

Liderança sob Pressão em Ambientes Complexos

1.ª Edição

30/10/2025 a 07/11/2025

Módulos/Tópicos	Total de horas	Formador/a	Data	Horário	Local da Formação
Introdução ao curso "Liderança sob pressão em ambientes complexos"	45'	Duarte Araújo	30/out	09h00-09h45	Sala 8
A gestão das 24 horas do dia - sessão 1	1h30	Analiza Silva e Cláudia Minderico		09h45-11h15	Sala 8
Enquadramento do Walking Football como contexto de treino da liderança	45'	Daniel Carrilho		11h15-12h00	Sala 8
Estratégias de Negociação e Influência em Contextos de Pressão	2h00	Eugénia Brito Raimundo		13h30-15h30	Sala 8
Walking Football - treino 1	2h00	Daniel Carrilho		15h30-17h30	Pav Esteiros
Regular o investimento de energia	1h30	Paulo Martins	31/out	09h00-10h30	Pav Esteiros
Walking Football - treino 2	1h30	Daniel Carrilho		10h30-12h00	Pav Esteiros
Alimentação e nutrição - sessão 1	1h30	Analiza Silva e Cláudia Minderico		13h30-15h00	Sala 8
Walking Football - treino 3	2h00	Daniel Carrilho		15h00-17h00	Pav Esteiros
Debriefing com conceitos de tomada de decisão em ambientes complexos - sessão 1	30'	Duarte Araújo		17h00-17h30	Pav Esteiros
Dinâmica de grupo - sessão 1	1h30	António Rosado	06/nov	09h00-10h30	Pav Esteiros
Walking Football - treino 4	1h30	Daniel Carrilho		10h30-12h00	Pav Esteiros
Debriefing com conceitos de tomada de decisão em ambientes complexos - sessão 2	30'	Duarte Araújo		13h30-14h00	Sala 8
A gestão das 24 horas do dia - sessão 2	1h30	Analiza Silva e Cláudia Minderico		14h00-15h30	Sala 8
Liderança Colaborativa e Gestão de Equipas em Alta Performance	2h00	Álvaro Cidrais		15h30-17h30	Sala 8
Auto-conscencialização	1h30	Paulo Martins	07/nov	09h00-10h30	Pav Esteiros
Dinâmica de grupo - sessão 2	1h30	António Rosado		10h30-12h00	Pav Esteiros
Alimentação e nutrição - sessão 2	1h30	Analiza Silva e Cláudia Minderico		13h30-15h00	Sala 8
Torneio Walking Football	2h00	Daniel Carrilho		15h00-17h00	Pav Esteiros
Debriefing com conceitos de tomada de decisão em ambientes complexos - sessão 3	30'	Duarte Araújo		17h00-17h30	Pav Esteiros

*Este curso realiza-se de forma presencial nas instalações da Faculdade de Motricidade Humana:
Estrada da Costa Cruz Quebrada
1499-002 Dafundo*

Curso em parceria com:



Financiado por:

