




Curriculum Vitae

Sebastião Ferreira dos Santos

 Rua do Chafariz, nº 46, 2330-135 Entroncamento, Portugal

 /  938061830

 sebassantos@sapo.pt

Data de nascimento 17/04/1967 | Nacionalidade Portuguesa

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

- Doutor em Ciências do Desporto – Universidade de Trás os Montes e Alto Douro – Vila Real (Tese Controlo Emocional no desempenho desportivo)
- Pós-graduação em Reabilitação Medicina Desportiva e do Exercício – Universidade de Medicina do Porto
- Mestre em Psicologia do Desporto e do Exercício – Universidade de Trás os Montes e Alto Douro – Vila Real
- Formação de Programação Neurolinguística – INLP Center
- Licenciatura em Educação Física - Professor do Ensino Básico Politécnico de Leiria
- Bacharelato do 1º ciclo do Ensino Básico – Politécnico de Leiria
- Frequência de Engenharia da Construção Civil – Politécnico de Tomar

OUTRA FORMAÇÃO

- Curso Master de Programação Neurolinguística
- Curso de 2º nível Técnico de Natação (3º nível em processo de equivalência)
- Curso básico de 1ºs socorros
- Curso de Competências Básicas em Tecnologias de Informação – Escola Superior de Santarém
- Curso de 1º Nível de Reiki
- Curso de Chi Quong

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL DE 2000 ATÉ HOJE...

- Professor do Ensino Básico (Ministério da Educação); Professor de Apoio Educativo; Coordenador de Departamento.
- Revisor da Revista Ibero-American Journal of Exercise and Sports Psychology
- Revisor da Revista Lusofona de Educação
- Revisor da Revista Gymnasium
- Revisor da Revista Cognition Brain Behavior
- Revisor da Revista Lecturas: Educación Física y Deportes
- Formador do Centro de Formação “Os Templários” – Tomar (áreas: Coaching; Controlo Emocional; Gestão de Stress; Resiliência)
- Formador da Federação Portuguesa de Natação (áreas: Pedagogia, Psicologia, Técnicas)
- Diretor e organizador da Prova “Grande Descida de Castelo Bode – 50km”

Treinador /Head Coach/Coordenador Pedagógico

Casa do Povo de Ferreira do Zêzere – CPFZ-Natação (Natação Pura; Águas Abertas e Master)

Campeão Nacional de Natação Pura Júnior;

Campeão Nacional de Águas Abertas Master e Júnior;

Participação na Seleção Nacional de Portugal, no Campeonato Europeu de Junior de Águas Abertas;
Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere - (Natação Pura e Águas Abertas e Master)
Campeão Nacional e 7º Classificado no Europeu de Master de Águas Abertas - Eslovénia)
Treinador Individual (Natação Pura e Águas Abertas e Masters)
Campeão Nacional e 4º Classificado no Europeu - Croácia e 14º Mundial de Master de Águas Abertas
- Hungria
Clube Natação Cartaxo – (Natação Pura e Águas Abertas e Master)
Campeão e Vice-Campeões Nacionais de Águas Abertas
Clube Natação do Tejo – Vila Nova da Barquinha - (Natação Pura e Águas Abertas e Master)
Campeões e Vice-campeões Regionais
Grupo Desportivo Ferroviários do Entroncamento – (Natação Pura)
Vice Campeão Zonal e Campeões Regionais
- Diretor Técnico Regional – Associação de Natação de Santarém (Diretor Técnico; Diretor dos cursos
de Formação de 1º nível de Natação)
- Professor de Hidroginástica; Monitor de Formação
- Professor de Aeróbica – DynamicGym – Entroncamento e Associação dos Pintainhos (Torres Novas)

DE 1987 A 1999

- Supervisor – Instituto Nacional de Estatísticas/ Ministério da Agricultura (Recolha de dados e
supervisão de entrevistadores)
- Professor de Francês – Alliance Francaise – Entroncamento (Professor do ensino precoce)
- Técnico de recolha de dados – Euroteste SA – Lisboa
- Desenhador projetista de moldes – Iberomoldes SA – Marinha Grande
- Empregado de Escritório – Metalúrgica – Vilar dos Prazeres/Ourém

PUBLICAÇÕES

LIVROS

Santos, S. (2022). *Estudo comparativo dos estilos de ensino dos professores na atenção de alunos do ensino básico: os estilos de ensino na atenção dos alunos*. In Open Science Research: I. Editora Científica Digital. Doi: 10.37885/211206981

Santos, S. (2018). *As emoções e o rendimento*. Novas Edições Académicas. Cologne, Germany.

