



Elena Turiano

PRESENTAZIONE

Sono laureata in Scienze dell'Educazione Motoria e delle Attività Adattate (LM-67).

Da quattro anni a questa parte, collaboro con una società sportiva come istruttrice di atletica leggera. Mi occupo di coordinare e programmare attività di bambini e ragazzi nella fascia di età compresa tra i 4 e i 14 anni, dal gioco atletica per i più piccoli fino all'agonismo per i più grandi (gruppi di 20/30 persone).

Porto avanti i miei progetti con tenacia e determinazione e mi interrogo costantemente su cosa migliorare, per essere pronta ad eventuali cambiamenti. Mi ritengo una persona affidabile, onesta e responsabile. Possiedo buone competenze comunicative acquisite durante la mia esperienza lavorativa e universitaria.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Borsa di studio di Ricerca - TeleAssistenza Integrata

Università degli Studi di Torino [12/2021 – Attuale]

Laurea Magistrale in Scienze dell'Educazione Motoria e delle Attività Adattate (LM-67)

Università degli Studi di Torino [10/2019 – 03/2022]

Voto finale : 110 e Lode

Tesi: Progetto Wellness@Work for UniTO: gli effetti di un intervento di coaching motorio sulle capacità fisiche del personale universitario - Relatrice: Prof.ssa Anna Mulasso

Materie caratterizzanti il corso di laurea:

- attivazione motoria, invecchiamento e APA;
- attività ludica e presportiva;
- basi biologiche;
- discipline mediche per le attività adattate I e II;
- educazione alla salute;
- ergonomia fisica;
- valutazione del movimento: basi della ricerca;
- processi comunicativi nello sport;
- psicologia;
- sport e disabilità.

Progetto di ricerca Wellness@Work for UNITO

Università degli Studi di Torino [09/10/2020 – 2022]

Collaborazione al progetto in qualità di tesista.

In particolar modo, ho affiancato i soggetti coinvolti durante la somministrazione di questionari e test sulle capacità fisiche e fornito loro, dopo la valutazione delle capacità fisiche più significative per salute e longevità, indicazioni personalizzate per poter migliorare il proprio stile di vita.

Conseguimento 24 crediti formativi universitari (CFU)

Università degli Studi di Torino [2020 – 2021]

Attività didattiche riconosciute:

- psicologia;
- pedagogia;
- sport di squadra (basket e pallavolo).

Qualifica di istruttore di primo livello di atletica leggera

FIDAL - Federazione Italiana di Atletica Leggera [27/03/2020]

Laurea di primo livello in Scienze delle Attività Motorie e Sportive (classe L-22)

Università degli Studi di Torino [26/09/2016 – 10/10/2019]

Voto finale : 101/110

Tesi: "L'esercizio in isocapnia nel contenimento del disagio respiratorio" - Relatore: Prof. Claudio Zignin

Materie caratterizzanti il corso di laurea:

- anatomia umana;
- attività motoria: metodologia e storia dell'educazione fisica e dello sport;
- basi del movimento
- biologia animale;
- psicologia;
- teoria dell'allenamento;
- elementi di chimica biologica;
- fisiologia;
- igiene e medicina preventiva;
- attività fisica adattata (apa-afa);
- chinesioterapia.

Maturità scientifica

Liceo scientifico Piero Gobetti [2011 – 2016]

Indirizzo: Via Maria Vittoria, 39 bis, Torino (Italia)

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Istruttrice Di Atletica Leggera

[2018 – Attuale]

SISPORT S.p.A

Indirizzo: Via Santa Cristina, 1, Settimo Torinese (TO), Italia.

Coordino e programmo le attività e le metodiche di preparazione del gruppo di giovani partecipanti ai corsi di avviamento allo sport relativamente all'atletica leggera:

- attività promozionali;
- attività pre-agonistiche;
- attività agonistiche.

TIROCINIO MAGISTRALE in ambito di Attività Motoria Preventiva e Adattata

[19/05/2021 – 16/07/2021]

Studio di chinesologia di Claudio Zignin

Indirizzo: Via Legnano, 28, Torino (Italia).

Affiancamento del tutor aziendale, con **ruolo attivo**, nel percorso rieducativo e preventivo, apprendendo le metodologie di allenamento finalizzate al recupero funzionale per il **benessere psicofisico della persona, in particolare in età anziana**.

TIROCINIO MAGISTRALE in ambito di prevenzione e benessere e in ambito sportivo

[21/01/2021 – 24/04/2021]

EQUILIBREA S.R.L. SPORTIVA DILETTANTISTICA

Indirizzo: Strada Pecetto, 14, Chieri (Italia).

