

## INFORMAZIONI PERSONALI

## Sonia Previato

 [sonia.previato92@gmail.com](mailto:sonia.previato92@gmail.com)

Sesso F | Data di nascita 12/06/1992 | Nazionalità Italiana

## TITOLO DI STUDIO

## Laurea in Scienze Motorie Sport e Salute

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

- 
- (da Settembre 2019) **Preparatore atletico U16 F**  
**Associazione sportiva dilettantistica Polisportiva Rivarolese**
- Lezioni pratiche svolte in palestra
  - Esercizi motori finalizzati al miglioramento delle capacità fisiche delle atlete
- (da Settembre 2018) **Educatore Sportivo**  
**A.S.D. Atletica Interflumina è Più Pomi**
- Lezioni pratiche svolte sulla pista di atletica
  - Attività motoria nelle diverse fasce d'età
- (dal 2013 al 2019) **Istruttore Psicomotricità**  
**Associazione sportiva dilettantistica Polisportiva Rivarolese**
- Lezioni pratiche svolte in palestra
  - Attività motoria nelle diverse fasce d'età
- (dal 2014 al 2016) **Esperto Esterno Di Motoria**  
**Istituto Comprensivo Di Bozzolo**  
Scuola Elementare di Rivarolo Mantovano
- Lezioni pratiche svolte in palestra
  - Attività motoria nelle diverse fasce d'età e sport
- (dal 2017 al 2018) **Esperto Esterno Di Motoria**  
**Istituto Comprensivo Di Bozzolo**  
Scuola Elementare di Bozzolo
- Lezioni pratiche svolte in palestra
  - Attività motoria nelle diverse fasce d'età e sport
- (dal 2014 al 2018) **Educatore Doposcuola**  
**Istituto Comprensivo Di Bozzolo**  
Scuola Elementare di Rivarolo Mantovano
- Aiuto compiti e attività ricreative
  - Svolgimento dei compiti

(dal 2017 al 2019)

**Aiuto Istruttore U12 F**

**Associazione sportiva dilettantistica Polisportiva Rivarolese**

- Collaborazione con esperti del settore
- Attività motoria nelle diverse fasce d'età

(dal 2013 al 2019)

**Aiuto Istruttore Mini-volley**

**Associazione sportiva dilettantistica Polisportiva Rivarolese**

- Collaborazione con esperti del settore
- Attività motoria nelle diverse fasce d'età

**ISTRUZIONE E FORMAZIONE**

(da 2006 – a 2010)

**Diploma sperimentale ordine scientifico: Biologico (prog. Brocca) I.T.A.S.**

75/100

**Istituto tecnico statale per attività sociali Andrea Mantegna, Mantova**

- Le principali materie di indirizzo: Morfologia e Fisiologia, Biochimica e Biologia molecolare, Chimica generale- organica-analitica-strumentale, Microbiologia

Da Settembre 2010 al Ottobre 2016

**Laurea in Scienze Motorie, sport e salute**

91/110

**Università degli Studi di Parma, facoltà di Medicina e Chirurgia**

- Le principali materie trattate: Anatomia umana Antropometria e postura, Biochimica e Biochimica dell'esercizio fisico, Fisiologia e Fisiologia dell'esercizio fisico, Teoria e metodologia dell'allenamento, Sport individuali e Sport di squadra, Traumatologia e Medicina dello sport.

**COMPETENZE PERSONALI**

Lingua madre Italiano

Altre lingue

Inglese

COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
base	base	base	base	base

Competenze informatiche

Buona padronanza degli strumenti Microsoft Office

Competenze comunicative

- Grazie alle esperienze di tirocinio e personali possiedo buone competenze comunicative e relazionali nei confronti di bambini e genitori. Capacità relazionali nel piccolo e grande gruppo con disponibilità all'ascolto. Capacità di comunicare in modo chiaro, preciso e sintetico

Competenze organizzative e gestionali

- Capacità di organizzare autonomamente il lavoro, definendone priorità e assumendone la responsabilità. Abilità acquisite tramite le diverse esperienze in ambito universitario e lavorativo.

Flessibilità, spirito d'iniziativa e motivazione nell'attività lavorativa.

**Competenze professionali** Abilitazione ad Istruttore di Minivolley, Operatore laico all'uso BLS (rianimazione cardiopolmonare defibrillazione precoce) DAE. Corso Primo Soccorso.

**Altre competenze**

- Diploma di partecipazione: massaggiatore sportivo pre e post allenamento
- Operatore Specializzato nell'applicazione del Taping Elastico
- Atleta Fipav
- Presidente presso la società sportiva dilettantistica di Rivarolo Mantovano

**Patente di guida** B

## ULTERIORI INFORMAZIONI

---

### Tirocini formativi universitari:

- **Giocampus-Estate Parma**  
Osservazione degli istruttori durante le diverse attività sportive con bambini di diverse fasce d'età
- **Istituto Comprensivo di Bozzolo**  
Affiancamento dell'insegnante durante le ore di motoria (teoriche e pratiche) alla scuola Primaria e Secondaria di primo grado
- **Casa del Sole – Onlus**  
Ippoterapia con bambini e ragazzi con diverse disabilità
- **Fondazione Tosi/Cippelletti – Onlus**  
Affiancamento del terapeuta durante le deambulazioni assistite, le attività riabilitative e la ginnastica di gruppo per anziani

## ALLEGATI

---

- Copia della dichiarazione sostitutiva di Laurea
- Attestato di massaggiatore sportivo
- Attestato del corso di Primo Soccorso
- Attestato del corso di Tape Neuromuscolare

**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".