

Instituto Universitário da Maia - ISMAI  
Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



## **Relatório de Estágio**

**Miguel dos Santos Gomes Alves**

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

**Orientado Institucional  
Professor Doutor José Neto**

**Orientador Cooperante  
Professor José Carlos Gonçalves**

Setembro, 2017



O presente relatório, inserido no 2º ano do Mestrado em Treino Desportivo, do ISMAI (Instituto Universitário da Maia) abordará um estágio realizado no Clube Desportivo Feirense, na época de 2016/2017.

A realização deste estágio tem como objetivo promover a intervenção do estagiário num contexto de trabalho, deste modo o presente relatório irá referir o trabalho desenvolvido ao longo da época desportiva referida, na equipa de Iniciados B sub 14 do Clube Desportivo Feirense.

Ao longo deste, serão apresentadas as tarefas propostas pelo Professor José Carlos, o modo como foram realizadas, bem como os objetivos, com o intuito de melhorar tanto as capacidades individuais como a melhoria coletiva da equipa.

No relatório estará presente toda uma envolvimento ao clube destacando os meios fornecidos à equipa em geral bem como as funções e tarefas do estagiário.

De um modo geral este estágio permitiu aprofundar os conhecimentos enquanto treinador, bem como a sua importância para a formação do atleta.

**Palavras-chave:** CLUBE DESPORTIVO FEIRENSE; RELATÓRIO DE ESTAGIO;  
TREINADOR; FORMAÇÃO; MOTIVAÇÃO