

Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto
Especialização em Treino Desportivo

Relatório de Estágio

Rio Ave F.C.



Época 2015/2016



ISMAI

Setembro de 2016

Orientado: João Santos nº20525
Orientador: Francisco Costa
Supervisor: José Neto (Ph. D.)

Resumo

O estágio descrito neste relatório foi desenvolvido na equipa de Juniores do Rio Ave Futebol Clube, onde também colaborei em termos de observação e análise das equipas adversárias para os escalões de Iniciados e Juvenis, servindo também como suporte nas actividades organizadas pela Escola de Desporto e Lazer do Rio Ave Futebol Clube.

O estágio contou com a orientação local do Professor Francisco Costa, coordenador da formação do Rio Ave Futebol Clube.

A supervisão do mesmo ficou a cargo do Professor Doutor José Neto, docente do Instituto Superior da Maia.

No decorrer deste relatório são descritas todas as minhas tarefas inseridas na equipa técnica ao longo da época desportiva de 2015/2016, a planificação que foi feita antes desta se iniciar, e, todo o processo que decorreu daí, o que resultou numa classificação histórica para a formação rioavista.

O estágio, enquanto experiência, visou a aprendizagem de competências de desempenho através do acompanhamento diário na organização e gestão de processos de treino numa equipa que está na elite nacional, no que concerne à formação de jovens talentos.

Em termos práticos, procura-se explicar e analisar o dia-a-dia, no que diz respeito aos treinos, reflectindo acerca de dois microciclos semanais. Há também uma descrição do processo do modelo de jogo que se pretende implementar na equipa de juniores do Rio Ave Futebol Clube.

Em suma, este estágio foi, para mim, muito enriquecedor e, até agora, a experiência a nível profissional que mais senti, vivi e com ela aprendi, em termos do meu percurso de formação profissional.

Palavras-Chaves: Futebol; Estágio; Rio Ave Futebol Clube; Modelo de Jogo