

# DISCOVERY TEAM

**Construa Equipas de Alta Performance com o DISC**

**6 a 26 de junho de 2025 | 10 horas**

Formação *e-learning*

**ANA PINTO MELO**

**CREDITAÇÃO**

**TREINADORES DESPORTIVOS**

Mais informações e inscrições em:

**[www.formacaodesportiva.pt](http://www.formacaodesportiva.pt)**

## APRESENTAÇÃO

Imagine ter um mapa que o guia até ao tesouro da alta performance. Com o DISC, terá esse mapa nas suas mãos. Neste curso, irá aprender a identificar os talentos únicos de cada membro da sua equipa e criar um ambiente de trabalho onde todos possam brilhar. Prepare-se para embarcar numa viagem de descoberta e construir equipas de alta performance.

## ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime *e-learning*, através da plataforma Zoom, conjugado com o formato assíncrono, com o apoio da plataforma Google Classroom.

Durante a sessão síncrona, **os participantes terão de ter a câmara ligada durante toda a sessão**, estando garantidas todas as condições técnicas para a realização da formação através da utilização de uma licença Zoom profissional.

Para a utilização da plataforma Google Classroom, é necessário que cada formando tenha uma conta Google (e-mail gmail).

Sessão	Organização	Temática	Data e Horário
1	Assíncrona	<b>Módulo 1   Introdução aos estilos DISC</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Breve história e explicação</li> <li>▪ A importância do comportamento humano</li> <li>▪ Valores individuais e comportamento</li> </ul>	Tarefa a realizar até dia 11/junho  (2 horas)
2	Assíncrona	<b>Módulo 2   Caracterização dos estilos DISC</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Análise detalhada dos 4 estilos</li> <li>▪ Linguagem Corporal</li> <li>▪ Pontos fortes Vs Fraquezas</li> </ul>	Tarefa a realizar até dia 15/junho  (2 horas)
3	Assíncrona	<b>Módulo 3   Como aplicar os estilos DISC nas Equipas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Estratégias para atingir o potencial máximo de cada estilo</li> <li>▪ Incorporar o poder dos estilos nas Equipas</li> <li>▪ Adaptação a cada estilo</li> </ul>	Tarefa a realizar até dia 19/junho  (2 horas)
4	Assíncrona	<b>Módulo 4   Combinações de estilos DISC nas Equipas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Planeamento da aplicação do Modelo DISC</li> <li>▪ Construir Equipas de alta performance</li> </ul>	Tarefa a realizar até dia 23/junho  (2 horas)
5	Síncrona	Balanço das tarefas realizadas durante os 4 módulos Esclarecimento de dúvidas Avaliação	26/junho  20h00 – 22h00

**LOCAL E HORÁRIO**

Realizada em *e-learning*

6 a 26 de junho de 2025

8 horas assíncronas + 2 horas síncronas (26/junho)  
(10 horas)

**DESTINATÁRIOS**

- Treinadores desportivos
- Todos os interessados pela temática.

**FORMADORES****Ana Pinto Melo**

Licenciada em Psicologia, pela Universidade Lusófona, com especialização na área do Desporto e das Atividades Físicas.

Pós-graduada em Apoio Psicológico e Psicoterapia.

Formadora e Consultora na área Comportamental.

Com mais de 15 anos de experiência, como Psicóloga, Consultora e Formadora em diversos contextos e públicos-alvo.

Concebe e implementa Programas de Formação à medida para empresas públicas e privadas, no âmbito do desenvolvimento do seu capital mais precioso: as Pessoas.

Comprometida em entregar formações únicas e criativas.

Desenvolve Programas de Mentoria para treino individual de competências pessoais e profissionais.

Abraçou a Docência no ISEC Lisboa.

É especialista e investigadora nas áreas de Formação de Formadores e Comportamento Humano.

**VALOR DA INSCRIÇÃO**

<b>Valor único</b>	<b>60€</b>
--------------------	------------

**CONTACTOS**

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

[geral@formacaodesportiva.pt](mailto:geral@formacaodesportiva.pt)

Esta formação é organizada pela BRS – Formação Desportiva, Unipessoal Limitada, Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

