

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




Estágio Realizado no Futebol Clube de Paços de Ferreira

José Diogo Mota Guimarães

Especialização em Treino Desportivo

Orientador Institucional

Ph. D, José Neto

(Julho, 2020) 

RESUMO

Este estágio curricular é uma oportunidade única de aplicar no terreno todo o conhecimento adquirido ao longo da formação acadêmica. Obriga ainda à realização de um relatório de estágio, o qual o escrevo, com o objetivo de enquadrar e descrever tudo aquilo que foi acontecendo, durante este ano de experiências riquíssimas.

Durante todo o ano, pude vivenciar o trabalho que é desenvolvido numa instituição com a grandeza do Futebol Clube de Paços de Ferreira, onde incorporei a função de treinador estagiário no escalão de sub-15.

Assim sendo, a minha maior vontade a par de aprender, era a de ser útil aos meus colegas de trabalho e influenciar positivamente o balanço final da época 2019/2020. Para além de poder aplicar conhecimentos na minha maior área de interesse, o treino, pude trabalhar ainda na área da preparação física, observação e psicologia. Todas estas variáveis influenciam o processo de uma equipa. Com isto, tenho a certeza de que me torno melhor treinador, aplicando distintivas funções, que me deixa melhora preparado para o que ainda está para vir.

Descritivamente, vou tentar mostrar grande parte daquele que foi o meu trabalho durante este ano de estágio curricular neste documento.