ARTIGOS

Santos, S (2022). A individualização do ensino e da aprendizagem: Uma perspetiva construtivista de ensino. *Motricidade*, 18(S1). dx.doi.org/10.6063/motricidade.25414

Santos, S. (2022). Fatores de risco, causas e efeitos na sintomatologia lombar em nadadores. Uma revisão sistemática. *Lecturas Educación Física y Deportes*, 26(285), 174-185.

doi:10.46642/efd.v26i285.2693

Santos, S. (2021). Rehabilitation Protocol after Osteotomy of the Tibia and Varus Femur - Case Study. *Annals of African Medicine*, 20(3), 235-240. 10.4103/aam.aam_29_20

Santos, S. (2021). Rehabilitation protocol after varization osteotomy - Case Study. *Protocol.io*. dx.doi.org/10.17504/protocols.io.bi5kkg4w

Santos, S. (2021). Dores lombares em nadadores (Revisão sistemática). *Motricidade*, 17(S1). https://doi.org/10.6063/motricidade.23676

Santos, S. (2021). Dores lombares em nadadores (Revisão sistemática). *Motricidade*, 17(S1). https://doi.org/10.6063/motricidade.23676

Santos, S. (2020). Emotional Control Program. *Protocol.io*. dx.doi.org/10.17504/protocols.io.bj7ukrnw

Santos, S. (2020). Emotional Control Program. *Protocol.io*. dx.doi.org/10.17504/protocols.io.bj7ukrnw

Santos, S. (2020). Emotional Control Program. *Protocol.io*. dx.doi.org/10.17504/protocols.io.bj7ukrnw

Santos, S. (2020). Emotional Control Program. *Protocol.io*. dx.doi.org/10.17504/protocols.io.bj7ukrnw

Santos, S. (2020). A influência da motivação nas aprendizagens dos alunos do primeiro ciclo nas aulas de ciência. *Eduser – Revista de Educação* (em revisão).

Santos, S (2020). Estudo Comparativo dos Estilos de Ensino dos Professores na Atenção de Alunos do Ensino Básico. *Revista Portuguesa de Pedagogia* (em revisão).

Santos, S. & Alves, J. (2019). A Dinâmica de um Programa de Controlo Emocional na Competição. *Revista Media@ões*, 7(2), 167-178.

Santos, S. (2019). The Application of a Coaching Program in Teachers: The Perception, the Understanding and the Capacity to Deal with the Emotions. *American Based Research Journal*, 8(1), 27-31.

Santos, S. (2018). Estudo exploratório do perfil psicológico de participação desportiva em atletas de longa distância. *Motricidade*, 14(2-3), 145-146.

Santos, S. (2018). The sports evolution of the swimmer in the perspective of the coach. *Global Scientific Journals*, 6(8), 484-490.

Santos, S. (2018). Cross-sectional and longitudinal study of the motivation of swimmers in the practice of swimming. *International Journal Of Current Advanced Research*, 6(11), 7323-7327.

Santos, S. & Alves, J. (2018). Estudo exploratório das emoções prementes no rendimento desportivo. *Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física*, 41, 113-118.

Santos, S. (2017). Cross-sectional and longitudinal study of the motivation of swimmers in the practice of swimming. *International Journal of Current Advanced Research*, 6(11), 7323-7327.

Santos, S. (2017). The framing and gender differences in the relevant competitive emotions of young swimmers. *Asian Journal of Science and Technology* 8 (11), 6726-6731.

Santos, S (2017). The relation of the intensity of the emotion in the influence of the sport performance. *International Journal of Scientific & Engineering Research*, 8(10), 152-167.

Santos, S., Sarmento, H., Alves, J. & Campaniço, J. (2014). Construcción de un instrumento para la observación y el análisis de las interacciones en el waterpolo. *Revista Psicología Del Deporte*, 23 (1), 191-200.

Santos, S. (2013). Estudo de caso – A interpretação do desenho infantil. *Revista EducarEducere*, XV (1), 73-82.

Santos, S. (2012). A actividade física numa freguesia do centro do país. *CIDESD - Boletim Informativo do Grupo de Saúde*, 4 (1), 13.

Santos, S. (2011). Estudo comparativo da Atenção em indivíduos do Ensino Básico. *Revista Educação, Temas e Problemas*. Universidade de Évora.

Santos, S. (2009). A Forma de Comunicar como Instrumento de Aprendizagem. *Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança*, 4 (2), 75-82.

Santos, S. (2009). Estudo comparativo do tempo de reacção no desempenho desportivo. <http://www.efdeportes.com/efd129/estudo-comparativo-do-tempo-de-reacao-no-desempenho-desportivo.htm>

Santos, S. (2008). A Motivação Subjacente para a Continuidade da Modalidade Desportiva. http://www.psicologia.com.pt/artigos/ver_artigo.php?codigo=A0440.

