

INFORMAZIONI
PERSONALI



Salvatore Ficarra (Data di nascita 05/03/1996)

📍 via S.M. 31 n°4, 90046 Monreale, (Pa), Italia

☎ (+39) 340 6264547

✉ salvatore.ficarra03@unipa.it; ficarra.salvo@yahoo.it

Sesso: M

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

1/09/2018-1/10/2020 Istruttore di sala fitness ed istruttore di Calisthenics presso l'associazione sportiva dilettantistica Gymnasium Carini

Fitness and Calisthenics Coach at a.s.d. Gymnasium Carini

1/09/2019-1/10/2020 Istruttore Calisthenics presso l'associazione sportiva dilettantistica Polisportiva Operatori di Polizia

Calisthenics Coach at a.s.d. Polisportiva Operatori di Polizia

1/04/2018-31/12/2020 Volontario e Trainer per il progetto Europeo OaC: my Goal ("Outdoor Against Cancer").

Volunteer and Trainer for the European Project OaC: my Goal ("Outdoor Against Cancer")

ISTRUZIONE E
FORMAZIONE

1/11/2020- in Corso Dottorato di Ricerca (XXXVI Ciclo) in Health Promotion and Cognitive Sciences - Sport and Exercise Sciences Research Unit (Università degli studi di Palermo - Dipartimento SPPEFF)

PhD Course in Health Promotion and Cognitive Sciences - Sport and Exercise Sciences Research Unit (SPPEFF Department - University of Palermo)

28/7/2020 Laurea Magistrale in Scienze delle Attività Motorie Preventive e Adattate e delle Attività Sportive (classe LM-67) conseguita presso l'Università degli Studi di

Palermo.

Master's Degree in Physical Adapted Activity and Sport Science (class LM-67) – University of Palermo

5/12/2018 Istruttore di I livello CONI – Attività Sportiva Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness

I level Coach (CONI) – for Gymnastics with Health and Fitness purposes

19/7/2018 Laurea triennale in Scienze delle Attività Motorie e Sportive (classe L-22) conseguita presso l'Università degli studi di Palermo.

Bachelor Degree in Sport and Physical Activity Science (class L-22) – University of Palermo

2015 Diploma di Liceo Scientifico conseguito presso il Liceo Scientifico Statale A. Einstein.

Scientific High School Diploma - Liceo A. Einstein

COMPETENZE PERSONALI

Madre lingua/Mother tongue Italiano/Italian

Altre lingue/ Other language(s)	Comprensione/Understanding		Parlato/Speaking		Scritto/Writing
	Ascolto/Listening	Lettura/Reading	Interazione/ interaction	Produzione/ production	
Inglese/English	B2	B2	B2	B2	B2
(*) Common European Framework Of Reference For Languages					

Capacità e competenze sociali/Social skills and competences

Ottimali capacità relazionali con varie categorie di individui derivate dalle esperienze in sala fitness.

Excellent social skills with various kind of individuals thanks to the experience in fitness.

Capacità e competenze organizzative/Organisational skills and competences

Riesco a gestire gruppi di individui da leader per una lezione o un compito di gruppo grazie alle esperienze di tirocinio e lavorative ed anche da pari all'interno di gruppi di lavoro specifici con obiettivo comune grazie alle esperienze di lavori di gruppo svolti

sia durante il percorso di studi universitario che durante l'esperienza lavorativa in palestra.

I can handle groups of individuals as a leader for a lessons or a group work thanks to experience obtained during the internship and the work at the gym. I Can also participate in working groups as a member for particular jobs thanks to the experience gained during the university and during the working experience in gym.

Capacità e competenze tecniche/Technical skills and competences

Conosco tecniche esecutive specifiche per il mio ambito sportivo di specializzazione (Calisthenics) e per la sala fitness applicabili a differenti categorie di individui a seconda delle necessità grazie all'esperienza lavorativa. Inoltre possiedo conoscenze specifiche riguardanti l'allenamento per pazienti oncologici derivate dalla mia partecipazione al progetto europeo "OaC: my Goal" e dal mio periodo di approfondimento sul tema svolto per la stesura della mia tesi di laurea su donne con cancro al seno.

I know the techniques for the Calisthenics and Fitness exercises useful for different categories of individuals and different necessities thanks to the experience at gyms. I have also knowledge about the training for cancer patients and survivors due to the participation in the OaC Project and thanks to my degree thesis on breast cancer patients.

Capacità e competenze informatiche/Computer skills and competences

Posseggo ottime capacità informatiche con agli applicativi office Word, PowerPoint ed Excel derivate dall'utilizzo durante il mio percorso di studi universitario per finalità di tesi di laurea e consolidate da un utilizzo quotidiano al di fuori del contesto universitario. Ho ampliato le mie conoscenze su Excel nell'ambito della metodologia della ricerca grazie ad un corso CONI di approfondimento su tali temi (oltre alle conoscenze già acquisite durante l'università). In aggiunta grazie al primo approccio con il dottorato di ricerca ho ampliato le mie conoscenze anche sull'uso di software statistica tra cui STATISTICA, JAMOVI e GraphPad. Durante il tempo libero utilizzo inoltre il software "DaVinci Resolve" per brevi progetti di video-editing.

I have good computer skill especially with office Word, PowerPoint and Excel gained during my studies at the university especially for the production of my degree thesis and thanks to a daily use for different necessities. I improved my skill on Excel thanks to a CONI course for research methodology (in addition to knowledge acquired during the university). In addition, thanks to the beginning of the PhD course, I improved my knowledge and skills about statistical software (e.g. STATISTICA, JAMOVI and

GraphPad). During my leisure I also use “DaVinci Resolve” for small video-editing purposes.

Capacità e competenze
artistiche/Artistic skills and
competences

Discrete abilità nel disegno a mano libera praticato come hobby.

Good drawing skill because I practiced as a hobby.

Altre capacità e competenze/
other skills and competences

Pratico la disciplina “Calisthenics” da circa 10 anni e grazie alla mia esperienza ed al periodo tirocinio presso la Gymnasium Carini ho potuto ottenere la qualifica di istruttore dopo aver seguito un corso CONI specifico. Posseggo la patente di guida per auto e motociclette (A-B).

I have been practicing calisthenics for 10 years e thanks to my experience and thanks to the internship period at a.s.d. Gymnasium Carini and a specific CONI course I obtained the Calisthenics Coach certification. I have the driving licence for cars and motorcycle (A-B).

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.

The undersigned is aware that, pursuant to art. 26 of Law 15/68, and Articles. 46 and 47 of Presidential Decree 445/2000, false statements, falsified acts and use of false acts are punishable under the Penal Code and special laws. Moreover, the undersigned authorizes the processing of personal data, in accordance with the provisions of Law 675/96 of 31 December 1996.

Palermo, 10/07/2021

FIRMA/SIGNATURE

