

Anexo 2

Assunto: Ciências do Desporto e da Motricidade . CDespM . Desporto e Lazer: Regulamento de Estágio I e II (2021-22)+ FUC Estágio I e II (2021-24) . 210711

De: <rmendes@esec.pt>

Data: 11/07/2021, 23:41

Para: <ctc@esec.pt>, <presidente@esec.pt>

CC: "Francisco Campos" <franciscampos@gmail.com>

Aprovado em Reunião de

Conselho Técnico-Científico de 2021/7/14
Mara Fernanda Ferreira Antunes
Presidente Conselho Técnico-Científico

Cara Presidente do CTC da ESEC

Na sequência da reunião do GCD de Ciências do Desporto e da Motricidade realizada em 2021-07-11, serve a presente para solicitar que se digne propor a aprovação:

1. Regulamento de Estágio I e Estágio II para 2021-22 da Licenciatura de Desporto e Lazer
2. As FUC de Estágio I e Estágio II para 2021-2024 da mesma licenciatura.

Atenciosamente

Cumprimentos

Rui Mendes , *PhD*

Sport Sciences



. Professor Coordenador com Agregação: Instituto Politécnico de Coimbra (IPC) - Escola Superior de Educação (ESEC) _ Coimbra, Portugal

. IPC: ESEC _ UNICID-ASSERT; i2A _ Laboratório **RoboCorp**

. Centro de Investigação do Desporto e da Atividade Física - **CIDAF** (uid/dtp/04213/2020): Universidade de Coimbra

. Mestrado em **Jogo e Motricidade na Infância**: ESEC

. ORCID ID: 0000-0002-2433-5193 ; Cienciaviteae - CIÊNCIA ID: A71F-1E22-D496



Instituto Politécnico de Coimbra
Escola Superior de Educação
Ciências do Desporto e da Motricidade

Licenciatura	DESPORTO e LAZER	
Unidades curriculares:	ESTÁGIO I	(1.º semestre)
	ESTÁGIO II	(2.º semestre)
Ano curricular	3.º ano	
Ano letivo	2021-2022	

REGULAMENTO

Regente e Professor Responsável:

Professor Coordenador: Artur Martins, PhD

Professor Adjunto: Francisco José Ascenso Campos, PhD

Professor da UCs:

António Sérgio Duarte Lopes Damásio, PhD

Artur Manuel Lourenço Martins, PhD

Francisco José Ascenso Campos, PhD

Ricardo Miguel Matias Gomes, PhD

Ricardo José Espírito Santo de Melo, PhD

Rui Manuel Sousa Mendes, PhD

1. ENQUADRAMENTO

As unidades curriculares (UCs) de Estágio I (1.º semestre) e Estágio II (2.º Semestre), do 3.º ano curricular do curso em Desporto e Lazer (DL), da Escola Superior de Educação do Politécnico de Coimbra (ESE-IPC), regem-se pelas normas legais em vigor no Ensino Superior (ES), pelas normas estatutárias aplicáveis pela ESE-IPC e pelo presente Regulamento.

As UCs de de Estágio I e Estágio II podem assumir a modalidade de estágio curricular, desenvolvido em contexto real de trabalho ou a modalidade de projeto de investigação e de desenvolvimento, que deve evidenciar capacidades de investigação, de desenvolvimento, de integração e aplicação de conhecimentos.

Os estágios curriculares e os projetos de investigação e desenvolvimento podem ocorrer em Entidades de Acolhimento / Organizações (e.g., empresas, etc.), unidades e centros de investigação, ou em outras instituições de investigação e desenvolvimento, no país ou no estrangeiro.

O estágio curricular e o projeto de investigação e desenvolvimento podem ser realizados sob a responsabilidade direta da ESE-IPC e ou no âmbito de intercâmbio com instituições parceiras, nacionais ou internacionais.

A ESE-IPC desenvolverá um conjunto de ações conducentes à estruturação de uma rede de acolhimento dos estagiários com base em protocolos, de modo a garantir o normal funcionamento das UCs.

Assim caberá à ESE-IPC informar e dar a conhecer aos estudantes estagiários, quais as entidades com as quais tem protocolos para efeitos de realização de Estágio, possibilitando ainda a oportunidade de estes desenvolverem contactos com outras entidades.

