



**INFORMAZIONI PERSONALI**

Nome **MUTTI SARA**  
Indirizzo  
Telefono  
E-mail  
Nazionalità Italiana  
Data di nascita

**ESPERIENZA LAVORATIVA**

Anno 2014/ 2015  
2013/2014 Insegnante di sostegno presso l'Istituto Imiberg "Maria Immacolata" (Bergamo)

Anno 2014/2015 Responsabile corso di atletica leggera presso scuola Secondaria Inferiore di Costa di Mezzate, Bagnatica, Brusaporto

Anno 2013/2014 Corso "Atletica leggera" presso la scuola Secondaria Inferiore e le classi 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> della scuola Primaria di San Paolo d'Argon

Dall'anno scolastico 2012/2013 Corso comunale di "educazione pre-motoria" per bambini dai 5 ai 7 anni presso il palazzetto di Bagnatica

Anno 2013/2014 Corso "Multisport" per bambini di 5-6 anni presso l'oratorio di Commenduno (Albino)

Anno 2013/2014 Corso di "Ginnastica dolce per anziani" presso scuola elementare Rodari a Seriate

Dall'anno scolastico 2012/2013 Allenatore di atletica leggera per 5-7 anni e 8-13 anni presso l'Unione Sportiva Mozzo

Anno 2012 Tirocinio presso palestra Sportpiù di Cenate Sopra incentrato su: ginnastica antalgica, idrokinesiterapia, riequilibrio posturale, rieducazione funzionale dopo infortunio e operazione

Anno 2011/2012 Tirocinio presso l'istituto "Sacra Famiglia" di Comonte di Seriate (scuola Secondaria Inferiore) classi 1<sup>a</sup>-2<sup>a</sup>-3<sup>a</sup>

Dall'anno scolastico 2011/2012 Responsabile "Corso di atletica leggera" presso la scuola Secondaria Inferiore di San Paolo d'Argon per le classi 1<sup>a</sup>- 2<sup>a</sup> -3<sup>a</sup>

Dall'anno 2011 Istruttore di kick boxing presso la palestra Castalgym di Castelli Caleppio

Anno 2010/2011	Responsabile "Corso doposcuola" di Educazione Motoria nella scuola Primaria presso l'istituto di Bagnatica per le classi 1 <sup>a</sup> - 2 <sup>a</sup> e 3 <sup>a</sup> - 4 <sup>a</sup> - 5 <sup>a</sup>
Dall'anno scolastico 2009/2010	Responsabile Corsi di Atletica Leggera nella scuola Primaria, per le classi 5 <sup>a</sup> , presso l'istituto "Sacro Cuore" di Bergamo
Dall'anno scolastico 2008/2009	Responsabile Corsi di Atletica Leggera nella scuola Primaria, per le classi 4 <sup>a</sup> e 5 <sup>a</sup> , presso gli istituti di Bagnatica, Costa di Mezzate e Brusaporto
Da novembre 2007	Tecnico dell'Atletica Brusaporto con mansioni di allenatore della categoria Ragazzi/e (età 12-13 anni) , delle categoria Cadetti, Allievi, Junior -velocità e ostacoli - (età dai 14 ai 18 anni)
Anno 2007	Tirocinio presso il centro fitness Coral di Trescore Balneario
Dal 2000 al 2008	Commessa presso un negozio di alimentari con mansioni di banconiera, cassiera e magazziniera

**ISTRUZIONE E FORMAZIONE**

**Titoli di studio**

Nel 2013

**Laureata** nel corso di **Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate** nella facoltà di Medicina e Chirurgia di Brescia nell'Ottobre 2013 (voto 108 su 110)

Materie di studio:

Anatomia e fisiologia dell'attività fisica

Bioingegneria delle disabilità

Conoscenze linguistiche

Epidemiologia e valutazione degli stili di vita sulla salute

Metodi e didattiche delle attività motorie

Fondamenti etici e legali: la lotta al doping

Fisiologia degli adattamenti

Pedagogia dell'azione umana nell'età evolutiva e adulta

Terapia riabilitativa

Metodi e didattiche delle attività sportive

Fisiologia e fisiopatologia del metabolismo, dell'apparato respiratorio e cardiovascolare

