

## INFORMAZIONI PERSONALI

## Aleandra Culcasi



📍 Residenza Via Grotta Perciata 12, Valderice 91019  
Domicilio Via Dino Maggi 6, Stradella 27049  
☎ 3395020885  
✉ [aleandra.culcasi@gmail.com](mailto:aleandra.culcasi@gmail.com)

Sesso Femmina | Data di nascita 26/03/1993 | Nazionalità Italiana

TITOLO DI STUDIO  
DICHIARAZIONI PERSONALI

Abilitazione all'insegnamento classe di concorso A049 - A048.  
Master II Livello: Progettazione e Conduzione dell'esercizio fisico nelle patologie Esercizio-Sensibili.  
Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate e delle Attività Sportive. Laurea in Scienze delle Attività Motorie e Sportive. Diploma Liceo Scientifico.

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

Docente Educazione Fisica, Istruttore Minibasket, Allenatore di Pallacanestro, Tutor Sportivo Scolastico.

Docente a tempo indeterminato Educazione fisica A049 anno scolastico 2023/2024.

Docente Educazione fisica EEEM anno scolastico 2022/2023.  
Coordinatrice Centro Estivo Contigliano Giugno/Luglio 2023. Referente sportivo progetti sportivi AICS Rieti da Giugno 2021 a Giugno 2023.  
Responsabile Tecnico 2022/2023. Istruttore presso Campus Estivo Giugno 2020. Tutor Sportivo Scolastico Progetto Sport di Classe anno scolastico 2018/19 e 2019/2020. Allenatore di Pallacanestro ed Istruttore Minibasket da 2015/16 a 2020/21

Insegnante di educazione fisica presso l'Istituto Comprensivo A. Depretis - Stradella PV, scuola secondaria di I grado.

Referente progetto Scuola Attiva junior a.s. 2023/2024.

Esperto formatore progetto Fitness in cattedra, rivolto al corpo docente IC Depretis - Stradella da Marzo a Giugno 2024.

Insegnante di educazione fisica presso l'Istituto scolastico: I.C MINERVINI SISTI - RI (RIIC829001), classi quinte Scuola Primaria.

Responsabile tecnico presso ASD More Sport, attività multi-sportiva.

Coordinatrice Centro Estivo Contigliano (RI), giugno - luglio 2023.

Referente sportivo progetti AICS Rieti:

- "Sport siamo noi" presso Contigliano giugno 2021 - dicembre 2021;
- "Sport di squadra" presso Rieti, ottobre 2021 - giugno 2022;
- "Silver Fitness" attività fisica adattata over 50 presso Contigliano, ottobre 2022 - marzo 2023;
- "Mi.Gio.Act" attività fisica adattata over 60 presso Contigliano, da aprile a Luglio 2023.;
- "Restart" Mamanet, da febbraio 2023 a maggio 2023..

Istruttore Minibasket presso A.S.D. Super...Abile ONLUS; A.S.D Flower Sport e responsabile

tecnico presso Happy Green Basket Palermo.

Tutor Sportivo Scolastico presso l'Istituto Scolastico: I.C. RITA LEVI MONTALCINI – PA (PAIC8A000C); ICS Michelangelo Buonarroti – PA.

Istruttore presso SSD Happy Basket per attività ludico-motorie, Campus Estivo svolto al Centro Sportivo Ancelle (PA).

150 ore di tirocinio inerenti l'Attività Fisica Adattata per soggetti over 60, presso il Centro Sportivo Universitario di Verona.

- Programmazione delle attività e responsabile del settore Minibasket
- Programmazione delle attività relative al settore giovanile Pallacanestro.
- Collaborazione alla progettazione delle attività didattiche, alla programmazione e realizzazione delle attività motorie e sportive scolastiche.

**Attività o settore** Attività Sportiva e Ludico-Motoria

Abilitazione all'insegnamento classe di concorso A049.

Master II livello: Progettazione e Conduzione dell'esercizio fisico nelle patologie esercizio-sensibili.

Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate e delle Attività Sportive.

Laurea in Scienze e Tecniche delle Attività motorie e Sportive.

Diploma Liceo Scientifico.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

**Abilitazione all'insegnamento classe di concorso A049, 2022.**

**Master II livello: Progettazione e Conduzione dell'esercizio fisico nelle Patologie Esercizio-Sensibili 2018/19**

**Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate e delle Attività Sportive da 2016/2017 a 2017/2018.**

**Laurea in Scienze e Tecniche delle Attività motorie e sportive da 2012/13 a 2014/15.**

**Diploma Liceo Scientifico da settembre 2007/08 a 2011/12**

Abilitazione all'insegnamento classe di concorso A049 rilasciato dall'USR Lombardia in data 2/11/2022

Master II livello: Progettazione e Conduzione dell'esercizio fisico nelle Patologie Esercizio-Sensibili rilasciato dall'Università degli Studi di Verona in data 11/10/2019

Laurea magistrale rilasciata dall'Università degli Studi di Palermo in data 23/07/2018 con votazione: 110/110 e lode.

Laurea triennale rilasciata dall'Università degli Studi di Palermo in data 21/03/16 con votazione: 110/110 e lode.

Diploma rilasciato dal Liceo Scientifico V.Fardella in data 04/07/2012 (Trapani), con votazione: 87/100.

- Competenza nella teoria, nella didattica e nella tecnica delle discipline sportive e del fitness, ottima conoscenza dell'anatomia e della fisiologia applicata all'esercizio fisico.
- Acquisizioni delle abilità di calcolo delle funzioni matematiche, conoscenze della biologia, fisica e chimica.

## COMPETENZE PERSONALI

Tesserino riconosciuto dalla FIP: Istruttore Minibasket ed Allievo Allenatore

Lingua madre Italiano

Altre lingue

	COMPRESIONE		PARLATO	
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale
Inglese	Sufficiente	Buono	Buono	Sufficiente
Sostenuti esami universitario: Livello B1				

**Competenze comunicative** ▪ Possiedo ottime competenze comunicative acquisite durante la mia esperienza universitaria e lavorativa

**Competenze organizzative e gestionali** ▪ Leadership: evidenziata nel gestire un team di adolescenti e nella gestione organizzativa di eventi per bambini.

**Competenze professionali** ▪ Buona nei processi di strutturazione, programmazione e verifica dei contenuti svolti.

**Competenze digitali**

AUTOVALUTAZIONE			
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza
Avanzato	Avanzato	Intermedio	Intermedio

- buona padronanza degli strumenti (elaboratore di testi, foglio elettronico, software di presentazione)
- buona padronanza dei programmi per l'elaborazione digitale delle immagini acquisita come fotografo a livello amatoriale

**Altre competenze** Abilità nello svolgimento di test motori, valutazione funzionale con ausilio di strumentazione (cardiofrequenzimetro, cronometro, bioimpedenziometria, handgrip)

**Patente di guida** B

**ULTERIORI INFORMAZIONI**

**Pubblicazioni** Power training in young athletes: is it all in the genes?  
Physiotherapy Quarterly (formerly Fizjoterapia) 2018, 26 (3), 13–17.

**Certificazioni** Istruttore Minibasket (Tessera FIP: I028908)  
Allievo Allenatore (Tessera FIP: L043784)  
Corso di BLS D Adulto e Defibrillazione con DAE

**Dati personali**

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi dell'art. 26 della legge 15/68, nonché degli artt. 46 e 47 del D.P.R. 445/2000, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali. Inoltre, il sottoscritto autorizza al trattamento dei dati personali, secondo quanto previsto dalla Legge 675/96 del 31 dicembre 1996.

Data, 02/07/2024

Firma 