

INFORMAZIONI PERSONALI

Miriam Giannetto



Sesso | Data di nascita | Nazionalità

ESPERIENZA PROFESSIONALE

03/2022---06/2022

Docente

I.C. Teodoro Ciresola  
Via Venini, 80 - Viale Brianza, 18 - 20100, Milano (MI), ITALIA  
Docente di Sostegno e di Educazione Fisica scuola secondaria di primo grado

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2019---2021

Laurea magistrale in Scienze e tecniche dello sport (LM-68)

Università degli Studi di Palermo, ITALIA  
Tesi: "Dove vivere ed allenarsi per migliorare le prestazioni dei nuotatori"  
Votazione: 110 L /110

2020

Preparatore Fisico Primo Livello

Scuola Regionale dello Sport Sicilia, ITALIA

2016---2019

Laurea triennale in Scienze Motorie Sport e Salute (L-22)

Università degli Studi di Messina, ITALIA  
Tesi: "Adattamenti metabolici della massa muscolare durante l'allenamento"  
Votazione: 104/110

2007---2012

Diploma Scuola secondaria di secondo grado

Diploma Biologico Sperimentale ordinamento Scientifico  
Istituto Tecnico per Attività Sociali "M. Guerrisi", Reggio Calabria, ITALIA  
Votazione: 88/100

## COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1	B1	B1	B1	B1
Francese	A1	A1	A1	A1	A1

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

**Competenze comunicative** Ho sempre lavorato a contatto con gli altri, mantenendo un ottimo rapporto con colleghi e clienti. Buono spirito di gruppo, capacità comunicative e relazionali. Capacità di interagire con praticanti in funzione di età, genere, condizione sociale, sia individuale che di gruppo.

**Competenze organizzative e gestionali** Le mie esperienze mi hanno portato spesso e volentieri ad organizzare la mia giornata lavorativa e quotidiana in modo abbastanza indipendente, prendendo l'iniziativa e adattandomi a qualsiasi situazione.

**Competenze professionali** Conoscenza delle basi biologiche del movimento e dell'adattamento all'esercizio fisico in funzione del tipo, intensità e durata dell'esercizio, dell'età e del genere del praticante. Conoscenza di tecniche e strumenti utili per il potenziamento muscolare. Conoscenze di strumenti necessari per condurre programmi a livello individuale e di gruppo. Possedente di valori etici e motivazioni adeguate per promuovere uno stile di vita attivo e una pratica dello sport leale ed esente dall'uso di pratiche e sostanze nocive alla salute.

Competenze digitali	AUTOVALUTAZIONE				
	Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
	Utente avanzato	Utente avanzato	Utente avanzato	Utente avanzato	Utente avanzato

Livelli: Utente base - Utente intermedio - Utente avanzato  
Competenze digitali - Schedaper l'autovalutazione

Buono utilizzo del computer e del pacchetto office.  
 Sistemi operativi: Windows  
 Buona padronanza internet explorer, chrome, posta elettronica.  
 Acquisite alla scuola secondaria di secondo grado.

Patente di guida B

## ULTERIORI INFORMAZIONI

**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".

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

16/03/2026

f.to  
Giannetto Miriam