



INSTITUTO UNIVERSITÁRIO DA MAIA

Mestrado em Ciências do Desporto – Especialização em Treino

Desportivo

Relatório de estágio: UNIÃO ACADÉMICA ANTÓNIO AROSO



Relatório de estágio apresentado ao Instituto Universitário da Maia, no âmbito

do 2º Ano de Mestrado do Curso de Ciências da Educação Física -

Especialização em Treino Desportivo

Autor: João Borges Martins

Maia,
setembro de 2016

RESUMO

No âmbito do relatório de Mestrado em Ciências do Desporto – Especialização em Treino Desportivo do Instituto Universitário da Maia, desenvolvi o meu trabalho durante a época desportiva 2015/2016 na União Académica António Aroso, que é um clube de basquetebol da Associação de Basquetebol do Porto.

Como estagiário, a principal preocupação foram começar a aperfeiçoar algumas competências que desenvolvi nestes últimos anos em que me estive a formar nesta área. Sabendo que para qualquer treinador a aquisição de todas as competências é um processo contínuo, o estágio surge no seguimento de dar continuidade e complementaridade a toda a aquisição de competências que foi adquirida anteriormente, explorando sempre uma vertente mais prática.

Este estágio foi realizado na equipa de Sub 16 “A” Masculina do clube, que competiu num primeiro momento na 1ª divisão distrital do escalão, série B1.

A realização deste trabalho tem como objetivo descrever, observar e refletir sobre o trabalho desenvolvido ao longo da época desportiva.

O estágio torna-se assim algo muito importante na formação de um treinador no sentido de este ter cada vez mais uma panóplia de experiências e vivências da parte prática, que precisamos de adquirir de forma a cada vez fazermos melhor o “transfer” dos conhecimentos mais pedagógicos e científicos para a prática.