

## Europass Curriculum Vitae



### Informação pessoal

Apelido (s) / Nome (s) próprio (s) **Vaz pinheiro de Magalhães Inês Sofia**

Morada (s) Rua da Costa Grande de Cima nº904  
P-4600-681 Amarante (Portugal)

Rua Professor Armando Castro, 58 RC-2  
P-4200-550 Porto (Portugal)

Telefone (s) 255431982

Telemóvel | 914945728

Endereço (s) de correio electrónico [ineseskesita@hotmail.com](mailto:ineseskesita@hotmail.com)

Nacionalidade Portugal

Data de nascimento 01/07/1988

Sexo Feminino

### Experiência profissional/ outras actividades

Curso de Formação "Actividades Recreativas e Animação Infantil", monitora de desportos ao ar livre, ação de formação "Testemunhos de um Jogador Olímpico" e "O Essencial do Voleibol de Praia", Voluntariado florestal, Estágio profissional no ginásio Maiafit,

Datas 30/06/2007 e 01/07/2007

Função ou cargo Curso de formação de animação infantil e actividades recreativas

Nome e morada do empregador CLIP- Colégio Luso Internacional do Porto, Rua do Vilarinho Porto

Datas 06/03/2008 - 24/04/2008-25/04/2008 - 09/03/2009-10/03/2009-20/04/2009

Função ou cargo ocupado Monitor de desportos ao ar livre

Principais actividades e responsabilidades Montagem de equipamentos e seguranças, coordenação de grupos e divulgação de informações de segurança e entretenimento

Datas 05/03/2008

Função ou cargo ocupado Ação de formação "Testemunhos de um Jogador Olímpico" e "O Essencial do Voleibol de Praia" com a participação de João Brenha e Avelino Simões.

Nome e morada do empregador Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Datas	31/07/2008 a 14/08/2008									
Função ou cargo ocupado	Voluntariado florestal									
Principais actividades e responsabilidades	Vigia de áreas florestais, denúncia de infractores à lei									
Nome e morada do empregador	Protecção civil do porto									
Datas	10/03/2009 a 29/06/2009									
Função ou cargo ocupado	Estagiária									
Principais actividades e responsabilidades	Participação nas aulas do ginásio, organização de aulas para dar no ginásio fora do horário das aulas em vigor, finalização do estágio com média de 19 valores.									
Nome e morada do empregador	Ginásio Health Club Maiafit, Rua do Catassol Maia									
<b>Educação e formação</b>										
Datas	2006 - 2009									
Designação da qualificação atribuída	Licenciatura em ciências do desporto - Opção de Exercício e Saúde (processo de Bolonha)									
Principais disciplinas/competências profissionais	Anatomia Funcional, fisiologia geral, desenvolvimento Motor, Aprendizagem motora, Biomecânica, Antropologia do desporto, sociologia, Pedagogia do desporto, Historia do desporto. Disciplinas práticas estudos práticos I, e II (voleibol, futebol, ginástica, andebol, natação, basquetebol, atletismo e judo) Ramo específico (Exercício e Saúde) - Metodologia I e III de exercício e saúde									
Nome e tipo da organização de ensino ou formação	Faculdade de Desporto da Universidade do Porto - Ensino superior									
<b>Aptidões e competências pessoais</b>										
Primeira língua	<b>Português</b>									
Outra (s) língua (s)										
Auto-avaliação										
Nível europeu (*)										
<b>Inglês</b>	B1	Utilizador independente	B1	Utilizador independente	B1	Utilizador independente	A2	Utilizador básico	B1	Utilizador independente
<b>Francês</b>	A2	Utilizador básico	A2	Utilizador básico	A1	Utilizador básico	A1	Utilizador básico	-	-

(\*) [Nível do Quadro Europeu Comum de Referência \(CECR\)](#)

Aptidões e competências sociais	Espírito de equipa, entre ajuda, companheirismo, fácil relacionamento interpessoal e liderança (competências adquiridas em 3 anos de karaté, 5 anos de voleibol federado, como vogal da associação de estudantes no ensino superior e ainda como auxiliar num estabelecimento comercial)
Aptidões e competências de organização	Capacidade para coordenar e liderar grupos (adquirida na comissão académica no ensino secundário), planeamento organização de eventos e actividades (associação de estudantes) capacidade para seguir regras (adquirida no karaté e voleibol)
Aptidões e competências técnicas	Equivalência ao nível I de curso de treinador das modalidades leccionadas na disciplina de estudos práticos. Aptidões para leccionar educação física ao ensino Primário. Aptidões na área de academias e ginásios para leccionar aeróbica, step, fitball, localizada, entre outras.
Aptidões e competências informáticas	Domínio na óptica do utilizador (Windows, Excel, Word, PowerPoint, internet)
Aptidões e competências artísticas	Conhecimentos de piano e flauta (7anos de aprendizagem)
Outras aptidões e competências	3 Anos de karaté (cinto laranja/verde) 5 Anos de voleibol federado (1 ano no escalão juvenil na Associação Desportiva de Amarante) (2 anos no escalão júnior Académica de S. Mamede e Associação Desportiva de Amarante) (1 ano no escalão sénior -Boavista Futebol Clube)
Carta de condução	Carta de veículos ligeiros (categoria B e B1)

## **Informação adicional**

### **Anexos**