



PERFIL

João Miguel Rei Teixeira
26/01/1990
33 anos
Professor de Educação Física
Personal Trainer
Professor de Nataação

IDIOMAS

Português - Avançado
Inglês – Médio
Espanhol – Médio
Francês - Fraco

CONTACTO

TELEFONE:
919069960

EMAIL:
Joamrteixeira7@hotmail.com

FORMAÇÃO ACADÉMICA

LICENCIATURA EM CIÊNCIAS DO
DESPORTO

Faculdade de Ciências do
Desporto e Educação Física,
Universidade de Coimbra
2014

MESTRADO EM ENSINO DA
EDUCAÇÃO FÍSICA, EBS

Faculdade de Ciências do
Desporto e Educação Física,
Universidade de Coimbra
2016

EXPERIÊNCIA

Professor de Educação Física e
atividades extra-curriculares há
mais de 10 anos, no ensino privado
e público.

Personal trainer há cerca de 7 anos,
trabalhando durante 6 anos na cadeia
de Ginásios Holmes Place.

Professor de Nataação há cerca de 5 anos,
leccionando em várias piscinas.

PREDEPORTE - ATIVIDADE EXTRAESCOLAR

APRESENTAÇÃO:

A Psicomotricidade é uma prática de mediação corporal que permite à criança reencontrar e desenvolver o prazer sensório-motor através do movimento e da regulação tónica, possibilitando depois a apropriação dos processos simbólicos, com forte acentuação da componente lúdica.

A atividade destina-se a crianças a partir dos 3 anos de idade.

OBJETIVOS:

A psicomotricidade tem como principal objetivo melhorar os movimentos do corpo, a noção do espaço que nos rodeia, o equilíbrio, a coordenação motora e também o ritmo. Através de jogos, brincadeiras, algumas competições e manuseamento de bolas, pretendo que eles desenvolvam estas competências, sem nunca descurar de outros pilares, não menos importantes, como o empenho, a disciplina e o respeito.