

DESPORTO SEM LIMITES: TREINO E INCLUSÃO DE ATLETAS COM DEFICIÊNCIA

25 a 28 de maio 2026 | 18h00-20h00 | 8 horas

FORMAÇÃO E-LEARNING

FERNANDA BORGES

CARLOTA CUNHA

CARLA CARDOSO

BÁRBARA VASCONCELOS

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

Esta ação de formação em Desporto Adaptado tem como objetivo capacitar agentes desportivos para uma intervenção mais consciente, inclusiva e ajustada às necessidades de atletas com deficiência. Ao longo da formação, serão abordados princípios pedagógicos, estratégias de treino e metodologias de avaliação que promovem não só o desempenho desportivo, mas também o desenvolvimento global, a autonomia e a qualidade de vida dos praticantes.

Com uma abordagem prática e multidisciplinar, esta formação pretende reforçar competências técnicas e sensibilizar para a importância da inclusão no contexto desportivo, contribuindo para a construção de um desporto mais acessível, equitativo e centrado no atleta.

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime de *e-learning*, com **sessões síncronas** através da plataforma Zoom. **Os participantes terão de ter a câmara ligada durante todas as sessões**, garantindo o envolvimento dos formandos e a qualidade da interação formativa. A utilização de uma licença profissional assegura todas as condições técnicas necessárias ao bom decorrer da formação.

Data / Horário	Formador	Temática
25 de maio (2 ^{af}) 18:00h- 20:00h	Fernanda Borges	Intervenção Pedagógica no Desporto Adaptado: Formação, Inclusão e Desenvolvimento de jovens com Deficiência. O treino como processo Educativo e valor formativo do desporto adaptado
26 de maio (3 ^{af}) 18:00h- 20:00h	Carlota Cunha	FPDD e contexto nacional Modalidades específicas - diversidade de práticas e suas adaptações Oferta desportiva – acesso à prática desportiva por atletas com deficiência
27 de maio (4 ^{af}) 18:00h- 20:00h	Carla Cardoso	Desafios do treino da Natação para atletas com deficiência- O treino para atletas com deficiência, uma abordagem flexível, inclusiva e centrada no indivíduo seu desenvolvimento global
28 de maio (5 ^{af}) 18:00h- 20:00h	Bárbara Vasconcelos	Avaliação e Desenvolvimento da Preparação Física em Atletas com Deficiência - No contexto do desporto adaptado, as adaptações dos métodos, exercícios e cargas de treino, de forma a promover não só o desempenho desportivo, mas também a autonomia, funcionalidade e qualidade de vida do atleta com deficiência

FORMADORES**Fernanda Borges**

Licenciatura em Desporto e Educação Física na Opção de Desporto de Reeducação e Reabilitação da Universidade do Porto

Mestrado em “Atividade Física Adaptada” pela FCDEF.

Atribuição do estatuto de Formadora pelo Conselho Científico Pedagógico da Formação Continua Professora Cooperante do Estágio Profissional da Universidade Lusófona

Professora de Educação Física do 3º ciclo na Escola Básica Dr. Costa Matos, VNG

Professora de Apoio na Coordenação Educativa do Desporto Escolar – Porto (CLDE-Porto)

Treinadora de Desporto Adaptado Grau II de Atletismo na Escola do Movimento (ESCMOV)

Membro da Direção da ANDDI – (Associação Nacional de Desporto para o Desenvolvimento Intelectual)

Membro da IAADS - Associação Internacional de Atletismo para Pessoas com Síndrome de Down, Departamento Education and Development

Carlota Cunha

Diretora Técnica Nacional da Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência. (FPDD)

Doutoranda em Biomecânica na Faculdade de Motricidade Humana (FMH), Universidade de Lisboa.

Mestrado em Exercício e Saúde pela FMH - Universidade de Lisboa

Licenciada em Ciências do Desporto pela Universidade de Coimbra.

Coautora do Manual de Atividade Física Adaptada para Pessoas com Lesão Medular, publicado pela Direção-Geral da Saúde.

Carla Cardoso

Mestre em Ciências do Desporto e Educação Física – Treino de Alto Rendimento Desportivo (natação) pela FADE Universidade do Porto.

Licenciada em Ciências do Desporto e Educação Física pela FCDEF Universidade de Coimbra.

Professora do Grupo 620 (Educação Física 3º ciclo e secundário), desde 1999, pertencente ao

Quadro de Nomeação Definitiva da Escola Básica António Alves Amorim de Lourosa – Santa Maria da Feira.

Treinadora de Grau II de Desporto Adaptado pela FPDD.

Treinadora de Grau III de Natação Pura pela FPN

Coordenadora Técnico – pedagógica e treinadora principal da equipa de natação de Desporto Adaptado da Empresa Feira Viva desde 2007.

Diretora Técnica de Natação da instituição internacional DSISO desde 2015.

Barbara Vasconcelos

Doutorada em Ciências do Desporto, na área do alto rendimento na Paralisia Cerebral

Mestre em Atividade Física Adaptada

Licenciada em Ciências do Desporto

Treinadora adjunta da equipa de Natação Adaptada do FC Porto

Preparadora Física na Secção de Desporto Adaptado do FC Porto, nas modalidades de Basquetebol em Cadeira de Rodas, Boccia, Goalball, Natação adaptada e Ténis-de-mesa

Preparadora Física Adjunta e Analista de Performance das Seleções Nacionais de Goalball do Reino Unido

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em *e-learning*
25 a 28 de maio 2026 – das 18h00 às 20h00
(8 horas)

DESTINATÁRIOS

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

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	50€
-------------	-----

O valor de inscrição inclui a oferta do livro “BOCCIA – Manual de apoio. Situações práticas.” da autoria de Eduarda Correia. Esta oferta será enviada por correio.

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.