Compete à ESE-IPC, através do Responsável pela UC e Diretor de Curso de DL, com a colaboração do Núcleo de Estágios e Saídas Profissionais (NESP), assegurar um local de Estágio para todos os estagiários.

Os períodos de Estágio I e II coincidem com as datas estipuladas pela ESE-IPC para início e término de cada semestre, salvo em situações específicas acordadas entre as partes interessadas, podendo esse período ser antecipado, prorrogado, concentrado ou alargado, garantindo o cumprimento dos procedimentos normais de avaliação previstos no plano de estudos.

O Estágio I tem um total de 168 horas (6 ECTS), as quais somadas às 420 horas de Estágio II (15 ECTS), perfaz um total de 588 horas de intervenção técnica e profissional ao longo de um ano letivo, distribuídas de acordo com as diferentes áreas e especificidade de cada Estágio:

UCs	Semestre	ECTS	Horas de contacto em Estágio	Horas de Contacto de Seminário
Estágio I	1º	6	168	15
Estágio II	2º	15	420	30

2. OBJETIVOS

- 2.1. Desenvolver trabalho, em contexto real, sob supervisão, visando a consolidação de competências técnicas, científicas, pedagógicas, relacionais e organizacionais relevantes para o perfil de desempenho técnico e profissional, adquiridas na parte curricular;
- 2.2. Criar hábitos de reflexão crítica sobre situações reais de treino e/ou competição vivenciadas com praticantes desportivos, técnicos e treinadores, como meio e oportunidade privilegiados de formação;
- 2.3. Proporcionar experiência prática de relacionamento profissional com técnicos e profissionais credenciados e experientes;
- 2.4. Integrar e participar no contexto organizacional numa entidade que opera no setor do desporto ou da motricidade humana, envolvendo o relacionamento com os diferentes membros da respetiva comunidade;
- 2.5. Integrar o Estagiário no sistema desportivo ao nível local, regional e nacional, através da aquisição de conhecimentos e competências sobre as estruturas e dinâmicas de cada nível de intervenção;
- 2.6. Desenvolver e motivar para a constante formação contínua e atualização do conhecimento nos domínios científico e pedagógico;
- 2.7. Permitir ao Estagiário conhecer a realidade desportiva correspondente à área de intervenção para a qual se encontrará habilitado.

3. CONTEÚDOS

- 3.1. Planeamento (época desportiva, unidade didática, plano de sessão, sessão de treino, treino personalizado, etc.);
- 3.2. Intervenção técnica e profissional (lecionação ou condução de sessões de treino, aulas de grupo, treino personalizado, etc.);
- 3.3. Avaliação e reflexão pedagógica e científica sobre a intervenção técnica e profissional, em contexto de treino ou competição (quando aplicável), e sobre o grau de sucesso das medidas e propostas aplicadas e seus efeitos nos praticantes ou atletas;
- 3.4. Dossier técnico de Estágio (Treinador, Técnico de Exercício Físico, Professor, etc.);
- 3.5. Relatório final de Estágio.

4. TAREFAS

4.1. Do Estagiário

1. Reunir com o Tutor e Coordenador de Estágio quando solicitado, elaborando a ata da reunião, onde devem ser identificados os aspetos discutidos e as decisões tomadas;
2. Reunir com outros agentes desportivos envolvidos no seu processo de Estágio, se necessário e se por eles solicitado (e.g., Diretor Técnico do Ginásio; Presidente do Clube...);
3. Cumprir com as tarefas plasmadas no presente PROGRAMA e REGULAMENTO, bem como com o número mínimo de horas indicado nas Tabelas 1 e 2.
4. Dever completo de ética e sigilo profissional, não podendo usar quaisquer dados recolhidos, obtidos e cedidos em contexto de Estágio sem o expresso consentimento dos Professores Responsáveis pela UCs.

4.2. Do Tutor de Estágio

1. Orientar o Estagiário dentro da Entidade de Acolhimento de modo a facilitar o acesso à informação necessária para o desenrolar do Estágio;
2. Preencher um documento de avaliação não vinculativo fornecido pela ESEC (NESP), ao qual pode ter acesso o Estagiário.

