



ROSITO FERRUCCIO

📍 71010, Serracapriola

☎ 340.4173988

✉ ferrucciorosito@gmail.com

Profilo Professionale

Personal trainer certificato, con spiccata propensione alle relazioni interpersonali, ottimo standing e buone capacità di lavorare per obiettivi, in possesso di Laurea magistrale in Scienze delle attività motorie preventive e adattate, esperienza di 15 anni nel settore e specializzazione nella preparazione atletica individuale e di gruppo. Intraprendente, comunicativo e determinato, si dimostra particolarmente preparato nell'elaborazione di programmi di allenamento e riabilitazione. Socievole, dinamico e di indole positiva e motivante, dotato di eccellenti capacità di analisi e di comprensione delle esigenze della clientela oltre a una naturale propensione al miglioramento e alla crescita professionale. Appassionato di social e nuove tecnologie, ha acquisito grande familiarità nella creazione di contenuti digitali per fornire ai propri clienti un supporto continuo e dimostra solide competenze nell'allenamento.

Capacità E Competenze

- Capacità e competenze personali acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.
- Conoscenze Anatomico-Fisiologiche, Biologiche, Biochimiche, Bioenergetiche, Bio-
- Meccaniche, Pedagogiche, Psicologiche. Attività evolutiva sia prima infanzia che
- Adolescenziale, Attività per anziani, Preparazione atletica non agonistica, Recupero
- Funzionale post-traumatico, preparazione allenamento nel campo del functional-
- Training, conoscenze coreografiche e scenografiche.
- TECNICHE
- Con computer, attrezzature
- Specifiche, macchinari, ecc.
- Ottima preparazione per conoscenza di programmi e utilizzo apparecchiature:
- Computer, sistemi operativi OSX, Windows e dispositivi apple.
- ARTISTICHE
- Musica, scrittura, disegno ecc.
- OTTIMA CONOSCENZA DEL DANZA E DELLA MUSICA,
- SPECIALIZZATO NEL VIDEO-MAKING.
- ALTRE CAPACITÀ E
- COMPETENZE
- Competenze non precedentemente
- Indicate.

01.2008 - 11.2022

Personal trainer

Libero professionista - Serracapriola

- DAL 2008 AL 2020, E PERSONAL TRAINER IN SALA PESI PRESSO LA PALESTRA "LA FENICE"
- DAL 2020 AL 2022 PERSONAL TRAINER
- Supervisione della corretta esecuzione degli esercizi e correzione di eventuali errori.
- Redazione di schede personalizzate di riscaldamento, allenamento e stretching.
- Pianificazione di esercizi di rieducazione funzionale mirati al recupero post-traumatico per migliorare il tono muscolare, la mobilità e l'equilibrio.
- Creazione di programmi di esercizi con l'impiego di macchine isotoniche e cavi e pesi liberi.
- Modifica e adeguamento degli allenamenti in caso di difficoltà del cliente.
- Predisposizione di esercizi di bodybuilding, postura e sforzo utilizzando pesi, manubri e bilancieri.
- Svolgimento di sedute di allenamento individuali e di gruppo presso il domicilio del cliente e/o all'aperto.
- Dimostrazione pratica ai clienti riguardo alle tipologie di esercizi a corpo libero.
- Offerta di un servizio di allenamenti personalizzato presso il domicilio del cliente.
- Controllo del raggiungimento degli obiettivi a breve termine.
- Documentazione dell'andamento del programma di fitness, modificandolo se necessario.
- Stesura di schede di allenamento su misura con programmi alimentari e piani di defaticamento muscolare personalizzati in base al training.
- Incoraggiamento dei clienti alla partecipazione a corsi di fitness di gruppo e ad altre attività in palestra per il raggiungimento degli obiettivi di benessere fisico.
- Organizzazione di lezioni di High-Intensity Interval Training, allenamento bootcamp, Crossfit, Calisthenics, ginnastica posturale, aerobica, bodybuilding, sollevamento pesi e conditioning.
- Conduzione di programmi personalizzati di allenamento per clienti privati, definendo i metodi e gli obiettivi del training.
- Preparazione dei macchinari da sala e spiegazione degli esercizi e della postura da adottare.

02.2020 - 03.2020

- Organizzazione di lezioni di High-Intensity Interval Training, allenamento bootcamp, Crossfit, calisthenics, ginnastica posturale, aerobica, bodybuilding, sollevamento pesi e conditioning.
- Conduzione di programmi personalizzati di allenamento per clienti privati, definendo i metodi e gli obiettivi del training.

DOCENTE

ISTITUTO di ISTRUZIONE SUPERIORE "TONINO GUERRA" - CERVIA

- DOCENTE DI SCIENZE MOTORIE
- Partecipazioni alle riunioni del collegio docenti e alle altre attività extra formative previste dal contratto.
- Supporto agli alunni durante l'anno scolastico in modo da garantire la loro partecipazione alle attività.
- Valutazione del rendimento scolastico e comportamentale degli alunni con gli obiettivi previsti dal PTOF.
- Ideazione di attività educative finalizzate a incentivare il coinvolgimento e la socializzazione degli alunni.
- Valorizzazione della partecipazione attiva degli allievi alle lezioni attraverso un atteggiamento di accoglienza e di ascolto attivo.
- Supporto agli insegnanti di sostegno e gestione dei cicli di valutazione personalizzati in riferimento ad alunni DSA e BES.
- Partecipazione ad attività extra formative atte a favorire lo scambio e la collaborazione tra gli alunni.
- Utilizzo di strumenti digitali atti a supportare i processi formativi e valutativi degli alunni.
- Comunicazione chiara ed efficace degli obiettivi di lezioni, moduli e progetti sia agli studenti che ai genitori.
- Rapporto con genitori e tutori degli alunni durante i colloqui programmati.
- Interrogazioni e somministrazione di prove invalsi come previsto dal MIUR e dall'istituto scolastico.
- Progettazione ed erogazione delle attività formative in conformità alle direttive del MIUR.

