

O TREINADOR DE PADEL E O JOGADOR RECREATIVO

Estratégias para ensinar, motivar e fidelizar

15 outubro a 15 novembro 2026 | 8 horas

FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA

MARIA JOÃO CARMO

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

O crescimento do padel tem sido impulsionado maioritariamente por praticantes recreativos que procuram atividade física, convívio social, melhoria da saúde e experiências positivas de lazer. Este perfil de praticante apresenta motivações, expectativas e necessidades distintas das encontradas no contexto competitivo.

A capacidade do treinador para compreender estas características e adaptar a sua intervenção constitui um fator determinante para a satisfação, progressão e permanência dos praticantes na modalidade.

Esta formação pretende fornecer ferramentas pedagógicas e metodológicas que permitam aos treinadores desenvolver programas mais ajustados às necessidades do jogador recreativo adulto.

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 os vídeos e/ou ler os restantes documentos em qualquer dia/hora durante o período definido para a formação.

Os conteúdos programáticos estão organizados em 4 módulos, cada um com uma duração prevista de 2 horas. Para cada módulo serão disponibilizados os respetivos conteúdos (vídeos, apresentações, artigos e outros materiais de interesse), bem como os testes e outros trabalhos para avaliação.

Módulo	Designação	Tópicos	Duração
1	Quem é o jogador recreativo de Padel?	- Perfil do praticante de Padel - Perfil do praticante de fim de semana - Objetivos de prática - Barreiras à participação	2h
2	Ensinar adultos: princípios pedagógicos e metodológicos	- Aprendizagem motora em adultos - Feedback e correção técnica - Gestão de diferentes níveis na mesma aula	2h
3	Motivação, diversão e experiência do praticante	- Compreender fatores de satisfação - O papel do fator social - Gestão de expectativas	2h
4	Fidelização e crescimento das escolas de adultos	- Programas de progressão - Eventos sociais e progressivos - Indicadores de retenção - Boas práticas de clubes e academias	2h

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 novembro 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.

FORMADORES**Maria João Carmo**

- Treinadora de Padel
- Formadora na área do ensino e desenvolvimento de jovens praticantes
- Experiência na iniciação e formação de atletas de padel

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em *e-learning*

15 de outubro a 15 de novembro de 2026

8 horas assíncronas

DESTINATÁRIOS

- Treinadores de Padel;
- Todos os interessados na temática.

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	65€
-------------	-----

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.