

CURRICULUM VITAE

ILARIA MARRAS

1974;

Titolo di studio:

- Diploma di "Qualifica di addetto alla contabilità d'azienda" conseguito presso l'Istituto Statale "Leonardo da Vinci" – Empoli nel 1991.

Lingua straniera:

- Inglese di livello scolastico.

Utilizzo PC:

- Ambiente operativo Windows e MAC, utilizzo pacchetto Microsoft Office, utilizzo di strumenti e relativi software specifici per l'effettuazione di test fisici tipo "Microgate - OptoJump", "Giko" "Witty Sem" "Ergopower", "Kinovea" ecc.

Titoli e qualifiche professionali:

- Diploma di ISTRUTTORE DI ATLETICA LEGGERA, FEDERALE anno 2006;
- Diploma di ALLENATORE DI ATLETICA LEGGERA DI 2° LIVELLO, FEDERALE (nuovo ordinamento) anno 2010
- Diploma di TECNICO DI DISCIPLINA DI ATLETICA LEGGERA per soggetti con DISABILITA' INTELLETTIVA E RELAZIONALE FISDIR (federazione sport disabili intellettivi e relazionali)2016
- FORMATORE ente di promozione ACSI nazionale per la disciplina di Atletica leggera

Incarichi

- Referente Scuola Regione Toscana CIP
- Delegato Regionale FISDIR regione Toscana dal 1 Gennaio 2021

Corsi di Aggiornamento:

2006: Comitato Regionale FIDAL – Veneto, FIDAL Centro Studi e Ricerche

“ATLETICA mente 2006” – Abano Terme;

2007: Comitato Regionale FIDAL – Toscana “La Postura in Atletica Leggera: la Pratica”

relatore Prof. Vincenzo Canali;

2008: Comitato Regionale FIDAL – Piemonte, FIDAL Centro Studi e Ricerche – ASS.I.T.A.L.

“2° convegno tecnico” Torino 14-12-2008;

2010-2016: Partecipazione a numerosi raduni tecnici regionali nazionali organizzati dalla FIDAL presso le proprie strutture in particolare quella di Formia e Saronno.

Collaborazione

2017: partecipazione al corso Nazionale Formatori ACSI organizzato in collaborazione con la Scuola dello Sport del CONI

2018 Organizza e partecipa assieme alla federazione sport disabili intellettivi e relazionali, un convegno nazionale a Montelupo Fiorentino SPORT&DISABILITA’

Nel 2019 Organizza e partecipa ad un Convegno Internazionale con FISDIR Nazionale, due università, Sassari e Firenze "Sport &Scienza nella Disabilità"

Capacità tecniche

- Approfondita conoscenza delle varie metodologie di insegnamento di disciplina Atletica Leggera, abilità nell’individuare metodi e mezzi di lavoro adeguati in base ai soggetti richiedenti che, essi siano normodotati o diversamente abili. Competenze nella scelta delle pianificazioni motorie e del perfezionamento di metodi di lavori con mezzi creativi al fine di rendere le attività piacevoli
- Capacità di lavorare per obiettivi, anche in condizioni di forte disagio.
- Pianificazione e gestione di programmi di attività educative motorie di avviamento allo sport individuali inerenti alla disciplina Atletica Leggera per soggetti normodotati e diversamente abili finalizzati al mantenimento e miglioramento della forma fisica o all’apprendimento di una specifica attività sportiva. I programmi possono avere finalità educative, adattive, ludiche o sportive.
- Gestione della preparazione fisica di gruppi o singoli soggetti, diffonde e promuove una cultura educativa dello sport aperta a tutti, volta a valorizzare le caratteristiche dei singoli ed a migliorarne il benessere psicofisico sia per soggetti normodotati che diversamente abili
- Osservazione sportiva nella valutazione dell’efficienza fisica del soggetto in ambito di disciplina sportiva Atletica Leggera
- Programma in collaborazione con la medicina dello sport attività mirate per l’efficienza fisica del soggetto disabile normodotato per la disciplina Atletica Leggera
- Pianifica e gestisce progetti e attività con una particolare attenzione agli aspetti organizzativi: pianifica, organizza, gestisce e verifica l’attuazione di piani e progetti sulla base di vincoli dati dalla disponibilità di risorse.

