

## MESTRADO (2º CICLO) EM CIÊNCIAS DO DESPORTO

### ATIVIDADE DE ACADEMIA

#### REGULAMENTO DE ESTÁGIO

##### **Preâmbulo**

O 2º Ciclo em Ciências do Desporto, com especialização em Atividades de Academia da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD), tem a duração de 2 anos, 4 semestres, realizando-se o estágio nos dois últimos semestres. Com ele pretende-se fornecer aos alunos uma intensa preparação na área das Ciências do Desporto, particularmente no âmbito da Atividade de Academia, em estreita colaboração com as Instituições de Acolhimento (IA).

O presente regulamento diz respeito exclusivamente ao Estágio Curricular, em contexto profissional, realizado ao abrigo de protocolos de cooperação entre a UTAD e as IA do estágio deste 2º ciclo.

O regulamento será divulgado na página *web* e no Sistema de Informação de Apoio ao Ensino (SIDE), da UTAD. Este regulamento será, igualmente, dado a conhecer às IA que estabeleçam protocolos de cooperação com a UTAD, bem como aos Estagiários, que ficarão vinculados ao seu cumprimento.

#### **Capítulo I**

##### **Artigo 1.º**

##### **(Objetivos Gerais)**

1. Os objetivos curriculares são os objetivos pedagógicos estabelecidos pela UTAD, de acordo com os Planos Curriculares do respetivo Curso.
2. São objetivos gerais do Estágio Curricular do 2º Ciclo de Ciências do Desporto, com especialização em Atividades de Academia:
  - a) Complementar a formação académica do aluno através do contacto com a realidade do mercado de trabalho, proporcionando o aprofundamento da formação prática e a sua futura integração numa atividade laboral;
  - b) Levar o aluno a aplicar os conhecimentos e as competências teórico-práticas adquiridas ao longo da sua formação académica;

- c) Aceder ao conhecimento da estrutura de uma organização/empresa, no que diz respeito à linha hierárquica, à tomada de decisões e à relação horizontal interpessoal;
- d) Possibilitar que o estagiário adquira autonomia, no desempenho das tarefas que lhe forem atribuídas, responsabilidade perante o seu superior e aceitação das diretrizes fundamentais para a sua futura inserção profissional.

## **Artigo 2.º**

### **(Conteúdos e objetivos específicos)**

1. Os conteúdos e objetivos específicos serão constituídos e prosseguidos consoante a natureza, orgânica e objetivos da IA. Como tal, serão desenvolvidos, em conformidade com o acordado entre o Estagiário, o orientador da UTAD e o supervisor da IA. Os objetivos definidos pelos Estagiários, embora possam corresponder a um interesse pessoal, devem ter em conta abranger os objetivos pedagógicos gerais do curso e os pressupostos de:

- a) Conhecer a realidade da IA, os seus objetivos particulares e a população para que presta o serviço;
- b) Compreender o contexto institucional;
- c) Interpretar a problemática na realidade observada;
- d) Intervir na problemática.

## **Artigo 3.º**

### **(Natureza do Estágio Curricular)**

- 1. O Estágio está integrado nas unidades curriculares Estágio I e II, do 2º ano (1º e 2º semestres respetivamente), do ciclo de estudos, contemplando um total de 60 ECTS.
- 2. O estágio é de natureza curricular e é de carácter opcional às Unidades Curriculares de Dissertação I e II.

## Capítulo II

### Organização do Estágio Curricular

#### Artigo 4.º

##### (Formalização e intervenientes no Estágio em IA)

1. Os protocolos de cooperação, estabelecidos entre a UTAD e a IA, serão realizados através da assinatura de protocolo formal, no âmbito do 2º ciclo em Ciências do Desporto com especialização em Atividades de Academia.
2. No ato da assinatura do Protocolo de Cooperação, ambas as Instituições, intervenientes no estágio, ficam vinculadas ao cumprimento deste Regulamento.
3. Cabe à UTAD, formalizar o contacto com a IA, mediante protocolo, bem como designar o orientador da UTAD.
4. Cabe à IA, nomear o supervisor. Este, deverá possuir no mínimo Licenciatura na área das Ciências do Desporto e Educação Física, com uma duração de 5 anos (formação pré-Bolonha), ou 2º ciclo de estudos (mestrado) em Ciências do Desporto, com especialização numa das duas áreas, Atividades de Academia ou Avaliação e Prescrição na Atividade Física.
5. O estágio é curricular, de natureza profissional, não havendo, necessariamente, lugar a remuneração do estagiário. No entanto, pode ser-lhe atribuída uma gratificação, ficando a mesma ao critério da IA.
6. A duração do estágio curricular é de 1620 horas, enquadrados no calendário de Estágio definido pela Comissão de Coordenação de Estágio e pela Direcção do 2º ciclo de estudos; das quais 1420 horas no local de trabalho e 200 horas, para recolha e tratamento de informação e elaboração de relatório final.
7. Os horários deverão coincidir com as necessidades da IA, sem prejuízo de a mesma atender a quaisquer necessidades e conveniências do estagiário.
8. Cada estágio implica a existência de um orientador na Universidade. Na IA, implica ainda a existência de um supervisor, acompanhante da prática profissional, o qual elaborará a avaliação final do estagiário na IA.
9. Cabe à IA nomear o supervisor, nos termos do previsto no ponto 4, deste artigo.
10. Do estágio não resulta qualquer vínculo laboral entre o estagiário e a IA. Todavia, o estagiário está sujeito a todas as obrigações normais da relação laboral que se lhe possam razoavelmente aplicar, destacando-se, a título exemplificativo, os deveres de lealdade, confidencialidade, assiduidade e respeito.

