ovvero: rispetto dell'altro, disciplina e spirito di squadra.

• Date (da – a) Da Novembre 2018 a Luglio 2019
Nome associazione o azienda ASD Body Action
• Tipo di azienda o settore Fitness
• Tipo di impiego Tirocinante
• Principali mansioni e responsabilità Assistenza durante lezioni di fitness ed allenamenti in sala pesi.
Progettazione e realizzazione di lezioni di total body coordinando un gruppo di persone eterogeneo e strutturando le lezioni in tre parti: una fase iniziale di riscaldamento con movimenti generali ed esercizi per l'addome; una fase centrale, di allenamento di gambe e braccia; ed una fase finale di allungamento

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

• Date (da – a) 03/10/2016-04/10/2019
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Università degli studi di Roma Foro Italico
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio Anatomia-Biologia-Attività motoria per l'età evolutiva e per gli anziani Basi delle attività motorie-Giochi Sportivi-Sport individuali-Attività motoria preventiva e adattata
• Qualifica conseguita Laurea Triennale in Scienze Motorie e Sportive

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

MADRELINGUA

Italiano

ALTRE LINGUA

Inglese

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

Buono

Buono

BUONO

CAPACITÀ E COMPETENZE
RELAZIONALI

Sia l'attività sportiva svolta in maniera agonistica, che le esperienze professionali mi hanno permesso di sviluppare ed ampliare in maniera costante le mie competenze relazionali: ho acquisito la capacità di lavorare in un team e di comunicare con le altre persone. Inoltre ho imparato ad ascoltare le esigenze altrui, ad osservare e trarre ispirazione da esperienze lavorative di altre persone.

CAPACITÀ E COMPETENZE
ORGANIZZATIVE

Dovendo pianificare e realizzare allenamenti, ho sviluppato capacità di coordinazione e gestione di gruppi di persone di età differenti, mantenendo sempre uno stretto contatto tra insegnante ed allievo.

Ottime capacità organizzative acquisite in ambito lavorativo ed universitario.

Alto senso di responsabilità ed affidabilità, elevata tolleranza di ingenti moli di lavoro e stress e capacità di gestione delle criticità.

CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE

Buona conoscenza e capacità di utilizzazione del pacchetto Office

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Precisione e determinazione nello svolgimento delle attività professionali.
Forte attitudine all'apprendimento ed al miglioramento professionale.

PATENTE O PATENTI

Patente B. Automunita.

ULTERIORI INFORMAZIONI

Disponibilità allo svolgimento di tirocini e periodi di inserimento professionale.
Possesso della certificazione 24 CFU.