



INSTITUTO PIAGET
Campus Universitário de Almada

**Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares
(ISEIT) / Almada**

Despacho N°14446/2012

**REGULAMENTO DE ESTÁGIO E RELATÓRIO
FINAL – Treino Desportivo**

**Licenciatura em
MOTRICIDADE HUMANA**

2017/2018

Índice

1 - Disposições Gerais.....	4
2 - Objectivos do estágio e Relatório Final Metodologia do treino.....	4
3 - Locais de estágio e Relatório Final	6
4 – Tarefas de Estágio	6
5 - Dossier de Estágio e Relatório Final	6
6 - Avaliação do Estágio e Relatório Final.....	7
7 - Disposições Finais e Transitórias	8

1 - Disposições Gerais

De acordo com o disposto no Despacho Nº 14446/2012, o Estágio e Relatório Final faz parte integrante do plano curricular da Licenciatura em Motricidade Humana no ISEIT de Almada.

O Regulamento Geral de Estágio em Treino Desportivo pretende adequar o processo de estágio profissional ao aluno que pretenda especializar-se no mercado do treino desportivo possibilitando a aplicabilidade de conteúdos inerentes ao mesmo.

O presente documento deve ser sujeito a avaliação sempre que o próprio regulamento geral seja revisto, com o intuito de ajustamento ao desenvolvimento da respetiva área de conhecimento.

O presente Regulamento da área do Treino Desportivo aplica-se a todos os alunos do 3º ano matriculados na Unidade Curricular de Estágio e Relatório Final do curso de Motricidade Humana. Incluída no último ano do curso, a Unidade Curricular de *Estágio e Relatório Final* deverá, sempre que possível, estar articulada, de modo a favorecer uma formação teórico-prática integrada, com o primordial objetivo de facilitar a inserção profissional do futuro licenciado em Motricidade Humana.

2 - Objetivos do estágio e relatório final treino desportivo

2.1 – O estágio e relatório final em treino desportivo deve complementar a formação do aluno no que diz respeito a formação teórica, ao desenvolvimento de métodos e técnicas de intervenção específicos e a aquisição de experiências pré-profissionais no respetivo sector;

2.2 – No seguimento do número anterior, e para que sejam alcançados os primordiais objetivos do estágio, o aluno-estagiário deverá:

- a) Caracterização do local e da equipa ou do atleta sobre quem será realizado o estágio;
- b) Aplicar, desenvolver e adquirir competências científicas, pedagógicas, de gestão e de relação interpessoal dentro do respetivo mercado de trabalho;
- c) Colaborar, propor e desenvolver programas para o desenvolvimento técnico, tático ou físico no âmbito do Treino Desportivo;
- d) Colaborar em programas de captação seletiva de praticantes;
- e) Planear o processo de treino desportivo, baseado na sua análise e articulação com o plano do treinador e com a periodização da época desportiva.

2.3. Objetivos específicos

O aluno estagiário deverá enquadrar a sua intervenção nas seguintes áreas de intervenção das quais surgirão as atividades de estágio dentro das competências sujeitas a avaliação:

Apesar da discriminação de competências, as mesmas devem ser tomadas em conta em qualquer área de intervenção do estágio.

2.3.1. ÁREA DA CARACTERIZAÇÃO DO ATLETA / EQUIPA

2.3.1.1. Competências científicas

Deverá o estagiário caracterizar o contexto desportivo onde se irá realizar o estágio, através dos meios logísticos, humanos e materiais existentes.

Cabe ao estagiário caracterizar o atleta ou grupo de atletas com quem irá trabalhar sobre o seu nível de experiência de treino, nível técnico, físico, assim como da sua composição corporal.

2.3.1.2. Competências Pedagógicas

O estagiário deverá realizar o modelo de decisão pedagógica relacionando o seu planeamento e intervenção com as respetivas decisões pré-interativas, interativas e avaliação da ação educativa;

Aplicação dos conhecimentos da Metodologia do Treino Desportivo à especificidade da modalidade sobre a qual incidirá o estágio.

Intervenção técnica de acordo com os estilos de ensino e liderança anteriormente apreendidos.

