

## Curriculum Vitae Europass



### Informazioni personali

Nome(i) / Cognome(i)

**Sara Carugo**

Indirizzo(i)



Telefono(i)



E-mail



Cittadinanza

Italiana

Data di nascita

17/07/1981

Sesso

Femminile

**Occupazione  
desiderata/Settore  
professionale**

**Insegnante di scienze motorie e sportive**

## Esperienza professionale

Date	Lavoro o posizione ricoperti	Principali attività e responsabilità	Nome e indirizzo del datore di lavoro	Tipo di attività o settore
Settembre 2023 a oggi	Funzione Strumentale Educazione alla Salute	Gestione, organizzazione e coordinamento progetti	IS Carlo Dell'Acqua, Legnano (MI)	Educazione
Settembre 2022 a oggi	Insegnante di scienze motorie	Insegnamento nella scuola secondaria di secondo grado	IS Carlo Dell'Acqua, Legnano (MI)	Sport ed educazione
Settembre 2022 a Luglio 2023	Tutor neoassunto	Gestione piattaforma indire, attività di peer to peer con neoassunto	IS Carlo Dell'Acqua, Legnano (MI)	Sport ed educazione
Settembre 2021 a settembre 2022	Tutor neoassunto	Gestione piattaforma indire, attività di peer to peer con neoassunto	IIS Gregorio Mendel, Villa Cortese (MI)	Sport ed educazione
Marzo 2019 a Giugno 2019	Tutor per PON " Dal Mendel al mondo - competenze di cittadinanza globale crescere in movimento lo sport che include"	Coordinamento e supporto attività	IIS Gregorio Mendel, Villa Cortese (MI)	Sport ed educazione
Gennaio 2019 a Giugno 2019	Esperto per PON " Dal Mendel al mondo - competenze di cittadinanza globale crescere in movimento lo sport che include"	Progettazione e formazione studenti	IIS Gregorio Mendel, Villa Cortese (MI)	Sport ed educazione
Settembre 2018 a agosto 2022	Funzione Strumentale Orientamento (in entrata, in uscita e in itinere)	Gestione e organizzazione eventi orientamento per studenti	IIS Gregorio Mendel, Villa Cortese (MI)	Educazione
Marzo 2018 a Giugno 2018	Tutor per PON "Da uno sport antico le competenze moderne - il calcio gaelico"	Coordinamento e supporto attività	IIS Gregorio Mendel, Villa Cortese (MI)	Sport ed educazione

Marzo 2018 a Giugno 2018  
Esperto per PON " Campus crescere in movimento: lo sport che include"  
Progettazione e formazione studenti  
IIS Gregorio Mendel, Villa Cortese (MI)  
Sport ed educazione

Ottobre 2014 a 2021  
Insegnante di scienze motorie  
Insegnamento nella scuola secondaria di secondo grado  
IIS Mendel di Villa Cortese (MI)  
Sport ed educazione

Ottobre 2014 a agosto 2022  
Insegnante di scienze motorie  
Insegnamento nella scuola secondaria di secondo grado  
IIS Mendel di Villa Cortese (MI)  
Sport ed educazione

Ottobre 2013 – giugno 2014  
Insegnamento nella scuola secondaria di primo grado  
I.C. Carducci di San Vittore Olona  
Educazione

Settembre 2012 a oggi  
Istruttrice di ginnastica ritmica e socio fondatore  
Insegnamento delle tecniche di ginnastica ritmica a bambine e ragazze (dai 6 ai 18 anni), gestione dell'associazione sportiva dilettantistica  
ASD Gymart Cisliano (MI)  
Sport ed educazione

Ottobre 2011 – giugno 2013  
Volontaria educazione motoria  
Centro Diurno Disabili, Arluno (MI)  
Volontariato

Ottobre 2010 – giugno 2013  
Insegnante di educazione motoria  
Insegnamento degli schemi motori e degli sport ai bambini della scuola primaria  
Società Trezzano basket, Trezzano sul Naviglio (MI)  
Sport ed educazione

Ottobre 2009 a 2013

Insegnante di educazione fisica  
Insegnamento della pratica sportiva nella scuola secondaria superiore  
Enac Lombardia, Cuggiono (MI)  
Sport ed educazione

Luglio 2009  
Esperto sportivo  
Insegnamento a bambini dai 6 agli 11 anni della tecnica sportiva dell'unihockey  
Cooperativa Pianeta Azzurro, Corsico (MI)  
Sport ed educazione

08/06/09 a settembre 2013  
Istruttore sportivo  
Insegnamento a bambini dai 6 ai 12 anni della tecnica degli sport di squadra  
Società Trezzano basket, Trezzano sul naviglio (MI)  
Sport ed educazione

