

INFORMAZIONI PERSONALI

Letizia Cosma

Marzo 2018 - Maggio 2018

TIROCINIO

*Associazione sportiva Gioca volley team
Urbino*

Collaborazione con allenatrici nel settore giovanile di pallavolo, gestione del gruppo del minivolley con bambine dai 5 ai 12 anni. Proposte di circuiti basati sullo sviluppo degli schemi motori di base e primi approcci nel mondo del volley.

Gennaio 2017 – Marzo 2017

ATTIVITÀ DI TUTORATO DIDATTICO

Per un totale di 200 ore.

Attività di tutorato didattico presso l'Università di Urbino Carlo Bo, nel Dipartimento di Scienze Biomolecolari indirizzo scienze motorie, sportive e della salute. (L-22) Servizio di sostegno per studentessa.

Aprile 2016 - Maggio 2016

TIROCINIO

Attività motoria educativa didattica, esperienza presso I.I.S. Raffaello, Istituto d'Istruzione Superiore Raffaello, Urbino.

Assistenza al docente di educazione fisica nel lavoro di gruppo classe, proposta di una lezione sulla coordinazione oculo-manuale, gestione della classe e rapporti con adolescenti di età compresa tra 14 e 17 anni.

Ottobre 2015 – Aprile 2016

TIROCINIO

*Associazione sportiva Urbania volley.
Urbania*

Affiancamento allenatore serie C, gestione di un gruppo adulto con ragazze dai 18 ai 39, proposte di allenamenti sulle situazioni di gioco, sulla tecnica e tattica, proposte di esercizi analitici, sintetici e globali.

Novembre 2014 – Marzo 2015

TIROCINIO

*Impianto natatorio Mondolce, Facoltà di Scienze Motorie.
Urbino*

Collaborazione con il professore di nuoto dell'università di Urbino, per le prime fasi di ambientamento in acqua con bambini di età compresa tra i 3 e 8 anni, proposte di gioco e divertimento acquatico.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Settembre 2013 – Marzo
2017

Laurea in Scienze motorie, sportive e della salute

Università degli studi Carlo Bo, Urbino.

- Sport di squadra, sport individuali, atletica, ginnastica, nuoto.
- Anatomia, fisiologia, biochimica.
- Attività motoria per adulti e anziani, attività motoria adattata

Settembre 2008 – Luglio 2013

Maturità

Liceo socio psico-pedagogico, Pietro Colonna Galatina (Le)

- Psicologia, pedagogia
- Musica
- Sociologia

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre

Italiano

Altre lingue

Inglese , livello A2

Competenze comunicative

- Capacità di lavorare in gruppo, collaborazione tra figure diverse (atlete, ragazze, bambine, professori, allenatori, genitori)
- Capacità di utilizzare un linguaggio differente in base alla fascia di età.

Competenze organizzative e gestionali

- Capacità di progettare un allenamento per vari livelli tecnici, ed età.
- Ho acquisito grazie alle mie esperienze, la capacità di gestione del gruppo di atleti e classe

Competenze informatiche

- Esame di abilità informatiche (conoscenze degli applicativi Microsoft e del pacchetto Office)
- Buone capacità di navigare in Internet.

Patente di guida

B

ULTERIORI INFORMAZIONISeminari
Convegni
Certificazioni

- Partecipazione assemblea AONI sull'attività fisica nelle scuole elementari.
- Partecipazione seminario organizzato dall'associazione EPALE ,sull'educazione motoria negli adulti.
- Certificazione per compilare il referto nelle partite di pallavolo
- Cartellino allievo-allenatore primo grado fipav.

Redatto ai sensi degli art. 46 Dichiarazioni sostitutive di certificazioni e 47 Dichiarazioni sostitutive dell'atto di notorietà del D.P.R. 445/2000"