

10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL
10TH NATIONAL CONGRESS | 8TH INTERNATIONAL



CONGRESSO NACIONAL DA GINÁSTICA MADEIRA 2026

9 | 10 | 11 OUTUBRO / OCTOBER 2026

A GINÁSTICA

AO LONGO DO DESENVOLVIMENTO DO JOVEM

Formação, Rendimento e Prática Profissional

Gymnastics

*GYMNASTICS THROUGHOUT A YOUNG
PERSON'S DEVELOPMENT*

Training, performance and professional practice



GUIA / GUIDE

Organização:





TABLE OF CONTENTS

ÍNDICE

<i>Message from the President of the Gymnastics Federation of Portugal</i>	3	Mensagem do Presidente Federação de Ginástica de Portugal
<i>The Organizing Committee</i>	4	A Comissão Organizadora
<i>The Scientific Council</i>	5	A Comissão Científica
<i>Programme</i>	6	Programa
<i>Thematic Areas</i>	10	Áreas Temáticas
<i>Speakers</i>	13	Oradores
<i>Applications and Submission Rules</i>	15	Candidaturas para Comunicações e Regras de Submissão
	16	Creditação TPTD e Prof. E.F.
<i>Registrations</i>	17	Inscrição
<i>Partners</i>	18	Parceiros
<i>Contacts</i>	19	Contactos



10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

MENSAGEM DO PRESIDENTE DA FEDERAÇÃO DE GINÁSTICA DE PORTUGAL MESSAGE FROM THE PRESIDENT OF THE MADEIRA GYMNASTICS ASSOCIATION



A procura do “saber” deve ser uma constante na nossa vida.

Por este motivo, estamos mais uma vez a desafiar toda a comunidade gímnica a procurar novos saberes e a refletir sobre os mesmos.

Neste novo Congresso, procuramos matérias de interesse para os que se dedicam à ginástica, assim como, alguns dos melhores formadores nestas áreas. Também procuramos a ligação à Universidade que sabemos fundamental.

Muito obrigado a todos aqueles que estão a colaborar connosco neste evento.

Desejamos um excelente Congresso e que os ensinamentos retirados vos acompanhem nas vossas vidas.



Viva a Ginástica!

The search for knowledge should be a constant focus for all of us.

We are, therefore, once again challenging the entire gymnastics community to seek out new knowledge and to reflect on it.

The 2026 Congress will pivot on subjects of relevance to those dedicated to gymnastics, and will have some of the best scholars and coaches in those areas. The Congress will also be linked with universities, which is crucial to grow the gymnastics overall knowledge.

We would like to thank all of you who are assisting us with this event, and wish you an excellent Congress, knowing that the insights gained are going to benefit you throughout your careers.

Long live Gymnastics!

