

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

Relatório de Estágio

Rui Manuel Sampaio Garcia

Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Treino
Desportivo

Orientação

Professor Doutor Jorge Manuel Pinheiro Baptista

Carlos Manuel Vaz Pinto

Junho 2019

Resumo

Entende-se que o futebol atual apresenta níveis elevados de competitividade, pressupondo-se que, para dar resposta a este nível competitivo, os jogadores tenham que estar devidamente preparados. Segundo (Araújo e Garganta, 2002), o treinador tem papel desafiante neste processo, procurando elaborar e adotar modelos que têm como principal objetivo fornecer representações comuns aos jogadores através da ênfase de referências fundamentais ao nível da competição e do processo de treino”, ou seja o Treinador necessita de estar munido de ferramentas e competências que permitam preparar a equipa do ponto de vista individual e coletivo de acordo com a sua ideia de jogo, adaptada às características dos jogadores que tem à sua disposição.

(Shanckly, “O futebol não é um caso de vida ou de morte, é muito mais que isso”, 1981)

Face a estes pressupostos, as competências do treinador têm como base um processo gradual de aprendizagem e desenvolvimentos do conhecimento a nível do treino no contexto teórico e prático, que permitem planificar e operacionalizar o processo de treino de forma consistente e objetiva, (Coelho, 2010)

O Processo de formação do Treinador, envolve aquisição de competências técnicas e de gestão de recursos Humanos, que permitem ao Treinador gerir e controlar as variáveis relacionadas com o Processo de treino e com o meio envolvente, com extrema importância nos fatores de rendimento, visando a melhoria e potencialização da performance desportivas dos Atletas em prol dos resultados Desportivos, (Coelho, 2010)

Abstract

It is understood that actual football has high levels of competitiveness, to be able to respond to this competitive level, players have to be properly prepared.

In this context the Coach needs to be equipped with tools and skills that allow them to prepare the team individual and collective point of view according to he`s game idea, adapted to the players characteristics that he has at he`s disposal.