

BULLYING NO DESPORTO

1 a 31 de maio 2026 | 15 horas

FORMAÇÃO ONLINE SÍNCRONA

Sandra Zanchin

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

O bullying no desporto é uma realidade preocupante que afeta muitos jovens atletas, comprometendo o seu bem-estar físico, emocional e social.

Pensando na importância de sensibilizar e capacitar todos os agentes desportivos para a problemática do bullying, esta formação tem como objetivo fornecer ferramentas e conhecimentos necessários para prevenir, identificar e intervir eficazmente em situações de bullying no contexto desportivo.

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em formato online assíncrono, através da plataforma Google Classroom sendo, para isso, necessário que cada formando tenha uma **conta Google** (e-mail Gmail).

Os conteúdos programáticos estão organizados em 4 módulos, cada um com uma duração prevista (em horas). Para cada módulo serão disponibilizados os respetivos conteúdos (vídeos, apresentações, artigos e outros materiais de interesse), bem como os testes ou outros trabalhos para avaliação.

Os participantes terão acesso aos materiais disponibilizados pela formadora, podendo visualizar os vídeos e/ou ler os documentos em qualquer dia/hora durante o período definido para cada módulo.

Data	Carga Horária	Temática	Avaliação
1 a 15 de maio 2026	3 h	Módulo 1 - Bullying – Definição de Conceitos - Mitos e Crenças sobre Bullying - Tipos de Bullying	Teste online A realizar até ao dia 15 de maio 2026
8 a 23 de maio 2026	6 h	Módulo 2 - A importância do jogo no desenvolvimento humano - Violência no desporto - Bullying no contexto da formação desportiva em Portugal	Trabalho individual Realização de um trabalho individual que deverá ser enviado por email até ao dia 23 de maio. Qualquer dúvida poderá ser esclarecida através de email.
15 a 31 de maio 2026	6 h	Módulo 3 - Implicações práticas: prevenção e intervenção.	Trabalho individual Realização de um trabalho individual por parte dos formandos que deverá ser enviado por email até ao dia 31 de maio. Qualquer dúvida poderá ser esclarecida através de email.

DESTINATÁRIOS

- Treinadores
- Técnicos de exercício físico
- Diretores técnicos
- Todos os interessados pela temática.

FORMADORES

Sandra Zanchin

Formou – se em Psicologia na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra em 2008. O seu percurso profissional esteve desde o seu início ligado à prática hospital e clínica onde segue uma orientação cognitivo-comportamental e de terapias de 3ª geração. Foi docente colaboradora no curso de Psicologia Clínica no Instituto Politécnico ISPT - Tundavala entre 2013 a 2021, em Angola. Em 2024 tornou-se instrutora de meditação e mindfulness pelo Centro Budista do Porto. Atualmente é psicóloga clínica em contexto de clínica privada.

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em formato online assíncrono

1 a 31 de maio de 2026

15h de duração

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	80€
-------------	-----

CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

geral@formacaodesportiva.pt

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