Luís Arrais



CONGRESSO NACIONAL
DA GINÁSTICA

10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

A COMISSÃO ORGANIZADORA THE ORGANIZING COMMITTEE



Pedro Lopes
Diretor do Departamento
de Formação

*Head of the Training
Department*



Joana Ramalho
Coordenadora do
Congresso

Congress Coordinator



Andreia Sanches
Ginástica TV



Bernardo Tomás
Alojamentos e Viagens

Accommodation and Travel



Lucília Rodrigues
Secretariado

Secretariat



Márcia Sobral
Comunicação

Social Media



Rafael Rodrigues
Secretariado

Secretariat



Ruben Pereira
Logística

Logistics



Sara Luna
Secretariado

Secretariat



Susana Sousa
Design Gráfico

Graphic Design



10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

A COMISSÃO CIENTÍFICA *THE SCIENTIFIC COUNCIL*



César Peixoto
Presidente do Conselho
Científico

Scientific Council President



Ana Arrais
ESDRM



Cidália Freitas
IESF Porto



Elsa Silva
U. Coimbra



Francisco Saavedra
UTAD



Gonçalo Marques
U. Madeira



José Parraça
U. Évora



Maria-Raquel Silva
UFP



Maria de Lurdes Ávila
FADEUP



Mário Guimarães
ULHT



Miguel Moreira
FMH



10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

PROGRAMA PROGRAMME

Dia 1 - 9 Outubro 2026 | Day 1 - October 9th

LOCAL - Universidade da Madeira | Place - Madeira University

Horas/Time	Atividade	Activity
09H00	Accreditação	Accreditation
11H00	Sessão de Boas Vindas	Welcome Session
11H30	<u>Conferência</u> César Peixoto - Portugal Ensino e identificação de conteúdos da área dos conhecimentos, identificando os princípios das tarefas solicitadas, relacionando-a com as aprendizagens essenciais	<u>Conference</u> César Peixoto - Portugal Teaching and identifying content within the subject area, identifying the principles underlying the tasks set, and linking these to the key learning outcomes
12H30	Pausa para almoço	Lunch break
14H30	Cerimónia de Abertura	Opening Ceremony
15H00	<u>Comunicação</u> Francisco Saavedra - Portugal Moldar o futuro da ginástica: uma abordagem holística no desenvolvimento a longo prazo dos atletas. Desenvolvimento físico, bem-estar e sucesso ao longo da carreira de um atleta.	<u>Communication</u> Francisco Saavedra - Portugal Shaping the Future of Gymnastics: A Holistic Long-Term Athlete Development Approach. Physical development, well-being, and success throughout an athlete's career.
15H15	Welcome drink & A Ginástica portuguesa em números	Welcome drink & Portuguese Gymnastics in numbers
16H00	<u>Conferência</u> Mário Guimarães - Portugal O ensino da Ginástica em Educação Física, realidades e oportunidades.	<u>Conference</u> Mário Guimarães - Portugal The teaching of Gymnastics in physical education: realities and opportunities
16H30	<u>Conferência</u> Elsa Silva - Portugal Ensinar Ginástica à medida de todos: Uma experiência de diferenciação pedagógica na formação de professores	<u>Conference</u> Elsa Silva - Portugal Teaching Gymnastics to suit everyone: an experience of pedagogical differentiation in teacher training
17H00	<u>Conferência</u> Miguel Moreira - Portugal Resultados das aprendizagem essenciais e ginástica no 1.º ciclo	<u>Conference</u> Miguel Moreira - Portugal Essential learning outcomes and gymnastics for the 1st cycle of basic education.
17H30	<u>Conferência</u> Ana José Rodrigues - Portugal Promoção da inclusão na Ginástica: Evidência e intervenção em Contextos Educativos e Desportivos	<u>Conference</u> Ana José Rodrigues - Portugal Promoting inclusion in Gymnastics: evidence and intervention in educational and sporting contexts
18H00	Pausa para Café / Poster	Coffee Breack / Poster





10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

PROGRAMA PROGRAMME

Dia 1 - 9 Outubro 2026 | *Day 1 - October 9th*

LOCAL - Universidade da Madeira | *Place - Madeira University*

Horas/Time	Atividade	Activity
18H15	<u>Conferência</u> Elsa Silva - Portugal Formar professores para a sustentabilidade: Um projeto de Aprendizagem-Serviço	<u>Conference</u> Elsa Silva - Portugal <i>Training teachers for sustainability: a Service-Learning project</i>
18H45	<u>Conferência</u> Manuela Vieira - Portugal Espetáculo em Grandes superfícies: a experiência nas escolas da RAM	<u>Conference</u> Manuela Vieira - Portugal <i>Performances in large venues: the experience in schools in the Autonomous Region of Madeira</i>
19H00	<u>Conferência</u> Clara Gouveia; Bárbara Sousa - Portugal Espetáculo em Grandes superfícies: Experiência na primeira pessoa	<u>Conference</u> Clara Gouveia; Bárbara Sousa - Portugal <i>Performances in large venues: a first-hand account</i>