4.3. Do Professor Coordenador de Estágio

1. Apoiar o Estagiário na planificação, condução e avaliação/reflexão das atividades desenvolvidas;
2. Reunir com o Estagiário regularmente (ou sempre que se justificar);
3. Reunir com o Tutor de Estágio, se necessário, ou com o representante formalmente;
4. Ponderar as apreciações do Tutor ao longo do Estágio e na avaliação enviada ao NESP.

4.4. Do Regente e Professor Responsável de Estágio

1. Reunir, quando necessário e se solicitado, com os Coordenadores de Estágio;
2. Organizar, se necessário, uma reunião final de análise, reflexão e avaliação;
3. Mediar e intervir em eventuais conflitos entre todas as partes envolvidas no Estágio.

4.5. Do Núcleo de Estágios e Saídas Profissionais (NESP)

1. Estabelecer protocolos de cooperação e acordos adicionais junto da Entidade de Acolhimento;
2. Facultar e receber a Ficha do Estagiário;
3. Facultar e receber as avaliações finais dos Tutores de Estágio, e encaminhá-las aos Coordenadores de Estágio;
4. Elaborar e enviar um agradecimento à Entidade de Acolhimento no final do Estágio.

5. AVALIAÇÃO

As tabelas 1 e 2 apresentam as tarefas previstas para as UCs de Estágio I e Estágio II.

Tabela 1. Tarefas da UC Estágio I, horas de trabalho e avaliação.

	TAREFAS	horas mínimo	Ponderação	
			p	%
1.	1.1. Lecionação ou condução de sessões de treino ou aulas.	60h	60p	30%
	1.2. Orientação de praticantes ou atletas em competição (se aplicável).			
	1.3. Planeamento de sessões de treino ou aulas.	30h	30p	15%
	1.4. Avaliação e reflexão pedagógica sobre: como as sessões e a competição (se aplicável) decorrem; o grau de sucesso das medidas e propostas aplicadas; os efeitos provocados nos praticantes.	30h	30p	15%
	1.5. Reuniões de trabalho e relacionamento com o Tutor.	-	20p	10%
	1.6. Tarefas relacionadas com o exercício da função técnica (e.g., reuniões com a estrutura técnica ou com a estrutura dirigente da organização de estágio, participação em iniciativas de formação, etc.).	-	20p	10%
2.	2.1. Elaboração e atualização do dossier de Estágio.	-	20p	10%
3.	3.1. Elaboração do relatório final de Estágio.	-	20p	10%
		120h *	200p	100%

* 48h adicionais serão ditribuídas de acordo com a especificidade de cada Estágio.

Tabela 2. Tarefas da UC Estágio II, horas de trabalho e avaliação.

	TAREFAS	horas mínimo	Ponderação	
			p	%
1.	1.2. Lecionação ou condução de sessões de treino ou aulas.	180h	40p	20%
	1.2. Orientação de praticantes ou atletas em competição (se aplicável).			
	1.3. Planeamento de sessões de treino ou aulas.	90h	20p	10%
	1.4. Avaliação e reflexão pedagógica sobre: como as sessões e a competição (se aplicável) decorrem; o grau de sucesso das medidas e propostas aplicadas; os efeitos provocados nos praticantes.	60h	20p	10%
	1.5. Reuniões de trabalho e relacionamento com o Tutor.	-	10p	5%
	1.6. Tarefas relacionadas com o exercício da função técnica (e.g., reuniões com a estrutura técnica ou com a estrutura dirigente da organização de estágio, participação em iniciativas de formação, etc.).	-	10p	5%
2.	2.1. Atualização e finalização do dossier de Estágio.	-	20p	10%
3.	2.1. Elaboração e defesa pública do relatório final de Estágio.	-	80p	40%
		330h *	200p	100%

* 90h adicionais serão distribuídas de acordo com a especificidade de cada Estágio.

No âmbito da avaliação ao Estagiário, será fornecida informação qualitativa, formativa e quantitativa ao longo do Estágio.

O Estagiário pode a qualquer momento ser aconselhado a desistir, ou em casos extremos a ser reprovado, sempre que o Tutor e o Coordenador de Estágio considerem que este não garante as funções lhe atribuídas, ou o seu comportamento coloca em causa as duas organizações envolvidas (ESE-IPC e organização de Estágio).

