

ESTÁGIO GRAU I

1. **Inscrição em estágio: 04.09.2020 a 12.10.2020**
2. **Na associação onde o candidato pretende efetuar o estágio.**

Documentos:

- a) Ficha de inscrição em estágio na associação
- b) Pedido de carteira provisória Treinador
- c) Protocolo Entidade de Acolhimento/Entidade Formadora
- d) Comprovativo de Pagamento
- e) Definir e Propor o tutor de estágio
- f) Seguro Desportivo Válido

Confirmação do Estágio 20/21: 14 de outubro

1. 1ª Reunião estágio: Entre 019.10.2019 e 30.10.2019 na sede da associação onde realiza o estágio ou em local a designar por esta.
2. Apresentação do Coordenador de estágio.
3. Validação do Tutor; Informações sobre o estágio;
4. Confirmar a Inscrição na associação como treinador estagiário. (obrigatório)

Reuniões Presenciais – Coordenador – Tutor - Estagiário

- **1º Momento Presencial – Reunião com o coordenador de estágio – Até 30 de Outubro –**
- **Ordem Trabalho:**
 1. Informações sobre o PIE
 2. Programação das 5 ações de complemento de formação.
 3. Confirmação da Data do Clinic Internacional Formação 2020

4. Informações sobre o Dossiê de Estágio
 5. Informações sobre a avaliação de estágio
- **2ª Momento - Avaliação Intermédia: em 2020 até 9 fevereiro 2021**
 - **Ordem de Trabalho:**
 - **Estagiário: Enviar/entregar o Dossiê de Estágio até 31 dezembro 2020**
 - **Tutor: Enviar Relatório de avaliação intermédia do estagiário até 07 Janeiro 2021**
 - Reunião: Coordenador realiza um balanço da primeira parte do estágio.
 - **3ª Momento - Avaliação final – Análise e avaliação final do estagiário: até 12 Julho/2021**
 - **Estagiário: Entregar o “Dossiê de Estágio” ao Coordenador de Estágio até 11.06.21;**
 - **Tutor: entregar/enviar o relatório final de Avaliação até ao dia 11.06.21**
 - **Estagiário: Entregar/enviar o “Relatório do Clinic Internacional Formação” (em formato digital), ao Coordenador de Estágio até 05.07.21;**

PROGRAMAÇÃO ACTIVIDADES ESTÁGIO – ACF -

- **1ª Ação de complemento de formação – Novembro - Planeamento**
- Em formato on line, com formador da FPB/ENB - ação sobre Planeamento e informações sobre o Dossiê de estágio -.

Planeamento

Formas de planear em vários escalões

- **2ª Ação de complemento de formação – Novembro/Dezembro**
- Em formato on line com formador da FPB/ENB desenvolve uma ação – “ Saber Treinar” -.

Calendarização do Estágio 2020-2021

Saber treinar	Assistir a um treino filmado e comentar. <ul style="list-style-type: none">• Postura do Treinador• Tipo de FB utilizados• Clima de treino• Exercícios adaptados ao nível dos jogadores
---------------	---

- 3º Ação de formação – Preparar e Direção de Jogo – Janeiro.
- Em data e local a determinar o coordenador/formador desenvolve uma ação como “Preparar e dirigir um jogo”.

Preparação e Direção do jogo	<ul style="list-style-type: none">• Convocatória -A escolha dos jogadores para o jogo• Preleção antes do jogo• Aquecimento• A formação dos “cincos”• Os descontos de tempo• Intervalo• Preleção no final do jogo
------------------------------	--

- 4º Ação de formação – Desenvolvimento das Capacidades Físicas – março.
- Em data e local a determinar o coordenador/formador desenvolve uma ação como preparar e dirigir um jogo.

MD-Desenvolvimento das capacidades físicas	Planos de treino para melhorar a força, a velocidade, a resistência, nos diversos escalões
--	--

- 5º Ação de formação – Abril; Maio/2017.
- Em data e local a determinar o coordenador/formador desenvolve uma ação, cujo tema será o Clinic do Treinador, de acordo com as necessidades dos formandos.

Tema opcional de acordo com as necessidades dos formandos	Apresentação de exercícios (previamente estabelecidos) por parte dos formandos.
---	---

- Ação Final de avaliação do Estágio/curso:
- [Clinic Internacional Formação ENB – 27 e 28 Junho 2020](#)
- **Presença obrigatória para todos os estagiários**

NOTA

Em todas as ações de complemento de formação e Clinic Internacional de formação os estagiários terão de entregar um relatório da ação frequentada para avaliação por parte do Coordenador de estágio e/ou formador

Momentos de contato entre o Coordenador/Tutor/Estagiário

- ✓ Mensalmente de outubro a maio, o estagiário e o tutor deverão realizar no mínimo seis “momento de contato” (Os contatos serão preferencialmente presenciais).
- ✓ O coordenador deverá assistir no mínimo a 3 sessões de treino e um jogo do estagiário.
- ✓ Os momentos de contato do tutor com o coordenador serão presenciais e obrigatórios, mínimo três:
- ✓ 1º Momento ou Inicial em outubro;
- ✓ 2º Momento ou intermédio em janeiro
- ✓ 3º Momento e final em junho.
- ✓ A não presença do tutor implica a sua exclusão do processo de tutoria.

[Diretor ENB](#)

[Jorge Fernandes](#)