PROGRAMA
PROGRAMME

Dia 2 - 10 Outubro 2026 | Day 2 - October 10th

LOCAL - Universidade da Madeira | Place - Madeira University

Horas/Time	Atividade	Activity
09H30	<u>Conferência</u> José Parraça - Portugal <i>Análise da diferença do ajuizamento na acrobática do Desporto Escolar. Aluno vs Juiz.</i>	<u>Conference</u> José Parraça - Portugal <i>Analysis of differences in judging criteria in School Sports acrobatics: Student vs Judge</i>
10H00	<u>Conferência</u> Maria-Raquel Silva - Portugal Associação entre o exercício físico e os fatores de risco de cancro em atletas: possíveis mecanismos e prevenção	<u>Conference</u> Maria-Raquel Silva - Portugal <i>Association between physical exercise and risk factors of cancer in athletes: possible mechanisms and prevention.</i>
10H30	<u>Conferência</u> Miguel Moreira - Portugal A Abordagem Orientada pelas Restrições (CLA) aplicada à ginástica: uma revisão	<u>Conference</u> Miguel Moreira - Portugal <i>The Constraints-Led Approach (CLA) applied to gymnastics: a review.</i>
11H00	<u>Conferência</u> Hazel Calawod - Filipinas TBA - Anunciado em breve	<u>Conference</u> Hazel Calawod - Philippines TBA - To be announced
11H30	Pausa para Café / Posters	Coffee break / Posters
12H00	<u>Comunicações Orais</u> TBA - Anunciado em breve	<u>Oral Communication</u> TBA - To be announced
13H00	Pausa para almoço	Lunch break
14H30	<u>Conferência</u> Lurdes Ávila - Portugal Coreografia em ginástica: método e/ou criatividade?	<u>Conference</u> Lurdes Ávila - Portugal <i>Choreography in gymnastics: method and/or creativity?</i>
15H00	<u>Workshop</u> Bárbara Sousa - Portugal Tenho que coreografar, e Agora? - Coreografias ao alcance de todos.	<u>Workshop</u> Bárbara Sousa - Portugal <i>I have to create a routine. What now? Choreographies to everyone</i>
15H30	<u>Mesa Redonda</u> Professores Educação Física	<u>Round Table</u> Physical Education Teachers
16H30	Pausa para Café / Posters	Coffee break / Posters





10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

PROGRAMA PROGRAMME

Dia 2 - 10 Outubro 2026 | Day 2 - October 10th

LOCAL - Universidade da Madeira | Place - Madeira University

Horas/Time	Atividade	Activity
17H00	<u>Workshop</u> Mário Guimarães - Portugal Como avaliar o desempenho dos alunos em Ginástica na Educação Física	<u>Workshop</u> Mário Guimarães - Portugal <i>How to assess students' performance in gymnastics in Physical Education</i>
18H15	<u>Workshop</u> Gonçalo Sousa - Portugal Parkour e Ginástica	<u>Workshop</u> Gonçalo Sousa - Portugal <i>Parkour and Gymnastics</i>
18H00	<u>Mesa Redonda / Workshop</u> Hazel Calawod - Filipinas Treinadores	<u>Round Table</u> Hazel Calawod - Philippines <i>Coaches</i>
18H30	<u>Conferência</u> Hazel Calawod - Filipinas TBA - Anunciado em breve	<u>Conference</u> Hazel Calawod - Philippines <i>TBA - To be announced</i>
20H00	Jantar do Congresso	<i>Congress dinner</i>



