



Informação pessoal

Apelido(s) / Nome(s) **Pinto Barbosa, Sandra Sofia**
 Morada(s) Rua Professor Egas Moniz, Oliveira do Douro - V.N.Gaia
 Telefone(s) Telemóvel: 913660811
 Correio(s) electrónico(s) sandralook_6@hotmail.com
 Nacionalidade(s) Portuguesa
 Data de nascimento 22 de Setembro 1980
 Sexo Feminino
 Documento(s) B.I. - 11704476 Passaporte - L025696

Área de competência

Instrutora de Indoor Cycling e Hidrobike; Instrutora de ABS Alongamentos; Monitória de Natação e Hidroginástica; Monitória de Ginástica Localizada e Treino Funcional; Instrutora de Jump e Fitball; Professora de Actividade Física Desportiva (1ºCEB), Professora de Educação Física (2ºCEB); Socorrista; Técnica Auxiliar de Fisioterapia e Massagista; Árbitra de Hóquei Patins.

Experiência profissional

- Data Setembro 2011
- Data Setembro 2010
- Data Março 2010
- Data Janeiro de 2010
- Data Setembro de 2009
- Data 07 de Setembro de 2009
- Data 03 Novembro de 2008
- Data 2007.
- Data 2005/2006
- Data 2004 a 2005
- Data 2001 a 2004
- **Professora Estagiária** na Escola EB2/3 de Grijó
- **Professora de Actividade Física Desportiva** na Escola EB1 de Vila D'Este
- **Árbitra Estagiária de Hóquei Patins**
- **Professora de Fitball, Jump e Ginástica Localizada no Ginásio Corpore Sano**
- **Professora de Natação, Hidroginástica, Hidrobike e Ginástica Localizada na Fundação Couto**
- **Professora de Actividade Física Desportiva** na Escola EB1 de Pousada (Fontiela) - Avintes.
- **Professora de Actividade Física Desportiva** nas Escolas EB1 Freixieiro e EB1 Sardão.
- Sócia da Associação Onda Verde. Associação Juvenil de Ambiente e Aventura
- **Professora estagiária de Educação Física** na Escola E.B. 2/3 Teixeira Lopes.
- **Professora estagiária de Expressão Físico Motora** na Escola da Lagarteira. Canelas.
- Explicadora. Domicílio/Centro de explicações. Estudantes 1.º e 2.º Ciclos

Formação académica e profissional

Datas De Setembro de 2002 a Novembro de 2006
 Designação do diploma atribuído Licenciatura do Curso Professores do 2º Ciclo variante Educação Física na Escola Superior de Educação Jean Piaget - Canelas.
 Conclusão da Monografia sobre o tema " **Importância da Natação Infantil e Caracterização do treino**".
 Competências profissionais Domínio geral:
 Educação Física e Desporto
 Nome de ensino Campus Académico de Vila Nova de Gaia
 Escola Superior de Educação Jean Piaget de Gaia
 Classificação obtida Classificação final de 14 (Catorze) valores.
 Datas 16 de Maio de 2006 a 13 de Junho 2006
 Designação do certificado **Curso de Nadador/Salvador**

Competências profissionais	Nadador/Salvador
Nome da organização de ensino	Atribuído pelo Instituto de Socorros a Náufragos
Datas	De Junho a Agosto de 2006
Designação do certificado	Curso de Personal Training - Fitness Induction Course and Foundation Course.
Competências profissionais	Member Interaction e PT
Nome da organização de ensino	Atribuído pelo Holmes Place
Datas	14 Janeiro de 2009
Designação do certificado	Acção de Formação de Xadrez
Nome da organização de ensino	EB1/J.I. do Sardão - Agrupamento de Escolas Anes de Cernache
Datas	De 09 de Março de 2009 a 31 de Março de 2010
Designação do certificado	Curso Profissional de Técnico Auxiliar de Fisioterapia/ Massoterapeuta (270 horas)
Principais disciplinas	Massoterapia, Avaliação física, Anamnese e Anatomia Palpatória, Suporte Básico de Vida, Bioética, Biomecânica, Electroterapia, Osteopatia, Terapia Sacro-Craniana e Libertação Somato-Emocional, Anatomia-Fisiologia-Bioquímica, Patologias, Segurança e Higiene no trabalho, Farmacologia, Nutrição, Psicologia da Saúde, Gestão de Conflitos e Stress, Criação e gestão de empresas.
Nome da organização de ensino	Atribuído pela Formed
Datas	12 de Maio de 2009
Designação do certificado	Acção de Formação de Kin-Ball
Nome da organização de ensino	EB2,3 Vilar de Andorinho - Agrupamento de Escolas Anes de Cernache
Datas	23 de Maio de 2009
Designação do certificado	Curso Treino Funcional / Condicionamento físico
Principais conteúdos	Bola Suíça e Bandas Elásticas (Postura, Força e Equilíbrio)
Nome da organização de ensino	Atribuído pela Open Match
Datas	5,6 e 7 de Junho de 2009
Designação do certificado	Acção de Formação “Crianças e Jovens Saudáveis - O Papel da Educação Física” Workshops - AEC’S Brinco Físico, Speedminton e Tchoukball
Competências profissionais	25h = 1 crédito
Nome da organização de ensino	Atribuído pela Faculdade de Desporto - Universidade do Porto
Datas	20 de Junho de 2009
Designação do certificado	Acção de Formação Remo
Nome da organização de ensino	Sport Club do Porto
Datas	27 de Junho de 2009
Designação do certificado	Acção de Formação Vela
Nome da organização de ensino	Sport Club do Porto (Porto Atlântico)
Datas	6, 7 e 8 de Julho de 2009
Designação do certificado	Curso Europeu de Socorrismo
Competências profissionais	Socorrista
Nome da organização de ensino	Atribuído pela Cruz Vermelha Portuguesa
Datas	11 de Outubro a 13 de Dezembro de 2009
Designação do certificado	Curso de Indoor Cycling
Competências profissionais	Instrutora das aulas de Indoor Cycling
Nome da organização de ensino	Atribuído pela Promofitness

