



Salvatore Frenda

Abitazione: Via Carmelo Lazzaro, 90127 PALERMO (PA) **Indirizzo(i) 2:** Via Cagliari 6, 92015 RAFFADALI (AG) **Telefono(i):** 3381704249 **Telefono(i) 2:** 3381704249
Cellulare: +393381704249
E-mail: salvatore.frenda01@unipa.it

Sesso: maschile | **Data di nascita:** 13/06/1998 | **Cittadinanza:** ITALIA

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

[2022 - 2024]

SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITA' MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE E DELLE ATTIVITA' SPORTIVE

Università degli Studi di PALERMO

Sede: PALERMO

Laurea Magistrale in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate

Votazione finale: 110/110 con lode

Livello QEQ: 7

Livello NQF: Laurea magistrale (2 anni)

Titolo della tesi: Gli effetti acuti e cronici dell' allenamento contro resistenza, di stretching o una combinazione dei due per 4 settimane sull' andamento e controllo glicemico in un soggetto con diabete di tipo 1

[2018 - 2022]

SCIENZE DELLE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE

Università degli Studi di PALERMO

Sede: PALERMO

Laurea in Scienze delle attività motorie e sportive

Votazione finale: 95/110

Livello QEQ: 6

Livello NQF: Laurea di primo livello (3 anni)

Principali tematiche/competenza professionali possedute:

Istruttore fitness abilità motorie adattate

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: Italiano

Altra(e) lingua(e)

Inglese

ASCOLTO: B2 **LETTURA:** B2 **SCRITTO:** B2

INTERAZIONE ORALE: B2 **PRODUZIONE ORALE:** B2

Livelli: A1/2 Livello base - B1/2 Livello intermedio - C1/2 Livello avanzato

Quadro comune europeo di riferimento per le lingue

COMPETENZE DIGITALI

AUTOVALUTAZIONE

ALFABETIZZAZIONE SU INFORMAZIONI E DATI	COMUNICAZIONE E COLLABORAZIONE	CREAZIONE DI CONTENUTI DIGITALI	SICUREZZA	RISOLVERE PROBLEMI
Utente autonomo	Utente autonomo	Utente base	Utente base	Utente base

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

EIPASS 7 Moduli User:

Eipass, 2021-08-27

Competenze informatiche di base:

OFFICE AUTOMATION

Elaborazione testi: (Intermedio) | **Fogli elettronici:** (Intermedio) | **Software di presentazione:** (Intermedio) | **Suite da ufficio:** (Intermedio) | **Web Browser:** (Intermedio)

PROGRAMMAZIONE

Linguaggi di Programmazione: (Intermedio) | **Programmazione web:** (Base)

GESTIONE SISTEMI E RETI

Architetture di rete: (Base) | **Sistemi Operativi:** (Base)

GESTIONE DATI

Sistemi di gestione di database (DBMS): (Intermedio)

GRAFICA E MULTIMEDIA

(Base)

PATENTE DI GUIDA

Patente B / Automunito