

# ANIMAÇÃO DESPORTIVA

UFCD - 3505

16 de julho a 19 de agosto 2026 | 50 horas

**FORMAÇÃO ONLINE**

**Bruno Sousa**

**FORMAÇÃO CERTIFICADA**

Mais informações e inscrições em:

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

## APRESENTAÇÃO

A prática de atividades físicas e desportivas assume um papel cada vez mais relevante na promoção da saúde, do bem-estar e da qualidade de vida das populações. Neste contexto, a animação desportiva constitui uma ferramenta fundamental para fomentar a participação, a inclusão social, a ocupação saudável dos tempos livres e a dinamização de diferentes contextos comunitários, educativos, recreativos e turísticos.

A organização e dinamização de atividades de animação desportiva requerem conhecimentos técnicos, capacidade de planeamento, competências de comunicação e uma adequada gestão dos recursos e das condições de segurança. A adaptação das atividades às características dos participantes e aos objetivos definidos é igualmente determinante para o sucesso das intervenções.

A presente ação de formação pretende proporcionar aos participantes os conhecimentos e competências necessários para planificar, organizar, dinamizar e avaliar atividades de animação desportiva dirigidas a diferentes públicos-alvo, promovendo práticas seguras, inclusivas e ajustadas às necessidades dos participantes.

Ao longo da formação serão abordados os princípios fundamentais da animação desportiva, os processos de organização e planificação de atividades, as estratégias de dinamização de grupos, as normas de segurança e os instrumentos de avaliação, permitindo aos formandos desenvolver competências aplicáveis em diversos contextos de intervenção.

## ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime *e-learning*, conjugando sessões online síncronas, realizadas através da plataforma Zoom, com sessões online assíncronas, realizadas com o apoio da plataforma Google Classroom.

**Os participantes terão de ter a câmara ligada durante todas as sessões online síncronas**, estando garantidas todas as condições técnicas para a realização da formação através da utilização de uma licença profissional.

Para acederem à plataforma Google Classroom, os formandos terão de utilizar uma conta Gmail. Poderão realizar as tarefas previstas para as sessões online assíncronas no dia e hora que preferirem, dentro do período definido para a sessão.

### Objetivo Geral

Executar atividades de animação em contexto desportivo, com públicos diversificados.

### Objetivos Específicos

- Caracterizar o conceito e os princípios da animação desportiva.
- Identificar diferentes públicos-alvo e adequar as atividades às suas características.
- Organizar atividades de animação desportiva considerando os recursos humanos, materiais e logísticos necessários.
- Aplicar normas de segurança e prevenção de riscos em atividades desportivas.
- Planificar atividades de animação desportiva definindo objetivos, recursos, metodologias e cronogramas.
- Selecionar técnicas de dinamização adequadas ao contexto e ao público participante.
- Dinamizar atividades de animação desportiva promovendo a participação e o envolvimento dos participantes.
- Utilizar instrumentos de avaliação para monitorizar e melhorar as atividades desenvolvidas.
- Avaliar os resultados das atividades de animação desportiva e propor medidas de melhoria.
- Conceber e apresentar um projeto simples de animação desportiva adequado a um contexto específico.

### AVALIAÇÃO/CERTIFICAÇÃO

A avaliação das aprendizagens será contínua e incidirá sobre o grau de aquisição das competências previstas na UFCD, privilegiando a participação ativa, a realização das atividades propostas e a aplicação prática dos conhecimentos adquiridos.

A classificação final resultará da ponderação dos seguintes critérios:

<b>Critério de Avaliação</b>	<b>Ponderação</b>
Participação e envolvimento nas sessões síncronas	20%
Realização das atividades assíncronas	20%
Trabalhos práticos e evidências de aprendizagem desenvolvidas ao longo dos módulos	30%
Projeto final integrador	30%

A avaliação será suportada por diferentes instrumentos, nomeadamente grelhas de observação, fichas de trabalho, participação em fóruns, trabalhos práticos, apresentações e projeto final.

Considera-se que o formando concluiu a UFCD com aproveitamento quando obtiver uma classificação final igual ou superior a 10 valores e cumprir os requisitos de assiduidade definidos pela entidade formadora.

