

Instituto Universitário da Maia

Departamento de Ciências em Educação Física e Desporto



Relatório de Estágio

Dragon Force Valadares

Diogo Rocha Pais

Nº 26813

Relatório Estágio do Curso de Mestrado em Ciências da Educação Física e
Desporto - Especialização em Treino Desportivo

Supervisor:

Professor Doutor Daniel Duarte

Orientador:

Renato Avelar Gomes

Documento com vista a obtenção do Grau Académico de Mestre (artigo 15º do Decreto-Lei nº. 74/200, de 24 de março, alterado pelos Decretos-Leis n.ºs 107/2008, de 25 de junho, 230/2009, de 14 de setembro e 115/2013, de 7 de agosto)

Junho, 2017



RESUMO

Nos dias de hoje, o Futebol é cada vez mais complexo, fazendo-nos sentir a nós, treinadores, a necessidade de melhorar as nossas competências dia após dia, de forma a podermos controlar o treino e a competição ao detalhe, para poder chegar ao sucesso.

Essa mesma necessidade de melhorar competências enquanto Treinador, de assimilar novos conteúdos teóricos e científicos, direcionou-me para o Mestrado em Treino Desportivo no ISMAI.

Numa fase inicial, o processo desenvolveu-se com aulas teóricas e práticas durante o primeiro ano de Mestrado. O segundo ano, envolveu um estágio na Dragon Force Valadares, onde desempenhei a função de Treinador Adjunto da equipa de competição sub-11.

A estrutura deste Relatório de Estágio contempla a divisão em 5 capítulos, com o objetivo de dar a conhecer o trabalho desenvolvido ao longo da época desportiva.

Estes capítulos dividem-se em:

- 1- Introdução e Enquadramento competitivo;
- 2- Descrição do contexto;
- 3- Objetivos do Estágio;
- 4- Intervenção Profissional;
- 5- Referências Bibliográficas;