

# Treinar eSports

## PRINCÍPIOS PEDAGÓGICOS PARA UM TREINO EFICAZ

15 de agosto a 15 de setembro 2026 | 6 horas

**FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA**

**Carlos Pedro**

**FORMAÇÃO PROFISSIONAL CERTIFICADA**

Certificado de formação profissional emitido ao abrigo da Portaria n.º 474/2010, através da plataforma SIGO.

Mais informações e inscrições em:

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

## APRESENTAÇÃO

Os eSports assumem, atualmente, um papel cada vez mais relevante no panorama desportivo e competitivo, atraindo milhares de jovens praticantes em todo o mundo. Tal crescimento exige treinadores preparados para responder às especificidades pedagógicas, psicológicas e sociais inerentes a esta nova realidade.

Treinar jovens jogadores de eSports vai muito além do domínio técnico do jogo, implicando competências ao nível da comunicação, motivação, desenvolvimento humano, ética e construção de ambientes de treino positivos e seguros.

Esta formação pretende dotar treinadores e profissionais do desporto de conhecimentos fundamentais sobre o fenómeno dos eSports, fornecendo ferramentas pedagógicas que permitam estruturar processos de treino centrados no desenvolvimento integral dos jovens jogadores.

Ao longo da formação, os participantes irão compreender as características dos praticantes de eSports, refletir sobre o papel do treinador, identificar princípios éticos fundamentais e desenvolver estratégias para promover ambientes de treino saudáveis, motivadores e orientados para a performance sustentada.

Através de uma abordagem centrada na pedagogia do treino, esta formação permitirá aos participantes desenvolver competências aplicáveis à realidade dos clubes, academias e equipas de eSports.

## OBJETIVOS

- Compreender a evolução e o enquadramento atual dos eSports no contexto desportivo
- Identificar o papel e as competências do treinador de eSports
- Reconhecer as características e necessidades dos jovens jogadores
- Aplicar princípios éticos e de responsabilidade no treino de eSports
- Desenvolver estratégias para criar ambientes de treino positivos e seguros

## DESTINATÁRIOS

- Profissionais ligados aos eSports
- Clubes e academias de eSports
- Coordenadores 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 setembro 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.

## 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	<b>O fenómeno dos eSports</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A evolução histórica dos eSports</li> <li>• Enquadramento dos eSports no contexto desportivo moderno</li> <li>• Principais modalidades e ecossistema competitivo</li> <li>• Tendências e perspetivas futuras</li> </ul>	2h
2	<b>O treinador e o jovem jogador nos eSports</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel e competências do treinador de eSports</li> <li>• Características dos jovens jogadores</li> <li>• Motivação, comunicação e feedback</li> <li>• Desenvolvimento integral do praticante</li> </ul>	2h
3	<b>Ética e desenvolvimento saudável nos eSports</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ética e fair-play nos eSports Responsabilidade do treinador perante atletas e familiares</li> <li>• Prevenção de comportamentos tóxicos e promoção de bem-estar</li> <li>• Estratégias para construir ambientes de treino positivos e seguros</li> </ul>	2h

## FORMADORES

### Carlos Pedro

É treinador de eSports, dedicando-se ao desenvolvimento de jovens jogadores e à promoção de práticas de treino que conciliam o rendimento competitivo com o crescimento pessoal dos praticantes. Ao longo do seu percurso tem aprofundado conhecimentos nas áreas da pedagogia do treino, da comunicação, da motivação e da liderança, reconhecendo que o sucesso nos eSports depende tanto das competências técnicas como do desenvolvimento de valores, atitudes e competências sociais.

A sua abordagem privilegia a criação de ambientes de treino positivos, seguros e exigentes, promovendo a ética, o fair-play, o trabalho em equipa e a responsabilidade. Enquanto formador,

procura dotar treinadores e profissionais de ferramentas práticas que lhes permitam estruturar processos de treino centrados no desenvolvimento integral dos jovens jogadores, contribuindo para uma prática dos eSports mais consciente, saudável e sustentável.

## LOCAL E HORÁRIO

Realizada no formato online assíncrono  
15 de agosto a 15 de setembro 2026  
(6 horas)

## VALOR DA INSCRIÇÃO

<b>Valor único</b>	<b>25€</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.

