

Diogo Pereira de Oliveira

Nº 25479

Relatório de Estágio Curricular com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo, nos termos do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a orientação institucional do Professor Doutor José Neto e o Clube Desportivo Feirense

Junho de 2017

## Resumo

Inserido no âmbito do estágio do 2º ano de Mestrado em Treino Desportivo do Instituto Universitário da Maia, este relatório de estágio tem como objetivo descrever de forma detalhada como se realizou todo o trabalho efetuado durante a temporada 2016/2017 nos juniores do Clube Desportivo Feirense. A oportunidade no clube de Santa Maria da Feira foi proporcionada por um convite realizado pelo treinador (e coordenador dos juniores sub19 e sub18) Tiago Conde, proporcionando-me as condições necessárias para a realização da minha principal função no clube, o treino de guarda redes.

Logo nas primeiras conversas com o treinador Tiago Conde, ficou delineado quais seriam as minhas áreas de intervenção, sendo que ficou logo estabelecido que seria o treinador de guarda-redes da equipa de sub19 e sub18 do clube, sendo também seu adjunto na mesma equipa de sub19, onde realizaria a minha intervenção para além do treino de guarda redes, também responsabilidade na área da preparação física no plantel. Durante o resto do período de estágio, outras funções foram surgindo como a filmagem dos jogos e o seu tratamento estatístico, entre outras.

A autonomia dada pelo treinador Tiago Conde durante toda a temporada permitiu-me a melhoria do meu próprio nível, conseguindo aperfeiçoar a minha tarefa de guarda-redes, o seu planeamento e execução, bem como todas as outras funções de adjunto, fora do trabalho específico com os guarda-redes. Consegui perceber a dura realidade de um campeonato nacional, especialmente sendo este o Campeonato Nacional de Juniores A da 1ª Divisão, onde o nível de exigência e detalhe é cada vez mais semelhante ao de um campeonato sénior.

Este relatório irá demonstrar como toda esta temporada foi realizada, quais os objetivos propostos e atividades realizadas em prol de uma equipa e de um clube, de forma a evoluir a cada dia que passava.

Palavras-Chave: Clube Desportivo Feirense, treino de guarda-redes, futebol, guarda redes