Esperienze e incarichi – attività sportiva:

- Ha svolto attività sportiva come atleta (Atletica Leggera) specialità Salto lungo e Triplo, sia settore giovanile che settore assoluto. Vanta nel suo palmares numerosi titoli nazionali di specialità;
- Detentrica del primato italiano di salto triplo, categoria juniores;
- Dal 1989 al 1997 è atleta d'interesse nazionale, settore salti in estensione, seguita prima dal Prof. Robert Zotko e successivamente dal Prof. Claudio Mazzaufu, vanta diverse convocazioni nella selezione Nazionale, sia giovanile che assoluta, con partecipazioni ad incontri internazionali sia europei che extra europei, indoor e outdoor.

- Dal 2005 collabora attivamente con l'Associazione Sportiva Dilettantistica "Toscana Atletica Empoli", affiliata FIDAL, per conto della quale si occupa degli atleti:
 - o Sara Tani, atleta Azzurro di Prove Multiple;
 - o Rebecca Palandri, atleta Azzurro settore Salti ed Ostacoli;
 - o Varie categorie giovanili;

- Nel 2011 ha ricevuto incarico dal Capo Settore Tecnico Nazionale – Prove Multiple della FIDAL come assistente collaboratore tecnico esterno al Settore Prove Multiple giovanile per l'area centro-nord settore giovanile
- Per l'anno scolastico 2011-2012 e 2012 -2013 è ideatrice ed organizzatrice, per conto della "Toscana Atletica Empoli", del progetto "*Atletica oltre il gioco*". Tale progetto si pone l'obiettivo di divulgazione dell'attività sportiva in ambito scolastico, sia nella scuola dell'infanzia che nella scuola primaria.

Attualmente coinvolge circa duemila bambini, per un totale di 110 classi di diversi circoli didattici dei comuni di Empoli e Vinci. Il progetto si articola sull'analisi delle capacità coordinative dei bambini nella primaria, utili per una crescita motoria funzionale ed equilibrata quali, lateralizzazione, oculo – manuale e podalica, equilibrio, orientamento spazio tempo e dinamica generale. Le varie capacità coordinative vengono esercitate sia sotto forme di gioco che con esercitazioni specifiche, distinguendo le esercitazioni per bambini del primo ciclo e del secondo ciclo didattico. Infine è stato elaborato un diario dove l'insegnante e l'istruttore verificano le difficoltà del bambino e lo annotano, tale proposta aiuta l'insegnante per una valutazione specifica dell'attività motoria svolta e per capire quali sono le difficoltà del bambino e come intervenire per aiutarlo.

Inoltre, a chiusura dell'anno scolastico, è prevista una manifestazione che, non solo coinvolgerà i bambini e gli insegnanti che hanno attivamente svolto il progetto, ma anche i genitori e tutta quella parte di cittadinanza attiva, visto che tale manifestazione verrà svolta

in un luogo simbolo del Comune, in un contesto non solo sportivo ma anche di rievocazione storico-culturale delle tradizioni locali.

