

Filipe Miguel Silva Barata

Nº26808

(Relatório de Estágio)

Época Desportiva 2017/2018

Clube Desportivo de Sobrado

Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto

- Especialização em Treino desportivo

Orientador Institucional: Professor Doutor José Neto

Orientador Cooperante: Mário Heitor

Relatório de Estágio Curricular com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo, nos termos do decreto-Lei nº74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto-Lei nº63/2016, de 13 de setembro.

Maia, Junho de 2018

Introdução

O presente documento surge no âmbito do 2ºano de Mestrado de Ciências de Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo pelo Instituto Universitário da Maia sob a forma de relatório final de estágio.

Na realização deste Estágio adquiri muito conhecimento e competências diferentes das que tinha adquirido como jogador. Sendo jogador sénior do clube onde realizei este estágio, Clube Desportivo de Sobrado, tinha uma responsabilidade acrescida, dado que tinha de ser um exemplo para os meus jogadores sub-15 dentro e fora de campo, pois não poderia exigir algo que eu não fizesse. Uma experiência única visto que a minha passagem pelo mundo do futebol até este ano tinha sido como jogador.

“Jogar futebol é muito simples, mas jogar um futebol simples é a parte mais difícil do jogo.” (Johan Cruyff)

Esta frase acompanhou-me durante todo o ano visto que nós treinadores somos sempre exigentes connosco próprios e para mais com os nossos jogadores visto que transportam a nossa ideia a filosofia de jogo.

Irei mostrar no relatório o trabalho realizado nesta presente época 2017/2018 nos Sub-15 do Clube Desportivo de Sobrado, em que condições, que processos e ideias de treino presentes durante o ano.