Dia 3 - 11 Outubro 2026 | Day 3 - October 11th

LOCAL - Universidade da Madeira | Place - Madeira University

Horas/Time	Atividade	Activity
09H00 - 09H30	<u>Tba</u>	<u>Tba</u>
09H30	<u>Conferência</u> Maria-Raquel Silva - Portugal Efeitos biológicos do sono e da disponibilidade energética no desempenho dos ginastas	<u>Conference</u> Maria-Raquel Silva - Portugal <i>Biological effects of sleep and energy availability on the gymnast's performance.</i>
10H00	<u>Conferência</u> Ricardo Alves - Portugal Ética	<u>Conference</u> Ricardo Alves - Portugal <i>Ethics</i>
10H30	Pausa para Café	<i>Coffee break</i>
11H00	<u>Conferência</u> Francisco Saavedra - Portugal Inteligência artificial no desporto. Ética, saúde e desempenho humano	<u>Conference</u> Francisco Saavedra - Portugal <i>Artificial Intelligence in Sport. Ethics, Health and Human Performance.</i>
18H30	<u>Conferência</u> Hazel Calawod - Filipinas TBA - Anunciado em breve	<u>Conference</u> Hazel Calawod - Philippines <i>TBA - To be announced</i>
12H00	FGP-CC-CT Conclusões e Encerramento	FGP-CC-CT <i>Conclusions and Closing</i>



ÁREAS TEMÁTICAS
THEMATIC AREAS



TEMA / THEME 1

Pedagogia, didática e contextos educativos

Pedagogy and didactics in educational contexts of gymnastics

Desenvolvimento de competências gímnicas através de estratégias pedagógicas, e transições entre os diferentes níveis de formação. Ensino e identificação de conteúdos gímnicos na área dos conhecimentos, identificando os princípios das tarefas solicitadas, relacionando-a com as aprendizagens essenciais.

Development of gymnastic skills through pedagogical strategies and transitions between different levels of training. Teaching and identification of gymnastics contents in the area of knowledge, identifying the principles of the requested tasks, relating it to essential learning.



TEMA / THEME 2

Ética e Psicologia em contextos gímnicos: Saúde e Bem-Estar

Ethics and psychology in gymnastic contexts: Health and well-being

Valores de Integridade, "Safeguarding", Longevidade Desportiva e envelhecimento ativo.

Values of Integrity, "Safeguarding", Sports Longevity and active aging.



ÁREAS TEMÁTICAS THEMATIC AREAS



TEMA / THEME 3

Análise do Desempenho na Ginástica: Formação e Rendimento em diferentes contextos Gímnicos

Technical analysis in gymnastics: Training and performance in different gymnastic contexts

Metodologias aplicativas no treino da ginástica: O Planeamento, Desenvolvimento e Controlo; Modelos de Desenvolvimento do Ginasta; Análise da Qualidade de desempenho. Desenvolvimento de competências gímnicas, através de princípios pedagógicos, avaliativos, e ensino inclusivo.

Applied methodologies in gymnastics training: Planning, Development and Control; Gymnast Development Models; Analysis of Performance Quality. Development of gymnastic skills through pedagogical, evaluative, and inclusive teaching principles.



TEMA / THEME 4

Inovação, ciência e transferência do conhecimento

Innovation, science and knowledge transfer

Processos de Detecção, Seleção e Orientação de Talentos. Investigação aplicada à Ginástica, Tecnologias de Análise do Desempenho, nos Processos de Ensino-Aprendizagem. Neste módulo pretende-se desenvolver competências de utilização de tecnologia específica associada ao processo de ensino-aprendizagem da Ginástica.

Processes of Detection, Selection, and Orientation of Talents. Applied research in Gymnastics, Performance Analysis Technologies in the Teaching-Learning Processes. This module aims to develop skills in the use of specific technology associated with the teaching-learning process of Gymnastics.



ÁREAS TEMÁTICAS
THEMATIC AREAS



TEMA / THEME 5

Treino Desportivo: Técnica e condição física

Treino Desportivo: Técnica e condição física

O processo de crescimento, maturidade dos ginastas, rendimento escolar, antidoping - a verdade desportiva, receios do treino, a relação entre o treino de alto rendimento e a sua relação com as faculdades de desporto.

