

INFORMAZIONI PERSONALI

Maria Chiara De Capitani



Sesso

| Data di nascita

| Nazionalità

OCCUPAZIONE PER LA QUALE
SI CONCORRE

Incarico come tutor per AGENDA NORD E ORIENTAMENTO

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Settembre 2023– in corso

Docente a tempo indeterminato scuola secondaria di I grado
Presso: Istituto Comprensivo di Olgiate Molgora (plesso di Olgiate Molgora)

Settembre 2021 – Giugno 2022

Docente scuola secondaria di II grado e I grado

Presso: Istituto di Istruzione Superiore Giovanni Bertacchi e Scuola secondaria di primo grado di Olgiate Molgora (plesso di Brivio)

Settembre 2020 – Giugno 2021

Docente scuola secondaria di II grado

Presso: Istituto Tecnico Superiore Francesco Viganò (Merate)

Gennaio 2017-Giugno 2017

Istruttrice di psicomotricità

Presso: Scuola dell'infanzia "Aquilone", Robbiate

- Progetto per bambini della scuola materna, dai 3 ai 5 anni, organizzazione delle attività basate su psicomotricità e laboratori connessi.

Settembre 2017- Gennaio 2020

Istruttrice di nuoto

Presso: Gestì Sport Merate

- Istruttrice di nuoto per diversi livelli, dalla scuola nuoto a corsi per il perfezionamento degli stili e l'allenamento.

Giugno-settembre 2016

Istruttrice di centro estivo

Presso: Gestì Sport Merate

- Gestione quotidiana del gruppo assegnatomi, organizzandone le attività sportive in base al programma prestabilito. Il centro è dotato di piscina, dovevo quindi anche seguirli nei cambi di abbigliamento e negli spostamenti da un luogo all'altro del centro.

Aiuto allenatrice per squadre giovanili di pallavolo

Settembre 2015-giugno 2016

Presso: A.C. Pagnano

- Gestione dell'allenamento di 2 squadre di Under12 e una squadra di Under13 in collaborazione con un'allenatrice e altre due aiuto allenatrici.

Dicembre 2014- febbraio 2015

Operaia

Presso: PJ&F BOSNIC, Mareeba, Australia

- Raccolta e impacchettamento frutta.

Giugno-settembre 2015

Cameriera

Presso: Al Caminun, Merate

- Ordinazioni e servizio ai tavoli. Pulizia degli spazi comuni e della cucina.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Ottobre 2015- Luglio 2018

Laurea: Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport

Università degli Studi di Milano

- Voto finale: 110/110 con lode
- Principali materie: Anatomia, Fisiologia, Teoria e Metodologia dell'allenamento di sport di squadra e individuali

Ottobre 2015- Luglio 2018

Laurea: Scuola di Scienze Motorie

Università degli Studi di Milano

- Voto finale: 110/110 con lode
- Principali materie: Anatomia, Fisiologia, Chimica propedeutica Biochimica, Sport di squadra, Nuoto, Teoria e Metodologia dell'allenamento.

Settembre 2008- Luglio 2014

Diploma di Istruzione Secondaria di Secondo Grado: diploma in perito aziendale corrispondente in lingue estere

Istituto Superiore Statale Francesco Viganò, Merate

- Le principali materie svolte: Inglese, Tedesco, Spagnolo, Italiano, Storia, Religione, Educazione Fisica, Diritto, Economia, Storia dell'Arte

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	Eccellente	Eccellente	Eccellente	Eccellente	Eccellente
First Certificate Exam: livello B2					
Tedesco	Buono	Buono	Buono	Buono	Buono
Goethe Zertifikat B2: livello B2					

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

Competenze comunicative Le mie esperienze lavorative hanno sempre richiesto contatto e comunicazione con le persone, soprattutto con bambini ma talvolta anche adulti. Per questo motivo, credo di avere sviluppato un buon livello comunicativo, soprattutto legato alla capacità di essere chiara ed esaustiva in ogni mia spiegazione.

Competenze organizzative e gestionali Mi reputo una persona particolarmente organizzata. Mi piace infatti avere tutto sotto controllo. Nonostante le mie giornate siano spesso piene di impegni riesco sempre ad essere puntuale e portare tutto a termine. Sono spesso autorevole, se bisogna lavorare in gruppo tendo ad emergere come leader, senza però vietare spazio ai miei compagni.

Competenza digitale

Nonostante non abbia nessuna certificazione, ritengo di essere abbastanza pratica con programmi quali Word, Excel, Powerpoint.

Altre competenze

Patente di guida A1, A2, B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Appartenenza a gruppi / associazioni

Ho vissuto per sei mesi, da Ottobre 2014 ad Aprile 2015 in Australia. È stata una delle migliori esperienze della mia vita, ho viaggiato, lavorato e conosciuto tantissime persone.

Sono socia di una società sportiva dilettantistica: Team4Movement Sport&Fitness S.S.D.a R.L. dove opero come Strength&Conditioning coach.

Da qualche mese sono impegnata nella fondazione di una associazione a scopo umanitario che mi vedrà incaricare il ruolo di presidente.

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".