

INFORMAZIONI PERSONALI **Nicola Casarano**

📍 Via Mavora, 60 – 41013 – Castelfranco Emilia (MO)

☎ 333-9123974

✉ nicolacasarano@yahoo.it

Sesso Maschio | Data di nascita 14/05/1996 | Nazionalità Italiana

OCCUPAZIONE PER LA QUALE  
SI CONCORRE  
POSIZIONE RICOPERTA  
OCCUPAZIONE DESIDERATA  
TITOLO DI STUDIO  
OBIETTIVO PROFESSIONALE

Docente di Educazione Fisica.

Allenatore e/o preparatore atletico presso società sportive sia per bambini che per adulti.

Preparazione e compilazione di schede d' allenamento per il condizionamento fisico e atletico presso palestre e ambienti affini.

Commesso nei vari settori di industrie e negozi sportivi per approfondire le mie conoscenze per quanto riguarda tutto l' universo sportivo.

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

(da 12/2018 a 02/2019)

**Addetto Decathlon**

Addetto alle vendite reparto Sport collettivi part time.

(da 08/2013)

**Calciatore dilettantistico**

AC Rolo – Vicolo dello Sport, 11 - Rolo (RE)

- Prestazioni sportive per la società Rolo nel campionato di Eccellenza.

(da 08/2017)

**Educatore e allenatore di calcio**

A.S.D. San Paolo – Via del Luzzo, 130 – Modena (MO)

- Insegnamento di regole, tecnica, tattica individuale del gioco del calcio e sviluppo di capacità condizionali e coordinative di bambini in età evolutiva.

(da 03/2017 a 06/2017)

**Collaboratore**

Polisportiva San Faustino – Via Wiligelmo, 72 – Modena (MO)

- Sviluppo capacità coordinative e miglioramento tecnica individuale

ISTRUZIONE E FORMAZIONE 

---

- (da 09/2019) **Corso di Laurea Magistrale in Scienze Tecniche delle Attività Sportive**  
Alma Mater Studiorum Bologna - Corso di Laurea Magistrale in Scienze Tecniche delle Attività Sportive.
- (da 09/2015 a 03/2019) **Laureato in Scienze delle Attività Motorie e Sportive**  
Alma Mater Studiorum Bologna - Corso di Laurea Triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive.
- (Da 09/2010 a 07/2015) **Diploma di Liceo Scientifico**  
Liceo Scientifico A. Tassoni – Viale V. Reiter, 66 Modena (MO)  
Punteggio conseguito: 73/100

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1/B2	B1/B2	B1/B2	B1/B2	B1/B2

Livelli: A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato  
[Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue](#)

**Competenze comunicative** Possiedo buone competenze comunicative acquisite durante la mia formazione scolastica, le mie esperienze lavorative e di tirocinio, in diversi contesti e con interlocutori di tutte le età.

**Competenze organizzative e gestionali** Sono in grado di organizzare gli orari e i tempi delle varie sedute di allenamento, sia che si tratti di un gruppo più o meno numeroso, sia che si tratti di un singolo individuo.

**Competenze professionali** Ritengo di possedere buone competenze dei diversi sport conoscendone le varie caratteristiche in modo tale da adottare l'allenamento più adeguato nelle varie fasce d'età. Possiedo una buona capacità di proporre attività motorie di tipo ludico-ricreativo, preventivo e sportivo. Possiedo buone conoscenze per quel che riguarda materiali e attrezzature sportive.

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Intermedio	Intermedio	Intermedio	Intermedio	Intermedio

Livelli: Utente base - Utente intermedio - Utente avanzato  
[Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione](#)

**Altre competenze** - conoscenza delle basi biologiche del movimento e dell'adattamento all'esercizio fisico;  
 - conoscenza dei metodi di misurazione e valutazione dell'esercizio fisico;  
 - competenze relative alle caratteristiche funzionali del muscolo.

**Patente di guida** B automunito

## ULTERIORI INFORMAZIONI

- Publicazioni
  - Presentazioni
  - Progetti
  - Conferenze
  - Seminari
  - Riconoscimenti e premi
  - Appartenenza a gruppi / associazioni
  - Referenze
  - Menzioni
  - Corsi
  - Certificazioni
- **Tesi di Laurea:** L'allenamento nel gioco del calcio: metodologia per la categoria Pulcini.
  - Corso di formazione per l'utilizzo del defibrillatore semiautomatico – Modena, 05/02/18;

## ALLEGATI

- Attestati di partecipazione ai corsi.

**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".