

Lucas da Silva Couto

Brasileiro, solteiro, 24 anos

Taguatinga Norte

(61) 982613871 / 3028-6638

llucascouto@gmail.com

FORMAÇÃO ACADÊMICA

- Ensino médio completo (2007 - 2010): Centro Educacional 04 de Taguatinga
- Formado no Curso de Educação Física (Licenciatura) 2016 Uniceub
- Formado no Curso de Educação Física (Bacharelado) 2017 Uniceub

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

Empresa: **Escola de Basquete GG12**

Setor: Basquetebol

Período: Setembro/2016 até hoje

Cargo: Professor

Principais atribuições: Planejamento de aulas, e treinamento esportivo da modalidade basquetebol.

Atuações nas escolas:

Colégio Batista de Brasília

Colégio Galoís

Empresa: **Aquanaii Natação Esportiva**

Setor: Natação

Período: agosto/2016 a dezembro de 2016

Cargo: Estagiário

Principais atribuições: Orientações dos alunos e acompanhamento das aulas dos alunos iniciantes até o auto rendimento de natação e preparação física.

Empresa: **UPIS - Brasília/DF**

Setor: Handebol

Período: Janeiro/2015 até hoje

Cargo: Preparador Físico

Principais atribuições: Preparação Física dos atletas

Empresa: **Centro Educacional Católica de Brasília - CECB**

Setor: CEDF

Período: Março/2015 a agosto de 2016

Cargo: Estagiário

Principais atribuições: orientações dos alunos, organização das frequências e matrículas do setor de esportes, monitoramento dos treinos da modalidade, basquetebol, masculino e feminino, organização e acompanhamento de campeonatos e torneios, e apoio dos instrutores em todas as modalidades. E acompanhamento e monitoramento nas aulas de Educação Física escolar.

Empresa: **Colégio Marista de Brasília Ensino Médio - Maristão**

Setor: Núcleo de Atividades Complementares - NAC

Período: fevereiro/2014 até março de 2015

Cargo: Estagiário

Principais atribuições: orientações dos alunos, organização das frequências e matrículas do setor de esportes e artes, monitoramento dos treinos das modalidades de handebol, futsal, basquetebol e voleibol, organização e acompanhamento de campeonatos e torneios, levantamento de dados para formulação de relatório de gestão e apoio dos instrutores em todas as modalidades.

Empresa: **Academia O2vida**

Período: outubro/2013 a janeiro/2014

Cargo: Estagiário

Principais atribuições: orientações dos alunos, organização das fichas de treinos, montagem de treinos físicos, musculação e aulas de dança.

Empresa: **Universidade de Brasília**

Período: abril/2011 a julho/2012

Cargo: Estagiário

Principais atribuições: organização de documentos, configuração e manutenção de micro e coordenação do projeto.

TRABALHO VOLUNTÁRIO

Empresa: **Centro de Iniciação Desportiva (CID)**

Período: a partir de fevereiro/2010

Cargo: Voluntário

Principais atribuições: organização de campeonatos e torneios, arbitragem, auxiliar técnico das categorias mirim e infantil da modalidade de basquetebol.

PERFIL PROFISSIONAL

- Atleta da modalidade de basquetebol, com noções de exercícios físicos e musculação, noções de danças como axé, forró e dança de salão.
- Conhecimento atividades de ensino de Educação Física nos diversos níveis e modalidades previstas pelo sistema: educação infantil, ensino fundamental, médio.
- Profissional comprometido, assíduo, pontual e proativo.
- Conhecimento em manutenção e configuração de micro, noções básicas de Corel Draw, DevC+, Photoshop, Word, Internet.

IDIOMAS

- Francês – Nível básico
- Espanhol – Nível básico