A certificação será emitida nos termos da legislação aplicável, através do Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO), aos formandos que concluíam a UFCD com aproveitamento.

### Conteúdos Pedagógicos e Cronograma

Conteúdos/temáticas	Data	Horário	Tipo de sessão	Duração
<b>Fundamentos da Animação Desportiva</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Apresentação da UFCD e do módulo</li> <li>○ Conceito e objetivos da animação desportiva</li> <li>○ Papel e competências do animador desportivo</li> <li>○ Contextos de intervenção</li> <li>○ Públicos-alvo</li> <li>○ Competências do animador</li> </ul>	16/07/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas
	---	---	Online assíncrona	6 horas
	22/07/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas
<b>Organização de Atividades de Animação Desportiva</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Fases da organização</li> <li>○ Recursos humanos e materiais</li> <li>○ Planeamento logístico</li> </ul>	23/07/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas
	---	---	Online assíncrona	6 horas
	29/07/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas
<b>Segurança e Gestão do Risco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Segurança em atividades desportivas</li> <li>○ Identificação de riscos</li> <li>○ Medidas preventivas</li> </ul>	30/07/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas
	---	---	Online assíncrona	6 horas
	05/08/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas
<b>Planificação e Dinamização de Atividades</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Estrutura de um plano de atividade</li> <li>○ Técnicas de dinamização</li> <li>○ Jogos e atividades de animação</li> </ul>	06/08/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas
	---	---	Online assíncrona	6 horas
	12/08/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas
<b>Avaliação e Projeto Integrador</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Avaliação das atividades</li> <li>○ Instrumentos de avaliação</li> <li>○ Orientações para o projeto final</li> </ul>	13/08/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas
	---	---	Online assíncrona	6 horas
	19/08/2026	19h30 – 21h30	Online síncrona	2 horas

## DESTINATÁRIOS

Todos os interessados pela temática, que tenham concluído pelo menos o 4.º Ano de Escolaridade.

## MODALIDADE DE FORMAÇÃO

4030 - Formações Modulares Certificadas

## FORMA DE ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO

*E-learning*

## METODOLOGIAS DA FORMAÇÃO

A ação de formação será desenvolvida em regime de e-learning, combinando sessões síncronas e atividades assíncronas, de forma a promover uma aprendizagem flexível, participativa e centrada no formando.

As sessões síncronas, realizadas através de videoconferência, terão como principal objetivo a apresentação e exploração dos conteúdos, o esclarecimento de dúvidas, a discussão de temas relevantes e a partilha de experiências entre os participantes. Serão utilizadas metodologias expositivas e interrogativas, complementadas por debates, análise de casos práticos, resolução de problemas e atividades colaborativas que favoreçam a participação ativa dos formandos.

As atividades assíncronas decorrerão através da plataforma de aprendizagem e incluirão a consulta de recursos pedagógicos, a realização de pesquisas orientadas, a análise de documentação técnica, a participação em fóruns de discussão e a execução de trabalhos práticos relacionados com os conteúdos da UFCD. Estas atividades visam promover a autonomia, a reflexão crítica e a aplicação dos conhecimentos adquiridos a contextos concretos de animação desportiva.

Ao longo da formação serão privilegiadas metodologias ativas, orientadas para o desenvolvimento de competências, incentivando os formandos a planificar, organizar, dinamizar e avaliar atividades de animação desportiva adequadas a diferentes contextos e públicos-alvo.

A avaliação das aprendizagens assumirá um carácter contínuo e formativo, baseada na participação dos formandos, na realização das atividades propostas e na qualidade das evidências produzidas ao longo dos diferentes módulos, culminando na elaboração de um trabalho prático integrador que permita demonstrar a aquisição das competências previstas na UFCD.

## OUTROS

A BRS - FORMAÇÃO DESPORTIVA reserva-se o direito de não iniciar as formações nas datas previstas, caso não exista um mínimo de 15 formandos por turma.

## FORMADOR

**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

<b>Valor único</b>	<b>110€</b>
--------------------	-------------

### Forma de pagamento faseado

Inscrição – 40€

Até 5 de agosto 2026 – 40€

Até ao final da formação – 30€

## 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.

