

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



Estágio realizado no Sporting Clube de Braga

Rodrigo Carlos Ribas Albuquerque

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

Orientador Institucional

Professor Doutor José Carneiro Oliveira Neto

Julho de 2020 

Resumo

Um relatório de estágio de uma época desportiva é constituído por um período repleto de vivência, experiências e aprendizagens. Um período onde existe a possibilidade de aplicar todo o conhecimento que foi adquirido e desenvolvido durante o percurso académico.

O presente relatório visa o desenvolvimento da prática de um treinador adjunto no escalão de sub-16 do Sporting Clube de Braga e também um compêndio de reflexões sobre o processo de estágio e da atividade profissional desenvolvida durante a época.

Foi realizada também, simultaneamente, uma investigação científica como complemento ao estágio efetuado. Desta forma, concretizou-se uma análise à rede de passes dos jogadores do escalão de sub-16 do Sporting Clube de Braga em diferentes formações táticas utilizadas. Foram analisados cinco jogos de cada formação tática e procurou-se perceber se existiam alterações na rede de passes dos jogadores entre diferentes formações táticas e de que forma é que possíveis alterações poderiam tornar-se informação pertinente na tomada de decisão do treinador.

Perante todas as experiências, reflexões e toda a informação recolhida por diferentes fontes, foi possível concluir que: i) o modelo de jogo é fundamental na criação de uma identidade coletiva. Este é construído com base num conjunto de princípios de jogo que orientam os jogadores no desenvolvimento das dinâmicas individuais e coletivas que são pretendidas para a equipa; ii) o modelo de jogo e de treino devem estar diretamente relacionados, para que um possa sempre suportar o outro; iii) um profundo conhecimento do jogo permite a um treinador estar mais bem preparado para lidar com adversidade, entender os problemas e encontrar soluções; iv) A observação e análise do jogo permite uma maior consciencialização do processo e da forma como podemos contornar as dificuldades; v) A liderança do treinador é essencial para que as ideias do treinador possam ser postas em prática; vi) O conhecimento das diferentes áreas que são determinantes no desempenho desportivo é uma mais valia para o treinador, permitindo que este possa desenvolver todo o processo de forma holística e permitindo que a interação de todas as partes torne o todo mais preparado e consistente.