The process of growth, maturity of gymnasts, academic performance, anti-doping - sports truth, training fears, the relationship between high-performance training and its connection with sports faculties.





10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

ORADORES CONVIDADOS *INVITED SPEAKERS*



Ana Arrais - POR
Escola Superior de Desporto
de Rio Maior

Instituto Politécnico de
Santarém



César Peixoto - POR
Faculdade de Motricidade
Humana

Universidade de Lisboa



Cidália Freitas - POR
IESF Porto

Instituto Politécnico Jean-
Piaget Norte



Elsa Silva - POR
Faculdade de Ciências do
Desporto e Educação Física

Universidade de Coimbra



Francisco Saavedra - POR
Departamento de Ciências do
Desporto, Exercício e Saúde

Universidade de Trás-os-
Montes e Alto Douro



Gonçalo Marques - POR
Faculdade de Ciências Sociais -
Departamento
de Educação Física e Desporto

Universidade da Madeira



José Parraça - POR
Escola de Saúde e
Desenvolvimento Humano

Universidade de Évora



Lurdes Ávila - POR
Faculdade de Desporto

Universidade do Porto



Maria Raquel Silva - POR
Faculdade de Ciências da
Saúde

Universidade Fernando
Pessoa – Porto



Mário Guimarães - POR
Universidade Lusófona



10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

ORADORES CONVIDADOS INVITED SPEAKERS



Miguel Moreira - POR
Faculdade Motricidade
Humana

Universidade de Lisboa



Manuela Vieira - POR
Desporto Escolar

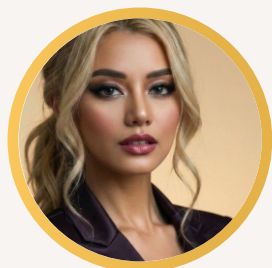


Gonçalo Sousa - POR
Federação de Ginástica de
Portugal



Paulo Barata - POR
PB&V GymMove Lda

Universidade Lusófona -
Centro Universitário Lisboa



Hazel Calawod - PHI



Ricardo Alves - POR
Universidade da Madeira



Ana José Rodrigues - POR
Universidade da Madeira



Bárbara Sousa - POR
Desporto Escolar



Clara Gouveia - POR
Desporto Escolar



10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

CANDIDATURAS PARA COMUNICAÇÕES E REGRAS DE SUBMISSÃO *APPLICATIONS AND SUBMISSION RULES*

Informamos que estão abertas as candidaturas para apresentação de trabalhos, que deverão ser inseridas no seguinte [formulário](#) e enviados até ao dia **30 de julho de 2026**. As normas de candidatura e o modelo de resumo, poderão ser descarregados e consultados em baixo.

Instruções | Modelo

Aceitam-se trabalhos nas seguintes áreas temáticas a desenvolver no Congresso:

- > Pedagogia, didática e contextos educativos
- > Ética e Psicologia em contextos gímnicos: Saúde e Bem-Estar
- > Análise do Desempenho na Ginástica: Formação e Rendimento em diferentes

Contextos Gímnicos

- > Inovação, ciência e transferência do conhecimento
- > Treino Desportivo: Técnica e condição Física



Em cada uma das áreas poderão ser abordados temas de todas as disciplinas da Ginástica.

ATENÇÃO - Depois da aceitação do trabalho, todos os autores que pretendam participar no congresso deverão inscrever-se com o valor de "Autor".

*Please be advised that abstract submissions are now open and must be entered in the following [form](#) until **July 30th 2026**.*

The application guidelines and the abstract template can be downloaded below.

Instructions | Template

Work is accepted in the following thematic areas to be developed at the Congress:

- > *Pedagogy, teaching Didactics and educational contexts*
- > *Ethics and Psychology in Gymnastics Contexts: Health and Well-being*
- > *Performance Analysis in Gymnastics: Training and Performance in Different*

Gymnastics Contexts

- > *Innovation, Science and Knowledge Transfer*
- > *Sports Training: Technique and Physical Condition.*

In each of the areas, topics from all disciplines of gymnastics can be addressed.