Análise de informação útil para a intervenção pedagógica no que se refere ao envolvimento, praticantes e modalidades;

Construção de uma sessão de treino assente em princípios pedagógicos, metodológicos e biológicos, numa lógica coerente com o planeamento.

Controlo da sessão de treino nomeadamente sobre o volume absoluto e relativo, assim como da intensidade do esforço;

Qualidade da informação, atitude entusiasta e respetiva promoção de um clima positivo;

Comportamento para a educação e captação de praticantes.

2.3.1.3. Competências de gestão

O estagiário deverá desenvolver a sua capacidade de gerir a aplicação de competências relativas com o desenvolvimento dos diferentes fatores do treino em relação aos meios disponíveis analisando a viabilidade dos próprios meios de forma crítica construindo estratégias de crescimento e desenvolvimento da área laboral.

2.3.1.4. Competências de relação interpessoal

Capacidade de durante a intervenção criar um clima positivo, de confiança que promova o empenho por parte dos atletas, gerindo conflitos ou incertezas.

2.2. ÁREA DO PLANEAMENTO

2.2.1. Organização e gestão do treino

O estagiário deve manifestar competência ao nível do planeamento do processo de desenvolvimento de treino com objetivos a longo, médio e curto prazos selecionando as melhores metodologias e técnicas de intervenção de acordo com a idade e o nível de experiência dos atletas e o nível competitivo.

Deve igualmente o estagiário estruturar o processo de treino de forma coerente e articulada dentro dos fatores técnicos, tácitos e físicos.

O estagiário deve saber manusear os resultados obtidos na competição, selecionando o essencial para a planificação dos conteúdos de treino individuais como coletivos.

2.3. ÁREA DA CONDUÇÃO DO PROCESSO DE TREINO

2.3.1. Intervenção direta no processo de treino

O estagiário deve participar no processo de treino através de um conjunto de ações específicas anteriormente planeadas e articuladas com o treinador.

Cabe ao estagiário conduzir a sessão ou momentos especiais da sessão de treino, revelando conhecimentos sobre os conteúdos a transmitir e capacidade de liderança e gestão sobre o grupo ou o atleta.

Aplicar os conhecimentos dos diversos conteúdos integrantes da motricidade humana de forma a caracterizar a decisão metodológica na intervenção, justificando a escolha dos meios para atingir determinados fins.

2.4. ÀREA DA AVALIAÇÃO E CONTROLO DO TREINO

2.4.1. Avaliação do rendimento desportivo

Cabe ao estagiário propor instrumentos de trabalho que permitam avaliar de forma coerente o rendimento desportivo em competição.

3 - Locais de estágio e relatório final

3.1 – Os locais de estágio são atribuídos em conformidade com o regulamento geral de estágio

3.2 – Os locais devem ser enquadrados em instituições abrangidas pelo decreto-lei 385/99.

4 – Tarefas de Estágio

Todas as tarefas de estágio devem ser enquadradas com a instituição acolhedora e desenvolvidas com o maior rigor, responsabilidade e sentido ético e deontológico pelo estagiário, devendo realizar igualmente de forma motivante e entusiasta.

4.1. PLANEAMENTO E CONDUÇÃO DO TREINO

4.1.1. Planeamento

Após a avaliação das capacidades individuais ou coletivas, o estagiário deve elaborar um plano para o período de duração do estágio em consonância com a instituição acolhedora, incluindo uma previsão de todas as ações a desenvolver.

O estagiário deverá desenvolver unidades de treino que estejam de acordo com os mesociclos e microciclos, anteriormente elaborados, referentes ao período de estágio.

O estagiário deverá apresentar um balanço individual das unidades de treino realizadas, apresentado e justificando as respetivas propostas de alterações futuras.

No final do estágio o aluno deve realizar um relatório final sobre as atividades realizadas.

4.1.2. Condução do treino

O aluno deverá construir fichas de treino que permitam o registo do trabalho diário assim como das observações registadas.

Estas fichas relativas à sessão de treino deverão ser construídas de acordo com o planeamento, principalmente no que diz respeito aos objetivos do microciclo como do mesociclo.

