

Alessandro Amato

PROFILO PROFESSIONALE

Appassionato di sport, individuali e di gruppo. Esperienza pluriennale come calciatore professionista a livello giovanile e prime squadre in Serie D. Familiarità con numerose tecniche di allenamento, sia sul campo che in palestra, che permettono di comprendere ed indirizzare le esigenze dei singoli per ottenere risultati visibili.

Insegnante di scienze motorie abilitato per la scuola secondaria, con esperienza sia sulla materia che sul Sostegno, ruoli che promuovono una notevole crescita personale e professionale.

ESPERIENZE LAVORATIVE E PROFESSIONALI

Assistente allenatore settore giovanile 01/2018 - 05/2018

Unicusano Ternana Calcio - Terni

- Affiancamento di Allenatori della Categoria Esordienti e Giovanissimi, preparazione ed dimostrazione di allenamenti per i ragazzi di 11/12 anni.

Giovanissimi Nazionali

US Grosseto

Under 17 Serie A/B

AS Livorno Calcio

Under 17 Serie C

Robur Siena Calcio

Primavera 2 Serie B

Unicusano Ternana

Calciatore

- Tre anni di esperienza nelle prime squadre di calcio in Serie D: Gavorrano, Roccella Jonica, Lornano Badesse Calcio
- Convocazione (ed esordio) con la Nazionale B Italia nel Torneo Lazio Cup Edizione 2016

Personal Trainer

Palestra

- Anamnesi stato di salute dei clienti
- Piani di allenamento efficaci e personalizzati
- Monitoraggio risultati e progressi
- Formazione dei clienti sull'uso dei macchinari ed esecuzione di tutti gli esercizi
- Piani di allenamento: Ipertrofia e dimagrimento, preparazione atletica per sport individuali e di squadra per agonisti e non, sviluppo di schemi motori e coordinazione.
- Cura delle esigenze di fitness e motivazionali della clientela, con training personale dedicato al perfezionamento atletico e al raggiungimento di risultati precisi.

CONTATTI

CAPACITÀ E COMPETENZE

- Capacità di lavorare in gruppo
- Capacità di adattamento
- Capacità di apprendimento rapido
- Comunicazione efficace ed assertiva
- Tenacia
- Puntualità
- Approccio pedagogico

LINGUE

Italiano: Lingua madre

Inglese:  B1
Intermedio

- Stesura di schede di allenamento su misura in base agli obiettivi concordati con il cliente.

Istruttore in corsi di gruppo

Palestra

- Ginnastica Dolce
- G.A.G.
- Total Body
- Funzionale.

Insegnante

- 1 anno di servizio come insegnante nella Scuola dell'Infanzia
- 1 anno di servizio come insegnante di Educazione Motoria alla Scuola Primaria
- 1 anno di servizio come docente di Sostegno nella Scuola Secondaria di Primo Grado (in corso)
- Utilizzo di strumenti digitali a supporto delle attività didattiche.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Laurea Magistrale Biennale: Management dello Sport e delle Attività Motorie

Università Telematica Pegaso

Laurea conseguita con la valutazione di 110/110 e Lode

60 cfu Percorsi abilitanti : Istruzione

università Telematica Pegaso

Abilitazione all'insegnamento per le classi di concorso AM48 e AS48 con la valutazione di 30/30

CERTIFICAZIONI

Certificazioni informatiche ANDI

- Coding
- Google Workspace for Education
- Monitor Touch
- Strumenti Informatici e Digitali