Fisiopatologia delle malattie metaboliche e della terza età

Nel 2010

**Laureata in Scienze Motorie delle attività motorie e sportive** nella facoltà di Medicina e Chirurgia di Brescia nel Marzo 2010 (voto 99 su 110)

Materie di studio:

Teoria e metodologia dell'allenamento

Teoria, tecnica e didattica del movimento umano

Teoria, tecnica e didattica attività sportiva individuale di atletica leggera, ginnastica artistica e attrezistica, ginnastica ritmica, nuoto

Teoria, tecnica e didattica attività sportiva di squadra di pallacanestro, pallavolo, calcio, rugby

Aerobica

Anatomia Umana e Anatomia Funzionale dell'apparato locomotore

Chimica e Biologia

Biochimica delle attività motorie

Patologia Generale

Medicina Interna e Pronto Soccorso

Malattie apparato locomotore e diagnostica per immagini

Medicina dello sport, Medicina fisica e riabilitativa e Neurologia

Medicina legale e Tossicologia

Ginnastica adattata

Psicologia, Pedagogia, Sociologia

Scienze Psicologiche per la dinamica dello sviluppo

Didattica e Pedagogia

Fisiologia e Biomeccanica delle attività sportive

Igiene

Lingua Inglese

Fisica e Statistica

Nutrizione

Informatica ed Economia Aziendale

Istituzione di Diritto

Farmacologia

Anno 2004/2005

**Diploma di maturità al Liceo Scientifico Federici di Trescore Balneario**

**Corsi di formazione**

2014	Corso PSS-D fmsi (Primo Soccorso Sportivo con Defibrillatore)
2013	Corso Badminton World Federation Shuttle Time Teacher Training
2009/2010	Conseguimento di brevetto di istruttore di 1° livello di atletica leggera della FIDAL
2009	Conseguimento di brevetto di Istruttore di kick boxing della FIKBMS
2008	Conseguimento del brevetto di allenatore di kick boxing dalla FIKBMS
2008	Corso opzionale di Arbitro di Rugby
2007	Corso opzionale di Giudice di Atletica

**CAPACITÀ E COMPETENZE**

**PERSONALI**

**MADRELINGUA**

**ITALIANO**

**ALTRE LINGUA**

**INGLESE**

• Capacità di lettura

Scolastico

• Capacità di scrittura

Scolastico

• Capacità di espressione orale

Scolastico

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
RELAZIONALI**

Buona capacità di relazione con il pubblico adulto e di interazione con insegnanti preposti nelle scuole e colleghi in generale.

Più che buona capacità di relazione con soggetti in età scolare (elementare, superiore primaria e secondaria) in ambito scolastico e sportivo.

Come insegnante di sostegno l'obiettivo principale è quello di creare un rapporto empatico con l'alunno, adeguandomi alle sue necessità

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
ORGANIZZATIVE**

Capacità di organizzazione e svolgimento di lezioni di pratica sportiva in generale (più specificatamente per atletica e kick boxing) e di ginnastica di mantenimento, body tonic, ACG, GAG, anche con gruppi spesso superiori alla ventina di elementi.

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
TECNICHE**

Più che buona competenza nell'uso del computer (programmi Microsoft Office- Word, Excel, Power Point, Publisher) e buona competenza nell'uso di Internet.

Conoscenza dell'uso dei macchinari e degli attrezzi da palestra presenti nella sala pesi.

Capacità di stesura di un protocollo di lavoro con obiettivo di sviluppo di capacità fisiche o recupero funzionale.

**ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE**

In seguito alla mia esperienza con l'infanzia pongo sempre come mio primo obiettivo l'amalgamazione del gruppo, in particolare ricerco la partecipazione di quei soggetti chiamati "satellite" che cercano di allontanarsi dal gruppo.

Mi piace inoltre lavorare in un ambiente dinamico e professionale, dove mi sia possibile crescere.

*Sara Pluta*