

Instituto Universitário da Maia – ISMAI

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto

Relatório de Estágio

Pedro Miguel Serra Marques Nº23558

Documento com vista á obtenção ao grau académico de Mestre (artigo 15º do Decreto-Lei nº74/2006, de 24 de março, alterado pelos Decreto-Lei nº107/2008, de 25 de junho, 230/2009, de 14 de setembro e pelo Decreto-Lei nº115/2013, de 7 de agosto.

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

Supervisor:

Prof. Mestre, Especialista Jorge Baptista

Orientador Cooperador:

Filipe Moreira

Setembro, 2016

Resumo

O relatório de estágio serve para avaliação do estágio curricular realizado no âmbito do segundo ano do Mestrado em Treino Desportivo do Instituto Universitário da Maia - ISMAI.

O estágio foi realizado no Clube Desportivo de Lousado, no escalão de Juniores que disputa a primeira divisão distrital da Associação de Futebol de Braga. O mesmo teve a duração aproximada de 11 meses, tendo o seu início em agosto de 2015 e finalizado em junho de 2016.

O estágio permite uma aprendizagem constante, através de uma troca de conhecimentos, permite ainda participar num trabalho de planeamento de uma época desportiva, perceber as dificuldades presentes no dia-á-dia e como ultrapassa-las de forma a evoluir como treinador. Possibilita ainda perceber que a conjugação de uma formação académica juntamente com a vivência de “campo” forma um treinador muito mais completo do que possuindo apenas uma dessas capacidades.

Neste estágio além da possibilidade de poder estagiar com um treinador com muitos anos de experiencia, tive a possibilidade de assumir um escalão do futebol de base como treinador principal, podendo assim aplicar os conhecimentos adquiridos e ser colocado perante desafios que me ajudaram a evoluir como Treinador e como pessoa.