

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Rio Ave Futebol Clube 2017-2018

Instituto Superior da Maia - ISMAI
Mestrado em Treino Desportivo

Francisco Barbosa
Franbosa19@gmail.com / 918609396

Resumo

O presente relatório enquadra-se no âmbito de estágio curricular do Mestrado em Treino Desportivo no Instituto Superior da Maia. Nestes moldes, o estágio foi realizado no Rio Ave Futebol Clube, onde exerci a função de treinador adjunto/observador no escalão Sub14.

Durante a época desportiva, para além de ter exercido a minha função como treinador adjunto, era também uma função minha a observar e analisar os nossos adversários, com recurso a vídeo para que, de certa forma, pudéssemos dar rotinas de trabalho a este escalão tendo em conta que no ano seguinte iriam frequentar um escalão de Sub15 com cariz de campeonato nacional, onde, esta prática é já muito mais usual e complexa.

Para além de ser treinador adjunto e fazer observações e análises de adversários, estava também encarregue de fazer os relatórios dos nossos jogos bem como as estatísticas dos nossos atletas (minutos, golos e notas de jogo) e a análise do jogo em vídeo para posterior apresentação, de modo a corrigir alguns aspetos que estiveram menos bem durante o jogo e reforçar os momentos positivos do mesmo.

Como treinador adjunto, ajudo no planeamento dos treinos em conjunto com a equipa técnica. No primeiro dia desse microciclo que geralmente era á Segunda-Feira, sempre em função do bem-estar físico dos nossos atletas e sempre com paralelismos ao nosso modelo de jogo. Nas observações, o objetivo passava por retirar o máximo de informação acerca do nosso próximo adversário e apresentar na Segunda-Feira á equipa técnica e jogadores. Os relatórios do nosso jogo eram feitos com base nas notas que retirava durante o mesmo, sendo apenas feito, após a visualização em vídeo do jogo, para que, a informação fosse clarificada da melhor forma possível.

Palavras-Chave: Observação; Análise; Planeamento; Relatórios.