As avaliações de ambas as UCs serão por frequência - avaliação contínua, considerando:

4.1. Nível de desempenho no exercício funcional do Estágio

Pretende-se o desenvolvimento de atividades compatíveis/adequadas ao perfil de desempenho esperado à saída para o exercício concreto de uma determinada função (e.g., Treinador, Técnico de Exercício Físico, etc).

As atividades devem ser devidamente calendarizadas, ajustadas à duração da especificidade de cada Estágio e realizadas sob a orientação de um Tutor na Entidade de Acolhimento. Tais atividades estão sistematizadas e descritas nas Tabelas 1 e 2.

A possível falta do estagiário a qualquer atividade obriga ao aviso prévio ao Tutor e Coordenador de Estágio. Não sendo possível o aviso prévio a falta deve ser devidamente justificada a ambos. A falta injustificada pode implicar o término do Estágio e a consequente reprovação do estagiário.

Caso existam situações onde o número de candidatos a uma Entidade de Acolhimento seja superior ao número de vagas, os candidatos passarão por um processo de seriação cujo critério de definição da ordem de escolha é a média obtida nos dois primeiros anos do curso (concluídos na totalidade).

A intervenção profissional e técnica não tem obrigatoriamente de ser desenvolvida no mesmo local para Estágio I e II, ou seja, um estudante, pode realizar a UC de Estágio I numa entidade de acolhimento e o Estágio II noutra entidade.

4.2. Dossier de Estágio

Ao longo do Estágio I e do Estágio II o estagiário deve proceder à organização do Dossier, enquanto memória de práticas e elemento de consulta permanente, que discrimine atividades desenvolvidas e autoavaliação que delas resultar.

O Dossier deve conter elementos e informações que demonstram o que efetivamente está a ser realizado naquele período. Sendo um elemento importante na avaliação do Estágio, o Dossier deve assumir-se como um documento indispensável para o futuro profissional.

O Dossier deve:

1. Ser constituído por documentos originais produzidos pelo Estagiário, podendo incluir igualmente documentos da organização ou Entidade de Acolhimento. Os documentos não disponibilizados no Dossier serão considerados como trabalhos não realizados e assim não classificados;
2. Ter qualidade gráfica, estrutural, pedagógica e científica;
3. Encontrar-se permanentemente atualizado e à disposição do Tutor e Coordenador de Estágio;
4. Ficar em "arquivo" na ESEC durante cinco anos, pelo que é aconselhável que o Estagiário guarde consigo uma cópia; é entregue ao Coordenador no final do semestre nas datas por ele estipuladas, em suporte informático e/ou impresso; a não entrega pode implicar a reprovação na UC.

4.3. Relatório final de Estágio

O Relatório de Estágio deve conter um relato global do percurso e a análise crítica do próprio Estagiário à sua participação e envolvimento. Deverá abordar as diferentes fases do Estágio (integração, desenvolvimento e conclusão), considerando as atividades desenvolvidas e as competências pessoais e profissionais adquiridas, relevando particularmente os aspetos fundamentais que resultam da análise crítica efetuada às tarefas desempenhadas. O estagiário é responsável pela elaboração do Relatório, contando com o apoio do Tutor e do Coordenador na realização desta tarefa.

O Relatório deve contemplar os seguintes elementos:

1. Enquadramento e referência ao modo como está organizado;
2. Identificação dos objetivos e comentário ao seu grau de concretização;
3. Documentos relevantes para a concretização do previsto nos itens

4. Relato global crítico do percurso, em que seja feita a caracterização da Entidade de Acolhimento, a descrição das funções e responsabilidades do Estagiário e a descrição sumariada das suas principais tarefas e atividades desenvolvidas;
5. Apreciação crítica do Estágio no desenvolvimento pessoal e profissional do Estagiário, abordando a relação com os diferentes intervenientes e a integração na Entidade de Acolhimento.

O Relatório deve respeitar as seguintes normas em termos de formatação:

1. Tipo de letra - Cambria;
2. Tamanho de letra - 12;
3. Margens (superior, inferior, direita e esquerda) - 2 cm;
4. Espaçamento entre linhas Simples;
5. Alinhamento - Justificado.
6. Cabeçalho - Denominação do documento/trabalho;
7. Rodapé - Autor do documento/trabalho (Nome) e Paginação no canto inferior direito.
8. Bibliografia e Referências em normas APA.

Nota: iguais normas de formatação devem ser cumpridas em todos os outros trabalhos produzidos.