Ottobre 2008 a dicembre 2014  
Istruttore fitness (step, aerobica, gag, fitball) e istruttore pilates  
Pratica sportiva ad adulti  
GP GYM, Mesero (MI)  
Fitness

11/01/08 – 23/01/08  
Insegnante di educazione fisica  
Insegnamento nella scuola secondaria di primo grado  
Istituto comprensivo di via Cavour, Cuggiono (MI)  
Sport ed educazione

Ottobre 2007 a maggio 2012  
Insegnante di educazione motoria  
Insegnamento degli schemi motori di base nella scuola dell'infanzia  
Scuola di lingue Big Ben, Torino  
Sport ed educazione

2006/2007  
Istruttore di aerobica (alto e basso impatto)  
Pratica sportiva per adulti  
Scuola Dance Time, Lainate (MI)  
Fitness

Luglio 2006  
Animatrice miniclub  
Intrattenimento bambini vacanze estive  
Valtur  
Intrattenimento e animazione

2005/2008  
Insegnante di ginnastica dolce  
Pratica sportiva adulti  
Comune di Nerviano, Nerviano (MI)  
Sport

2004/2006  
Insegnante di educazione motoria  
Insegnamento nella scuola primaria  
Istituto comprensivo di Via dei Boschi, Nerviano (MI)  
Sport ed educazione

Ottobre 2003 – maggio 2004  
Insegnante di educazione motoria  
Insegnamento degli schemi motori di base nella scuola dell'infanzia  
Scuola dell'infanzia Chaniac, Pogliano Milanese (MI)  
Sport ed educazione

Gennaio 2003 – maggio 2003  
Insegnante di educazione motoria  
Insegnamento degli schemi motori di base nella scuola dell'infanzia  
Scuola dell'infanzia comunale, Pogliano Milanese (MI)  
Sport ed educazione

2002/2003  
Preparatrice atletica e insegnante scuola calcio  
Preparazione specifica per ragazzi e schemi associati al calcio per bambini  
A.C. Crescenzago (MI)  
Sport

2000/2011  
Istruttore di ginnastica ritmica  
Preparazione specifica e insegnamento della tecnica a bambine e ragazze  
ASD Ritmica Nervianese, Nerviano (MI)

## Istruzione e formazione

Date	5 agosto 2018
Titolo della qualifica rilasciata	Concorso straordinario docenti
Principali tematiche/competenze professionali possedute	Insegnamento delle scienze motorie e sportive nelle scuole secondarie di secondo grado
Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione	Ministero della pubblica istruzione
Livello nella classificazione nazionale o internazionale	
	30 giugno 2014 Abilitazione all'insegnamento (Percorso Abilitante Speciale) Abilitazione all'insegnamento delle scienze motorie e sportive nelle scuole secondarie di primo e secondo grado Università Cattolica del Sacro Cuore (Milano) 84/100
	21 luglio 2005 Laurea magistrale in scienze motorie e sport (vecchio ordinamento) Teoria, tecnica e didattica degli sport con basi scientifiche riguardanti il corpo umano e il movimento Università degli studi di Milano 93/110

**Capacità e competenze personali**

Madrelingua(e)

**Italiano**

Altra(e) lingua(e)

**Inglese, Francese**

Autovalutazione

Livello europeo (\*)

**Lingua**

**Lingua**

Comprensione				Parlato				Scritto	
Ascolto		Lettura		Interazione orale		Produzione orale			
B 1	Francese	B 2	Francese	B 1	Francese	B 1	Francese	B 2	Francese
B 1	Inglese	B 2	Inglese	B 2	Inglese	B 2	Inglese	B 2	Inglese

(\*) [Quadro comune europeo di riferimento per le lingue](#)

Capacità e competenze sociali

Capacità comunicative e predisposizione al lavoro in team

Capacità e competenze organizzative

Senso dell'organizzazione  
 Responsabilità nel portare a termine progetti

Capacità e competenze tecniche

Attitudini all'insegnamento a qualunque fascia d'età

Capacità e competenze informatiche

Buona conoscenza dei programmi office  
 Buona conoscenza delle piattaforme Google  
 Buona conoscenza registro elettronico (Argo, Axios)

Capacità e competenze artistiche

Ballo, canto e chitarra

Altre capacità e competenze

Sport

Patente	Patente B
<b>Ulteriori informazioni</b>	
<b>Allegati</b>	

**Firma**

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 (facoltativo)".

Sara Carugo

Il/La sottoscritto/a SARA CARUGO consapevole delle sanzioni penali richiamate dall'art.76 del D.P.R. 28.12.2000 n.445, in caso di dichiarazioni mendaci e di formazione o uso di atti falsi

**DICHIARA**

che i dati contenuti nel presente Cv corrispondono al vero.  
Si allega carta d'identità

Firma Sara Carugo