Partecipazione alle lezioni con l'obiettivo di apprendere **nozioni di insegnamento, linguaggio e terminologia tecnica descrittiva degli esercizi** sia in ambito fitness, per utenti in età adulta, sia per le attività di ginnastica artistica e karate riservate ai bambini.

Supplenza scuola dell'infanzia (MAD)

[30/11/2020 – 23/12/2020]

I.C. di Castiglione Torinese

Indirizzo: Via Don Brovero, 11, Castiglione Torinese (TO), Italia

Istruttrice di Atletica Leggera - Progetto "Gioca per Sport"

[2019 – 2020]

Città: Torino.

Progetto, svolto in collaborazione tra il Comune di Torino e le differenti Federazioni, per far conoscere agli alunni del Secondo Ciclo della **Scuola Primaria** (classi III, IV e V) una vasta gamma di discipline sportive sotto la guida d'istruttori qualificati, tenendo conto anche della partecipazione dei bambini con disabilità.

TIROCINIO TRIENNALE in ambito di Attività Motoria Preventiva e Adattata

[2019]

Studio di chinesologia di Claudio Zignin

Indirizzo: Via Legnano, 28, Torino (Italia).

Affiancamento del tutor aziendale. **Osservazione e apprendimento** delle metodologie di allenamento finalizzate al **recupero funzionale** per il benessere psicofisico della persona.

Istruttrice centro estivo

[2018]

SISPORT S.p.A

Indirizzo: Via Santa Cristina, 1, Settimo Torinese (TO), Italia

TIROCINIO TRIENNALE in ambito scuola

[03/2018 – 05/2018]

Liceo scientifico statale "Piero Gobetti"

Indirizzo: Via Maria Vittoria, 39 bis, Torino (Italia).

Affiancamento, durante le ore curricolari, degli **insegnanti di scienze motorie e sportive**, osservando e apprendendo le metodologie di insegnamento e la gestione dei gruppi classe.

TIROCINIO TRIENNALE in ambito sportivo

[2018]

SISPORT S.p.A

Indirizzo: Via Santa Cristina, 1, Settimo Torinese (TO), Italia.

Affiancamento degli **istruttori** dell'attività promozionale, pre-agonistica e agonistica dell'atletica leggera, apprendendo le conoscenze delle **metodologie** allenanti **di base** e degli **aspetti didattici dell'atletica leggera**.

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: **italiano**

Altre lingue:

inglese

ASCOLTO A2 LETTURA B1 SCRITTURA B1

PRODUZIONE ORALE A2 INTERAZIONE ORALE A2

COMPETENZE DIGITALI

ECDL - European Computer Driving Licence

Elaborazione delle informazioni: Utente avanzato

Comunicazione: Utente Avanzato

Creazione e Contenuti: Utente Intermedio

Sicurezza: Utente Intermedio

Risoluzione dei problemi: Utente Intermedio

Buona padronanza dei sistemi di base, pacchetti Office e Acrobat

PATENTE DI GUIDA

Patente di guida: B

VOLONTARIATO

Colletta alimentare

[Torino, 2015]

Partecipazione alle giornate dedicate alla raccolta di generi alimentari presso i supermercati del territorio.

Oratorio

[Baldissero Torinese (TO) , 2014 – 2015]

Ho svolto l'attività di animatrice presso l'oratorio della parrocchia del mio paese, offrendo un momento di socializzazione e di divertimento ai bambini, dopo il catechismo.

CORSI E CERTIFICAZIONI

Corso Covid-Manager

[18/04/2021]

Rilasciato da Tharsos e-learning

Qualifica di istruttore di primo livello di Atletica Leggera

[11/2020]

Rilasciato da FIDAL - Federazione Italiana di Atletica Leggera

Brevetto Internazionale di Subacquea P2 + Brevetto Internazionale NITROX Diver

[18/06/2020]

Rilasciato da C.M.A.S.

Brevetto Internazionale di Subacquea P1

[26/06/2019]

Rilasciato da C.M.A.S.

Partecipazione al corso di formazione per l'utilizzo dei defibrillatori semiautomatici esterni e completamento del corso B.L.S. per adulto, bambino e lattante e defibrillatore con AED;

[06/2019]

Attestato di idoneità alla professione di Assistente Bagnanti

[22/03/2019]

Rilasciato dalla FIN - Federazione Italiana Nuoto

Corso di Formazione Lavoratori – rischi specifici livello di rischio basso ai sensi del D.Leg 81/2008 e del ACSR 21/12/2001 (4 ore)

[13/02/2018]

Rilasciato da Tharsos e-learning

Corso di Formazione Generale Lavoratori ai sensi del D.Leg. 81/2008 e del ACSR 21/12/2011 (4 ore)

[12/02/2018]

Rilasciato da Tharsos e-learning

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".

Baldissero Torinese, 27/04/2022



Elena Turiano