



Instituto Universitário da Maia - ISMAI

Especialização em Treino Desportivo

Estágio no Clube Associação Desportiva Oliveirense

Relatório de Estágio

António João Teixeira Vasconcelos Oliveira

24446

Documento com vista à obtenção do grau académico de Mestre (artigo 15º do Decreto-Lei nº. 74/200, de 24 de março, alterado pelos Decretos-Leis n.ºs 107/2008, de 25 de junho, 230/2009, de 14 de setembro e 115/2013, de 7 de agosto)

Orientadores:

Prof. MSc., Especialista Jorge Baptista

Prof. MSc., António Silva

Outubro de 2016

1. INTRODUÇÃO

Este relatório de estágio, é referente ao estágio curricular do 2º Ciclo de Estudos em Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo realizado no Clube Associação Desportiva Oliveirense doravante designado por ADO, mais concretamente, na modalidade de futebol (escalão sénior).

No que diz respeito a este estágio, as expectativas passavam por aprender o máximo possível com pessoas com mais experiência na área, assim como desfrutar ao máximo a oportunidade de pertencer a uma equipa técnica. Obter assim uma perspectiva diferente das dinâmicas entre equipa técnica e atletas, assim como, equipa técnica e direção. Perceber a importância dos aspectos técnico-táticos até à forma de gerir a competição sobre a pressão da mesma, ou seja, absorver o máximo de informação de outros técnicos em contexto de treino e jogo. E essencialmente, estar diariamente, ligado ao processo de treino.

Relativamente à escolha da modalidade, apesar de gostarmos de outras modalidades e depois de termos praticado bastantes ao longo da vida, o futebol é aquela que verdadeiramente nos apaixona e que faz com que percamos várias horas com este desporto.

Primeiramente, neste relatório iremos mencionar os objetivos gerais deste estágio e a sua pertinência. De seguida iremos realizar uma avaliação do contexto, ou seja, uma descrição das instalações em que realizamos o estágio assim como uma caracterização dos atletas envolventes de uma forma generalizada. Depois passamos a definir os objetivos em termos profissionais e a calendariza-los de forma a conseguir cumpri-los.

1.1. Objetivos

Foram previamente traçados a este estágio objetivos gerais para alcançar ao longo da época, e esses objetivos são:

a) desenvolver trabalho, em contexto real de treino, sob supervisão, visando a consolidação de competências técnicas, relacionais e organizacionais relevantes para o perfil de treinadores;