4.1.3. Desenvolvimento desportivo

O aluno deve criar um conjunto de fichas de avaliação inicial que lhe permitam diagnosticar deficiências técnicas, tácticas e físicas. Por outro lado deverá registar noutras fichas a evolução técnico, tático e física dos atletas.

Realização de aulas de grupo nas atividades escolhidas para as unidades didáticas incluindo nos planos de aula relatórios sobre a prestação em relação à escolha de metodologias de montagem, compensações biomecânicas e restantes componentes da prescrição de exercício.

4.1.4. Análise e Intervenção Pedagógica

O estagiário deverá realizar observar 5 sessões de treino de outros colegas, de forma a poder avaliar o grau de intervenção técnica do colega estagiário (comunicação), a organização da sessão assim como a gestão dos recursos e a sua liderança.

5 - Dossier de Estágio

5.1. – Todos os documentos entregues pelo aluno devem constituir o Dossier de Estágio curricular da Licenciatura em Motricidade Humana.

5.2. Toda a restante regulamentação está ao abrigo do Regulamento Geral de Estágio ao qual este documento constitui anexo.

5.3 – No dossier de estágio devem constar obrigatoriamente todos os documentos solicitados anteriormente, assim como todos os outros que os estagiários entendam poderem vir a acrescentar mais valias ao seu trabalho.

6 - Avaliação do Estágio

6.1 – A avaliação final do *Estágio e Relatório Final* é da responsabilidade do orientador interno e externo numa ponderação de 30% e 70% respetivamente.

6.2 – A nota final de estágio resulta de uma nota ponderada definida no programa da UC a cada ano e em cada ramo.

6.3 – Após a avaliação do Dossier de Estágio, o orientador interno deve entregar ao Coordenador de Estágios os documentos de avaliação do estagiário:

- a ficha de apreciação qualitativa;
- a ficha de avaliação do estágio;
- os registos descritivos das visitas de orientação feitas a instituição onde decorreu o estágio.

6.4 – Qualquer fraude ou tentativa de fraude, bem como qualquer conduta eticamente reprovável acarreta a imediata reprovação do aluno.

6.5. Ponderação dos Elementos a Avaliar:

Quadro de ponderação dos diferentes parâmetros de avaliação do estágio

Dimensão	%	Categoria	Elementos	%
Caracterização	10	Avaliação Inicial	Caracterização dos recursos	10
			Caracterização da equipa ou do atleta	60
			Fichas de avaliação Inicial	30
Programação do trabalho	25	Planeamento	Objetivos	10
			Plano	5
			Mesociclos	15
			Microciclos	20
			Sessões de treino/respetivo balanço	50
Prática pedagógica	50	Condução do treino	Organização	25
			Gestão dos recursos	10
			Informação	50
			Liderança	10
			Clima do treino	5
Organização	15	Suporte teórico	Dossier	50
			Relatório final	35
			Observações	15

Avaliação Estágio e Relatório Final

Avaliação Final:

- Intervenção Pedagógica (70%) → (70% OE + 30% OI) + Dossiê (70% OI + 30% OE)
- Relatório final - (30%) → 70% OI + 30% (Apresentação e Defesa)

NOTA FINAL = Intervenção Pedagógica (70%) + Relatório Final (30%)

7 - Disposições Finais e Transitórias

7.1 – Tal como o Regulamento de Estágio, este anexo é aprovado pela Direção do ISEIT / Almada e pelo Conselho Pedagógico do ISEIT / Almada e só poderá ser formalmente alterado mediante uma nova decisão do mesmo.

7.2 – Sempre que as condições o exigirem, a Coordenação do Curso da Licenciatura em Motricidade Humana do ISEIT / Almada poderá propor a revisão do regulamento à Direção do ISEIT / Almada que remeterá ao Conselho Pedagógico para homologação.

7.3 – O não cumprimento das normas e princípios consignados no presente regulamento, assim como qualquer omissão ou dúvida resultante da sua aplicação, e caso não seja resolúvel pelo Coordenador de Estágios, será analisado pela Direção do ISEIT / Almada.

Almada, 16 de setembro de 2017