4.3. Defesa Pública do Relatório (Avaliação Final)

1. No final do Estágio os alunos deverão entregar, para apresentação e defesa pública, salvo disposição em contrário, cinco exemplares do relatório, em suporte de papel e suporte digital;
2. Destes exemplares, três serão destinados aos membros do Júri da prova pública de avaliação, um para o Centro de Documentação e Informação (CDI) da ESEC e outro para a Entidade de Estágio;
3. Os relatórios devem ser entregues ao Professor Responsável de Estágio até 10 dias úteis antes da data fixada para a avaliação final, que promoverá a sua distribuição pelos Júris de avaliação final;
4. A avaliação final deve ser coincidente com o período das épocas de avaliação definida pela ESE-IPC e pelo Grupo Científico e Disciplinar (GCD) de Ciências do Desporto e Motricidade (CDespM);
5. A avaliação final é da responsabilidade de um Júri, aprovado pelo CTC da ESEC, e constituído pelo Diretor de Curso, que preside, pelo Professor Coordenador de Estágio e por um argente convidado, proposto pelo GCD de CDespM, privilegiadamente da área científica predominante do curso;
6. A admissão à prova pública de avaliação final, implica a apresentação de uma declaração do Professor Coordenador de Estágio, atestando que o estudante cumpriu o período e o plano de estágio, bem como atestando que o relatório está concluído e em condições de ser submetido à defesa pública;
7. O parecer final do professor coordenador previsto no ponto anterior, e no âmbito das suas competências, deverá igualmente conter a apreciação qualitativa (0 a 20 valores) sobre o desempenho do estagiário;
8. A decisão final do Júri deverá ser anunciada, em cada dia de provas, após a realização do conjunto de provas de avaliação final que ocorrem nesse mesmo dia, ou, em caso de prova isolada, depois de concluída a mesma;
9. Na defesa pública dos trabalhos deve ser feita a distribuição equitativa do tempo despendido para a apresentação do trabalho, a formulação de questões colocadas pelos membros do Júri e as respostas do estudante às questões formuladas;
10. A classificação final do aluno deve constar de ata subscrita pelos elementos dos diversos Júris constituídos ao longo do dia, com as classificações parcelares atribuídas por cada membro do Júri, quando aquela não for deliberada por unanimidade;
11. São elementos de avaliação:
 - a. O mérito qualitativo do trabalho final de estágio ou investigação desenvolvido;
 - b. O desempenho do estudante na apresentação pública do trabalho;
 - c. A apreciação do Professor Coordenador do Estágio quanto ao acompanhamento do estudante, trabalho realizado e relatório apresentado para a defesa pública;
 - d. O parecer do tutor sobre o desempenho do Estagiário.
12. Os coeficientes de avaliação são estabelecidos em reunião prévia do GCD de CDespM, com registo em ata.

6. BIBLIOGRAFIA

- American Kinesiology Association (2011). *Careers in sport, fitness and exercise*. Champaign: Human Kinetics.
- Campos, F., Melo, R., & Mendes, R. (2021). *Fitness e atividades de ginásio. Guia para profissionais*. Lisboa: LIDEL.
- Carvalho, A. (2004). *Percursos de vida desportiva*. Coimbra: Mar da Palavra.
- Gould, D. & Mallet, C. (2021) *Sport coaches' handbook*. Champaign: Human Kinetics.
- IPDJ, I.P. (2020). *Referenciais de formação geral. Curso de treinadores de desporto*. Lisboa: IPDJ, I.P.
- Milistetd, M., Duarte, T., Ramos, V., Mesquita, I., & Nascimento, J. (2015). A aprendizagem profissional de treinadores desportivos: desafios da formação inicial universitária em educação física. *Revista Pensar a Prática, 18(4)*, 982-994.
- Piovani, V., Vieira, S., Both, J., & Rinaldi, I. (2019). Internship at sport science undergraduate courses: a scoping review. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education, 100233*.
- Santos-Rocha, R., Rieger, T., & Jiménez, A. (2015). *Europeactive's essentials for the fitness instructors*. Champaign: Human Kinetics.

Nota: pela diversidade de estágios de intervenção profissional e de investigação será indicada aos estudantes bibliografia específica para o respetivo domínio do conhecimento.