Datas
Designação do certificado
Competências profissionais
Nome da organização de ensino

20 de Outubro a Dezembro de 2009
Árbitra de Hóquei Patins
Árbitra de Hóquei Patins
Associação de Patinagem de Portugal - Conselho de Arbitragem (FPP)

Datas
Designação do certificado
Nome da organização de ensino

07 Março de 2010
Ação de Formação de Surf
Escola Surf's Cool (Matosinhos)

Datas
Designação do certificado
Competências profissionais
Nome da organização de ensino

16, 17 e 18 Abril de 2010
Workshops Ginástica Localizada, Jump e Hidropure
Instrutora das aulas Ginástica Localizada, Jump e Hidropure
XIX Convenção Internacional Promofitness Maia

Datas
Designação do certificado
Competências profissionais
Nome da organização de ensino

02, 03 e 04 Julho de 2010
Acção de formação “ Aptidão Física em Crianças e Jovens - Novas Tendências”
Workshops - Kin- Ball, Speedminton, Baseball-Softball
25h = 1crédito
Município de V.N.Gaia

Datas
Designação do certificado
Competências profissionais
Nome da organização de ensino

09, 12, 14, 16, 19, 21 e 23 Julho de 2010
Curso: “Ensinar a Aprender o Jogo de Voleibol”
25h = 1crédito
Atribuído pela Faculdade de Desporto - Universidade do Porto

Datas
Designação do certificado
Competências profissionais
Nome da organização de ensino

22 de Setembro de 2010 até hoje
Frequência em Mestrado 2ºCiclo em Ensino da Educação Física nos ensinos Básico e Secundário
Domínio geral:
Educação Física e Desporto
Atribuído pela Faculdade de Desporto - Universidade do Porto

Língua(s) materna(s)

Português

Outra(s) língua(s)

Auto-avaliação

Nível europeu ()*

Francês

Inglês

Compreender		Falar		Escrever
Compreensão oral	Leitura	Interacção oral	Produção oral	
A2 Utilizador elementar	A2 Utilizador elementar	A2 Utilizador elementar	A2 Utilizador elementar	A2 Utilizador elementar
B1 Utilizador independente	B1 Utilizador independente	B1 Utilizador independente	B1 Utilizador independente	B1 Utilizador independente

(*) Nível do Quadro Europeu Comum de Referência (CECR)

Aptidões e competências sociais

Espírito de equipa; Capacidade de adaptação a ambientes multiculturais; Boa capacidade de comunicação. Adquiridas em contexto profissional, vida associativa, actividades recreativas.

Aptidões e competências de organização

Capacidade de liderança; Sentido de organização; Capacidade de gestão de projectos e de equipas. Adquiridas em formação e contexto profissional, vida associativa e actividades recreativas.

Aptidões e competências técnicas

Realização de uma **Acção de Formação** sobre o tema “ **Dança Comigo** “.

Aptidões e competências pessoais

Aptidões e competências informáticas	Domínio da Informática, nomeadamente em programas como o Excel, Word, Access, PowerPoint, Domínio na Navegação.
Aptidões e competências artísticas	Conhecimentos de guitarra clássica adquiridas em escola de formação.
Outras aptidões e competências	Frequência em diversos Seminários/Congressos/Palestras cujos temas incidem na Educação, Nutrição, Desporto. Presença em diversas Acções de Formação sobre Desporto, Saúde e Educação. Presença em diversas Convenções e Workshops em Ginástica Localizada, Natação, Hidroginástica, entre outros. Frequência semanal em Aulas de Natação e Ginásio: aulas de Indoor Cycling, Hidrobike, Hidroginástica, Ginástica localizada e Cardio-Musculação. Frequência de Modalidades Desportivas Aquáticas.
Carta(s) de condução	Motociclo - Categoria A e A1. Automóvel - Categoria B e B1.
Informação adicional	Gosto pela leitura: Sociedade, Desporto e Saúde. Gosto por viagens, cinema e teatro. Possui CAP.