

Alessio Mangano

📍 Via dell'orto di santa maria, 00053, Civitavecchia

☎ 3804372962

✉ alessio.mangano@yahoo.it

🎂 22/07/1994

🚗 A-B

Profilo Professionale

Atleta dal 2006, ho conseguito la laurea triennale e magistrale in scienze motorie con specializzazione in scienza e tecnica delle attività motorie preventive ed adattate.

Ho partecipato ad un progetto di insegnamento nelle scuole elementari di educazione fisica con il CONI nel 2019.

Sono stato preparatore atletico di scuola calcio nelle categorie giovanili dal 2015 al 2019;

Sono istruttore di atletica leggera dal 2016 e nel 2024 ho conseguito il corso da allenatore di secondo livello con predisposizione per il settore velocità.

Capacità E Competenze

- Attitudine al problem solving
- Capacità di insegnamento
- Risoluzione dei problemi
- Gestione programmi di allenamento
- Abilità in rianimazione cardio-polmonare
- Capacità di pianificazione strategica
- Preparazione fisica
- Esperienza allenamento atleti
- Abilità relazionali
- Flessibilità e adattabilità
- Capacità di motivazione

Esperienze Lavorative E Professionali

12.2019 - Attuale

Capotreno

Trenitalia S.P.A. - Roma, Rm

- Gestione delle necessità e delle richieste dei passeggeri a bordo con professionalità e massima attenzione.
- Monitoraggio preventivo del treno e del corretto funzionamento di tutte le attrezzature, attivando le procedure previste in caso di guasti o malfunzionamenti.
- Emissione di biglietti a bordo e gestione dei pagamenti in contanti e tramite POS.
- Prova del freno e assistenza al personale macchinista durante le fasi di scambio e manovra.
- Comunicazione diretta e costante con la centrale operativa e collaborazione con il personale a bordo treno.

- Controllo delle carrozze e intervento in caso di eventuali comportamenti scorretti o pericolosi che mettano a rischio passeggeri e mezzi, intervenendo come da regolamento aziendale.
- Assistenza ai viaggiatori con disabilità, persone anziane o che necessitano attenzioni particolari con massima cura nel garantire un servizio di qualità.
- Comunicazione ai viaggiatori di informazioni e aggiornamenti su circolazione ferroviaria, tariffe, treni e coincidenze.

09.2016 - Attuale

Allenatore di secondo livello di atletica leggera

Tirreno atletica Civitavecchia - Civitavecchia, Rm

- Applicazione di tecniche di allenamento personalizzate per massimizzare il rendimento di ogni atleta.
- Monitoraggio e valutazione delle performance degli atleti seguiti, registrandone i miglioramenti.
- Rispetto dei regolamenti previsti dalle federazioni per la partecipazione alle competizioni sportive.
- Gestione dell'atleta sul piano emotivo con opportune tecniche motivazionali, confronto costante, dialogo ed empatia.
- Programmazione dei risultati sportivi da raggiungere a lungo termine coerentemente al potenziale dell'atleta.
- Definizione di metodologie di allenamento con strategie e tattiche innovative per stimolare e semplificare l'apprendimento.

09.2016 - 12.2019

Preparatore atletico calcio

Evergreen Civitavecchia - Civitavecchia, Rm

- Collaborazione con l'allenatore alla definizione di tattiche di gara e strategie di gioco opportune in base ai punti di forza e alle potenzialità fisiche del singolo o dell'intera squadra.
- Predisposizione di programmi di training per ottimizzare il rendimento muscolare, tecnico e mentale nello sport competitivo, amatoriale e nel tempo libero.

01.2019 - 06.2019

Insegnante scuole elementari - sport di classe

Coni - Civitavecchia, Rm

- Valorizzazione della partecipazione attiva degli allievi alle lezioni attraverso un atteggiamento di accoglienza e di ascolto attivo.
- Progettazione di attività stimolanti atte a favorire il coinvolgimento degli alunni.
- Ideazione di attività educative finalizzate a incentivare il coinvolgimento e la socializzazione degli alunni.

Istruzione E Formazione

2021

Laurea Magistrale, Scienza e tecnica delle attività motorie preventive ed adattate, Università di Roma San Raffaele - Roma, Rm

2018

Laurea Triennale, Scienze motorie e sportive, Università degli studi di Roma Foro Italico - Roma, Rm

2013

Diploma Liceale, Scientifico tecnologico, Itis marconi Civitavecchia - Civitavecchia, RM

Competenze

Inglese:

B2



