

Relatório de Estágio



**Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto – Dissertação de Mestrado em
Especialização do Treino Desportivo**

2017-2018



Iniciados A (Sub15) do Sporting Clube de Coimbrões

Supervisor de Estágio: Professor Doutor Daniel Duarte

Orientador de Estágio: Professor Miguel Moreira

Discente: José Soares Nº26756

Resumo

Este estágio foi realizado no Sporting Clube de Coimbrões e teve início no dia vinte de Julho de 2017, com a duração de oito meses. Embora o S.C. Coimbrões seja um clube inserido na realidade do futebol distrital, tem, na minha opinião, potencial para o dominar e ascender aos patamares nacionais.

O principal objectivo do estágio foi aprender, a nível de treino, de comunicação, de liderança e a todos os temas envolventes no futebol e procurar evoluir nestas áreas que tanto me apaixonam visando alcançar o sucesso.

Ao longo deste ano estive inserido na equipa técnica dos Juniores C (sub 15) que disputaram o Campeonato Nacional do seu escalão e fui também o treinador principal da equipa de sub 10.

O presente documento pretende descrever o processo de estágio realizado com a equipa de sub 15 na época 2017-2018, analisando os vários acontecimentos e experiências ocorridos ao longo da época na procura de novas competências para o meu futuro enquanto treinador.

Palavras-Chave: Competências; Futebol; Sporting Clube de Coimbrões; Treino.