

Pedro Manuel Martins da Silva
Nº28720

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.

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

Orientador Institucional: Professor Doutor José Carneiro Oliveira Neto
Orientador Cooperante: Tiago Frias Conde

Maia, Junho 2018

Resumo

No âmbito da conclusão do Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto - Especialização em Treino Desportivo do Instituto Universitário da Maia, a elaboração deste relatório de estágio tem como principal objetivo, dar a perceber qual foi o meu papel na equipa técnica do Clube Desportivo Feirense - SAD no escalão de Juniores sub-19 durante a época 2018/2019.

A oportunidade de estágio no maior clube do concelho de Santa Maria da Feira, surgiu através de um breve contacto com o treinador e coordenador dos Juniores sub-19, onde logo percebi que era a pessoa ideal para me fazer evoluir dentro do que é o futebol de formação de alta competição, não só pelo seu histórico como treinador, mas também pela sua postura como pessoa.

Assim que confirmado este estágio, foram apresentados todos os elementos da equipa técnica com a atribuição de tarefas específicas a cada um deles. Sendo-me atribuída a função de Preparador/Recuperador Físico do plantel de Sub-19 e também colaborar com as restantes tarefas de treino para que este se desenrolasse de maneira fluída. Contudo, durante a época apareceram diversas tarefas a serem realizadas, como análise e observação de adversários e tarefas, entre outras.

Dentro de cada uma das tarefas que no decorrer da época desportiva tive de desempenhar, encontrei muitas dificuldades, que juntamente com a autonomia dada pelo treinador principal, Tiago Conde, fizeram-me evoluir e aprender bastante em diversas vertentes do planeamento de treino e a dificuldade da mesma, tendo em conta a realidade da equipa no momento e os objetivos bem claros que foram delineados no início e no decorrer da época desportiva.

Diretamente ligado à minha função dentro da equipa técnica, fui obrigado a procurar mais sobre o treino noutras regiões do mundo, mais particularmente na Nigéria, de onde tivemos dois jogadores provenientes e que chegaram com diversas lacunas físicas, técnicas, táticas e psicológicas. Por outro lado, também aprendi bastante sobre o planeamento da época desportiva