Esperienze Lavorative E Professionali

11.2022 - 12.2022

Docente di scuola secondaria

ISTITUTO di ISTRUZIONE SUPERIORE "TONINO GUERRA" - CERVIA

- DOCENTE DI SCIENZE MOTORIE
- Correzione dei compiti e delle verifiche assegnate.
- Preparazione di esami scritti, correzione e valutazione dei risultati dei singoli studenti.
- Partecipazione attiva ai consigli di classe e alle riunioni con il personale docente.
- Gestione della classe durante lezioni, intervallo e spostamenti.
- Preparazione dei materiali didattici, delle prove scritte e orali e delle lezioni.
- Utilizzo delle piattaforme digitali per lo svolgimento di lezioni e conduzione di colloqui a distanza.
- Organizzazione di eventi educativi all'interno della scuola.
- Adempimento a obblighi burocratici previsti per legge.
- Collaborazione incrociata con insegnanti di altre materie per l'implementazione di solide reti di supporto e di quadri didattici su misura per gli studenti.
- Elaborazione di piani di studio per gli studenti delle classi che soddisfino tutti i requisiti didattici per l'istruzione.
- Comunicazione chiara ed efficace degli obiettivi di lezioni, moduli e progetti sia agli studenti che ai genitori.

01.2013 - 11.2013

Chinesiologo

WORK MEDICAL CENTER - CHIETI

- Colloquio individuale con gli utenti, visione di lastre ed esami e raccolta delle informazioni sulla loro storia clinica.
- Pianificazione e somministrazione di programmi di allenamento.
- Valutazione dell'efficacia degli interventi.
- Progettazione e conduzione di programmi di educazione motoria.
- Spiegazione e dimostrazione pratica degli esercizi e monitoraggio degli utenti durante l'esecuzione.
- Preparazione della sala prima delle lezioni e controllo del funzionamento delle attrezzature.
- Collaborazione con altri professionisti nella discussione di casi clinici e nella definizione delle cure più appropriate.
- Spiegazione di condizioni mediche e malattie usando una terminologia chiara e di facile comprensione.
- Enfasi sull'innata capacità di autoguarigione del corpo umano senza l'uso di medicinali o interventi chirurgici.
- Organizzazione e programmazione di esercizi e attività ricreative per il benessere fisico ed emotivo dei partecipanti.
- Elaborazione di piani terapeutici personalizzati al fine di integrare gli obiettivi dell'intervento riabilitativo e le abilità specifiche di ogni paziente.
- Documentazione dei piani di trattamento del paziente, dei progressi, delle valutazioni e dei risultati.

02.2010 - 05.2010

Tirocinante scolastico

Liceo N. Fiani - Torremaggiore

- Promozione della sicurezza degli studenti in classe e all'esterno.
- Applicazione pratica della Tecnica nelle attività di classe, con conseguente aumento del Numero % della media dei voti degli studenti.
- Preparazione di lezioni personalizzate allo scopo di soddisfare le esigenze individuali dello studente nello sviluppo delle competenze, ed elaborazione di istruzioni complete su ogni materia.
- Preparazione degli studenti ai test con conseguente aumento del Numero% dei risultati nell'anno.
- Assistenza agli studenti nello studio di specifiche materie e nello sviluppo di abilità generali relative alle tecniche di apprendimento, di studio e di memorizzazione delle informazioni.
- Lavoro a stretto contatto con gli studenti delle classi dalla 1ª alla 5ª, aiutandoli a sviluppare abilità matematiche e di scrittura.
- Adeguamento di strumenti, risorse e sistemi per rispecchiare i requisiti delle professioni.
- Identificazione e superamento degli ostacoli nell'apprendimento riscontrati dagli studenti, aiutandoli a completare efficacemente i compiti a casa entro le scadenze stabilite.

Istruzione E Formazione

2008

Diploma di perito meccanico, istituto tecnico industriale

2012

Laurea in Scienze dell'attività motorie e sportive, Università di Foggia

2014

Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle attività motorie preventive ed adattate, università di Chieti

2014

International Dance Association) Attestato di operatore specializzato nell'applicazione di Taping Elastico nel 2013 rilasciato da ATS (Advanced Training System). Attestato Istruttore di Nordic Walking di secondo livello, ANWI

2016

Diploma di Insegnante di Hip Hop, I.D.A.

Brevetto di abilitazione professionale di bagnino di salvataggio acque interne e acque esterne. Istruttore di Acqua Fitness Membro ufficiale certificato dell'UNC Unione Nazionale Chinesiologia Attestato corso base di Calisthenics presso Burningate.

Brevetto di abilitazione professionale di bagnino di salvataggio acque interne e acque esterne. Istruttore di Acqua Fitness Membro ufficiale certificato dell'UNC Unione Nazionale Chinesiologia Attestato corso base di Calisthenics presso Burningate.

Lingue

Inglese

Capacità di lettura SUFFICIENTE

Capacità di scrittura SUFFICIENTE

Capacità di espressione orale SUFFICIENTE

Additional Information

- per la preparazione professionale, sono in possesso di ottime capacità relazionali e comunicative.

Certificazioni

- Corso base di calisthenics presso Burningate

Hobby E Interessi

- Danza
- Video-Making

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi dell'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e dell'art. 13 GDPR (Regolamento UE 2016/679) ai fini della ricerca e selezione del personale.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti in questo CV ai fini della ricerca e selezione del personale.

Roberto Ferraro

16/11/2022 Serracaniola