ATTENTION - *After the acceptance of the abstract, all the authors that wants to participate in the congress should register with the participation fee for "Authors".*



10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

CREDITAÇÃO - TPTD

O Congresso terá uma duração de 20 horas.

Mais informações brevemente disponíveis

CREDITAÇÃO PARA PROFESSORES

Creditação para Professores de Educação Física

A Ginástica ao longo do desenvolvimento do Jovem: Formação, Rendimento e Prática Profissional

Nº de Horas: 20

Modalidade: Curso de Formação

Destinatários: Professores dos grupos 260 e 620



Estado: em parceria com o Centro de Formação António Sérgio, o evento encontra-se acreditado para efeitos de progressão na carreira docente, 20 horas, professores dos grupos de recrutamento 260 e 620, na dimensão científico-pedagógica.

Todos os Professores de Educação Física que se queiram inscrever no Congresso, devem clicar no botão "**Compre Aqui**" para entrar na Gymstore e selecionar a inscrição pretendida.

Após a inscrição na FGP, os formandos aguardarão por instruções do Centro de Formação António Sérgio.

Apenas 200 lugares disponíveis para formação!



10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

INSCRIÇÃO REGISTRATIONS

TIPO 1 - ACESSO PRESENCIAL OU ACESSO NO PRÓPRIO DIA + 30 DIAS (STREAMING/SÍNCRONO + ASSÍNCRONO)
ACCESS ON THE REQUESTED DAY (STREAMING/SYNCHRONOUS) + 30 DAYS (ASYNCHRONOUS - PRE-RECORDED)

	INSCRIÇÃO ANTECIPADA <i>EARLY BIRDS</i> Até / Until 15/07/2026	INSCRIÇÃO NORMAL <i>REGULAR REGISTRATION</i> 16/07/2026 - 31/08/2026	INSCRIÇÃO NORMAL1 <i>REGULAR REGISTRATION</i> 09/09/2026 - 07/10/2026
PRESENCIAL*	80,00 €	90,00 €	110,00 €
ONLINE*	60,00 €	70,00 €	90,00 €
PRESENCIAL <i>Alunos de Educação Física e Desporto do Ensino Superior**</i>	10,00 €	15,00 €	20,00 €
ONLINE <i>Alunos de Educação Física e Desporto do Ensino Superior**</i>	5,00 €	10,00 €	15,00 €
PRESENCIAL <i>Alunos de Educação Física e Desporto do Ensino Superior da Universidade da Madeira**</i>	5,00 €	10,00 €	15,00 €
OPÇÃO 5 - AUTOR PRESENCIAL	20,00 €	20,00 €	30,00 €

* Desconto 25% - exclusivo para pessoas filiadas na FGP à data da inscrição. Apenas aplicável na categoria Online e presencial.

** Deverá ser enviado comprovativo de estudante para congressofgp@ginastica.org para que a inscrição seja validada.

INSCREVA-SE AQUI / REGISTER HERE



CONGRESSO NACIONAL
DA GINÁSTICA

10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

Organização / Organizers:



Parceiros Institucionais / Institutional Partners:



Parceiros / Partners:





CONGRESSO NACIONAL
DA GINÁSTICA

10º CONGRESSO NACIONAL | 8º INTERNACIONAL

CONTACTOS

CONTACTS

Federação de Ginástica de Portugal - Contactos Gerais ***Gymnastics Federation of Portugal - General Contacts***



federacao@ginastica.org



www.ginastica.org



www.facebook.com/ginasticaportugal

Congresso - Secretariado

Congress - Secretariat



congressofgp@ginastica.org



www.ginastica.org/congresso2026