- Nel 2013/2014 inizia la collaborazione con il settore tecnico ACSI ITALIA ATLETICA prima società civile in Italia in vanta nel suo palmares 14 scudetti su 16.
- Nell'anno scolastico 2014 è ideatrice ed organizzatrice, per conto della "Atletica Montelupo", del progetto "ENERMANGIANDO". Assieme ad Enegran trader di energia elettrica, realizza un percorso educativo sportivo sport salute energia. Tale progetto si pone l'obiettivo di divulgazione dell'attività sportiva come mezzo di comunicazione in ambito scolastico, sia nella scuola dell'infanzia che nella scuola primaria. Ha coinvolto circa 1000 bambini, di diversi circoli didattici dei comuni di Montelupo Limite e Capraia. Il progetto si articolava sull'analisi della combinazione tra movimento ed energia solare "il sole il corpo". Inoltre, a chiusura dell'anno scolastico
- Nel 2015 è ideatrice ed organizzatrice assieme ad ACSI ATLETICA SPORT TOSCANA del progetto DIS ABILITY tale progetto "La Dis-ability running" è stato un progetto in cui lo scopo era evidenziare nessuna diversità. tutti di corsa, coinvolgendo anche i campioni dello sport". un evento sportivo di solidarietà una sensibilizzazione aperta sul territorio al fine di pianificare un'attività sportiva attenta anche alle persone con disabilità fornendo la stessa gamma di qualità di servizi e programmi sportivi a tutte le persone cercando di ridurre al minimo lo svantaggio. Hanno partecipato i grandi campioni dello sport dai pluri medagliati olimpici ai campioni nazionali dal canottaggio all'atletica leggera al calcio alla pallanuoto e molti altri. Un evento e manifestazione in cui i protagonisti erano i ragazzi che si cimentavano in una camminata corsa condivisa e in una staffetta con i primi staffettisti che erano i campioni dello sport.
- Nel 2015-2016 2017 attiva i percorsi di stage sportivi alla Maddalena per soggetti con disabilità e collabora con l'Ass. Noi da Grandi. I ragazzi sono ospitati in strutture idonei per loro necessità, svolgono un ruolo attivo con attività organizzate durante le settimane e partecipano in maniera attiva alla vita sociale del paese ospitati
- Nel 2015 2016 2017 collabora attivamente con i centri diurni e centri residenziali del territorio svolgendo attività diretta come organizzatrice e programmatrice di tutti i corsi motori inerenti al correre saltare e lanciare verso i ragazzi con disabilità intellettiva e relazionale.
- Nel 2015/2016 pianifica e crea una nuova realtà associativa ACSI ATLETICA SPORT LA MADDALENA, per realizzare un nuovo progetto inclusivo, l'attività sportiva con soggetti diversamente abili e normodotati assieme. Attualmente attivo e con ampio gradimento dei partecipanti
- Nel 2017 stipula delle convenzioni con la sezione Mariscuola della Marina Militare di La Maddalena e realizza il raduno nazionale sportivo con oltre 100 atleti provenienti da tutta Italia
- Nel 2018 organizza un Convegno Nazionale con FISDIR e CIP Toscana "Sport & Disabilità" con la partecipazione del CNR di Parma, il convegno si realizza a Montelupo Fiorentino
- Nel 2018 coordina il progetto sport del DOPO DI NOI in collaborazione con la Cooperativa di Vittorio e lavora sui territori di Massa, Montepulciano, Isola d'Elba, Amiata e Viareggio

- Nel 2019 Organizza un Convegno Internazionale con FISDIR Nazionale, due università, Sassari e Firenze "Sport &Scienza nella Disabilità" con la partecipazione del CNR di Parma, la neuroscienziata Catherine Bartelemy e docenti provenienti da Roma Sassari e Firenze
- Nel 2019 coordina su commissione dell'APS Alterego un bando della regione Pari e Dispari sulle scuole dell'Empolese Valdelsa
- Nel 2019 coordina il progetto PEZ sulla scuola di Montelupo Fiorentino per lo sport per bambini con disabilità intellettiva e relazionale
- Nel 2019 progetta e coordina assieme alle APS Fiori di Vetro & Alterego le attività del bando regionale welfare sport sociale che gli viene aggiudicato
- Nel 2019 progetta e coordina assieme alle APS AICS & I Ragazzi di Cerbaiola le attività del bando regionale welfare sport e ricerca che gli viene aggiudicato
- Nel 2019 progetta e vince il bando un Battito di Ali promosso dal CIP per la promozione dello sport paralimpico per l'Asd Acsi Atletica Sport Toscana
- Nel 2020 progetta, organizza e coordina il bando della SDS Empolese Valdarno Valdelsa per i progetti compensativi ai dei centri diurni per disabili, su tre zone Empoli Castelfiorentino e San Miniato per 90 accessi settimanali di ragazzi disabili
- Nel 2020 gli viene conferito dal CIP l'incarico di Referente Scuola Regione Toscana CIP
- Per il quadriennio 2021-2024 gli viene conferito dalla FISDIR l'incarico di Delegato Regionale Toscana

Altre informazioni:

- Auto munita;
- Carattere dinamico, serio e responsabile;
- Predisposizione per incarichi organizzativi di gruppo;

La sottoscritta è a conoscenza che, ai sensi dell'art. 26 della Legge 15/68, 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 autorizza al trattamento dei dati personali, secondo quanto previsto dalla legge n.196 del 30/06/2003.

Ilaria Marras



