

GAMIFICAÇÃO DO TREINO DESPORTIVO

15 de junho a 15 de julho 2026 | 10 horas

FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA

Bruno Sousa

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

A gamificação aplicada ao treino desportivo representa uma abordagem inovadora que visa aumentar a motivação, o envolvimento e a retenção dos atletas, especialmente em contextos de formação.

Ao integrar elementos típicos dos jogos — como desafios, níveis, objetivos e sistemas de progressão — é possível transformar sessões de treino em experiências mais dinâmicas, envolventes e significativas.

Esta formação foi concebida para dotar treinadores e profissionais do desporto de ferramentas práticas que lhes permitam aplicar a gamificação de forma estruturada e eficaz, mantendo sempre o foco no desenvolvimento técnico, tático e humano dos atletas.

Ao longo da formação, os participantes irão compreender os fundamentos da gamificação, explorar estratégias de motivação, criar sistemas de progressão e desenvolver jogos aplicáveis ao treino, culminando na construção de uma época desportiva gamificada.

OBJETIVOS

- Compreender os princípios da gamificação no treino desportivo
- Aplicar estratégias de motivação baseadas em jogo
- Criar sistemas de progressão para atletas
- Desenvolver jogos aplicáveis ao treino
- Planear uma época desportiva com recurso à gamificação

DESTINATÁRIOS

- Treinadores Desportivos
- Técnicos de Exercício Físico
- Diretores Técnicos
- Todos os interessados na temática

AVALIAÇÃO

Após a visualização e/ou leitura dos materiais disponibilizados pelo formador, os formandos são convidados a realizar um teste de avaliação, em formato digital, em cada módulo.

Os testes deverão ser realizados até ao final do dia 15 de julho de 2026. **Cada teste só poderá ser realizado uma vez.**

Cada teste terá uma classificação expressa na escala qualitativa de 0 a 20 valores.

Só será emitido certificado aos formandos que obtenham pelo menos 10 valores na média aritmética dos testes.

LOCAL E HORÁRIO

Realizada no formato online assíncrono

15 de junho a 15 de julho 2026

(10 horas)

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

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

Os participantes terão acesso aos materiais disponibilizados pelo formador, podendo visualizar as apresentações e/ou ler os restantes documentos em qualquer dia/hora durante o período definido para a formação. Todos os formandos podem colocar questões que serão, tão prontamente quanto possível, respondidas pelo formador.

Módulo	Temática	Duração
1	Fundamentos da Gamificação <ul style="list-style-type: none"> • O que é gamificação • Diferença entre exercício, jogo e gamificação • Elementos base (pontos, níveis, recompensas) • Erros comuns 	2h
2	Motivação através do jogo <ul style="list-style-type: none"> • Motivação intrínseca vs extrínseca • Psicologia do jogo • Engagement no treino • Feedback e reforço positivo 	2h
3	Sistemas de Progressão <ul style="list-style-type: none"> • Níveis e evolução • Missões e objetivos • Badges e conquistas • Progressão individual e coletiva 	2h
4	Jogos no Treino <ul style="list-style-type: none"> • Estrutura de jogos • Tipos de jogos (competitivo, cooperativo) • Narrativa e contexto • Criação de jogos aplicados 	2h
5	Época Gamificada <ul style="list-style-type: none"> • Planeamento anual • Sistema de pontos e ranking • Eventos especiais • Monitorização e adaptação 	2h

FORMADORES

Bruno Sousa

Licenciado em Educação Física e Desporto pela Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa.

Treinador de Andebol nível 4 – EHF Master Coach

Treinador de Andebol nos escalões de formação durante mais de 15 anos.

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	55€
--------------------	------------

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.