Santos, S. (2008). http://www.fpnatacao.pt/fpn.php?content=formacao_pedagogica_detalhe.php%3FidArtigo%3D2603%26idCategoria%3D39

Santos, S. (2008). A Influência de um programa de treino mental na reacção a um estímulo esperado. <http://www.efdeportes.com/efd124/a-influencia-de-um-programa-de-treino-mental-na-reacao-a-um-estimulo-esperado.htm>

Santos, S. (2008). O abandono precoce do desporto pelos jovens. <http://www.efdeportes.com/efd127/o-abandono-precoce-do-desporto-pelos-jovens.htm>

Santos, S. (2007). A Desclassificação: um caminho a melhorar. http://www.psicologia.com.pt/artigos/ver_artigo.php?codigo=A0388.

Santos, S. & Alves J. (2006). A Influência da Visualização Mental na Qualidade de Nado da Partida de Bruços. <http://www.psicologia.com.pt/artigos/textos/A0280.pdf>

Artigo “Que motivações para os jovens continuarem a praticar Natação Pura Desportiva?”

Artigo “A Autoconfiança no Contexto Desportivo”.

Artigo “A evolução da Atenção em Jovens ao longo de um ano escolar”.

APRESENTAÇÕES

- “Treino Psicológico” - Associação de Natação do Distrito Santarém (ANDS)
- “Melhorar as Técnicas de Nado” - Associação de Natação do Distrito Santarém (ANDS)
- Formador das disciplinas de “Treino Psicológico”, “Introdução à Pedagogia e à Didáctica”, “Técnica e Didáctica Específica de Crol”, “Técnica e Didáctica Específica de Partidas, Viragens e Chegadas”, “Fundamentos de Base Motora” e “Técnicas de Nado” da Associação de Natação do Distrito Santarém (ANDS)
- Formador das disciplinas “Introdução à Pedagogia e à Didáctica”, “Técnica e Didáctica Específica de Crol”, “Técnica e Didáctica Específica de Bruços”, “Técnica e Didáctica Específica de Partidas, Viragens e Chegadas”, “Introdução aos Fundamentos de Base Motora”, “Bases Mecânicas”.
- Formador das disciplinas “Introdução à Pedagogia e à Didáctica” e “Introdução aos Fundamentos de Base Motora”.
- Formador das Oficinas “Gestão e Controlo de Emoções na Sala de Aula” – Centro de Formação – Os Templários
- Formador da Formação “A Resiliência dos educadores- Stressless” – Centro de Formação
- Formador da Formação “Coaching na sala de aula” – Centro de Formação – Os Templários - Tomar
- Prelector no XXIX Congresso Científico da Associação Portuguesa de Técnicos de Natação (APTN) – Comunicação “A Influência da Visualização Mental na Velocidade de Reacção”.
- Prelector no colóquio “Saúde e Cidadania” com o tema “Actividade Física um bem precioso” – Agrupamento Escolas Acácio Paiva - Olival;
- Prelector nos Workshops do Estágio de Carnaval da Selecção da Associação de Natação do Distrito Santarém (ANDS) – “Técnicas Alternadas” e “Princípios de Treino Psicológico”;
- Prelector no XXX Congresso Científico da Associação Portuguesa de Técnicos de Natação (APTN) – Comunicação “A Desclassificação um Caminho para Melhorar”.
- Prelector nas I Jornadas Pedagógicas Aquáticas “As desclassificações versus as variáveis Psicológicas”;
- Prelector no XXXI Congresso Científico da Associação Portuguesa de Técnicos de Natação (APTN) – Comunicação “Que Motivações para os Jovens Praticarem Natação Pura Desportiva”.
- Prelector no XXXII Congresso Científico da Associação Portuguesa de Técnicos de Natação (APTN) – Comunicação “O tempo de reacção um factor à margem no desempenho desportivo dos nossos dias”.
- Prelector no XXXII Congresso Científico da Associação Portuguesa de Técnicos de Natação (APTN) – Comunicação “A forma de comunicar como instrumento de aprendizagem”.
- Prelector no colóquio “Educação para a Saúde” com o tema “Actividade Física em Saúde”. Agrupamento Escolas Gualdim Pais – Tomar
- Prelector no XXXIX Congresso Científico da Associação Portuguesa de Técnicos de Natação (APTN) – Comunicação “A evolução desportiva do nadador na perspetiva do treinador”.
- Prelector no XLIII Congresso Científico da Associação Portuguesa de Técnicos de Natação (APTN) – Comunicação “As dores lombares na Natação, causas e efeitos – Revisão Sistemática”.

FILIAÇÕES

Sócio da Sociedade Portuguesa de Psicologia do Desporto
Sócio da Associação Portuguesa dos Técnicos de Natação
CITAÇÕES

Perto de 100 citações (nacionais e internacionais)