11. O estagiário compromete-se a nunca comunicar a terceiros nem publicar as informações recolhidas, por ele para o seu relatório de estágio, sem autorização prévia do responsável da IA.
12. Relativamente ao material e aos *softwares*, compromete-se a não fazer cópias ilícitas destes programas, bem como, a não implantar nos sistemas internos da IA os *softwares* de proveniência externa;
13. A violação de qualquer dever fundamental impede a continuação do estágio, devendo a IA comunicar o facto e a sua fundamentação à Direção do Curso;
14. Para preservar os direitos de autor do estagiário, a IA não poderá, em nenhum momento, apropriar-se dos trabalhos do estudante sem que este seja informado. O estudante estagiário deverá também ser associado às patentes resultantes dos seus trabalhos.

### **CAPITULO III**

#### **COORDENAÇÃO DE ESTÁGIO**

##### **ARTIGO 5.º**

(Coordenação de Estágio)

1. A Coordenação de Estágio será efetuada pela direção de curso e composta pelos seus elementos.
2. É da competência da coordenação de Estágio planificar, organizar e acompanhar anualmente os estágios do 2º Ciclo em Ciências do Desporto, com especialização em Atividades de Academia. Em concreto, cabe à coordenação:
  - a) Gerir a base de IA, avaliando ciclicamente a manutenção de entidades na base e diligenciando no sentido do eventual alargamento da mesma nos termos do presente regulamento;
  - b) Estabelecer e manter contactos interinstitucionais de modo a ativar e potenciar parcerias;
  - c) Organizar, em articulação com o GAIVA, o processo de colocação institucional dos estagiários;
  - d) Definir o calendário anual de estágio nos termos do presente regulamento, das condições expressas na ficha de Unidade Curricular e conforme calendário aprovado por despacho do Reitor;
  - e) Definir o calendário de avaliação académica dos relatórios de estágio;

- f) Organizar os mapas de júris de avaliação académica das Unidades Curriculares e respetivos relatórios nos termos do presente Regulamento.

## **CAPÍTULO IV**

### **Artigo 6.º**

#### **(Calendarização do Estágio em IA)**

1. A realização do Estágio decorrerá durante o 2º ano (1º e 2º semestres) do ciclo de estudos com um total de 60 ECTS (1620 horas).
2. Cabe à coordenação de Estágio, até ao final de Julho, propor um calendário de estágio, contemplando:
  - a) o início e final das práticas em IA;
  - b) a entrega do plano de estágio por parte do Estagiário aos orientadores da UTAD;
  - c) a entrega do Relatório de Estágio;
  - d) a avaliação do Relatório de Estágio.
3. Até ao prazo máximo de 45 dias úteis após o término do primeiro ano letivo, conforme calendário aprovado por despacho do Reitor, o estudante apresentará nos Serviços Académicos uma proposta de projeto de relatório de estágio, no qual deverá constar:
  - (i) Título do trabalho;
  - (ii) Área disciplinar do trabalho e as palavras-chave que o caracterizam;
  - (iii) Língua em que será elaborada;
  - (iv) Nome(s) do(s) orientador(es);
  - (v) Declaração de aceitação do(s) orientador(es);
  - (vi) Plano de trabalho e respetivo cronograma.

### **Artigo 7.º**

#### **(Horário do Estágio e contatos entre Estagiário e Orientador)**

1. Caberá à IA definir o horário do Estagiário.
2. Durante o período de Estágio, deverão ocorrer pelo menos três contatos entre o Orientador da UTAD e o Supervisor da IA, sendo um no início; de forma a garantir a articulação entre os objetivos curriculares do Estágio, os interesses da IA e do aluno; um contacto intercalar a meio do estágio curricular e um terceiro contacto; no último mês, para apreciação do estagiário e do processo formativo.

3. Durante o período de estágio o Orientador da UTAD deverá manter contacto regular com os Estagiários sob sua orientação.

## **CAPÍTULO V**

### **Responsabilidade por risco**

#### **Artigo 8.º**

##### **(Responsabilidade por risco)**

1. Às IA não são imputadas quaisquer responsabilidades pelos riscos provenientes da atividade exercida pelo Estagiário, nem pelas condutas por ele assumidas.
2. Os riscos de acidentes pessoais e de responsabilidade civil encontram-se cobertos pelo Seguro Escolar Obrigatório, nos termos da legislação em vigor.

## **CAPÍTULO VI**

### **Candidatura, escolha do local de estágio e do orientador**

#### **Artigo 9º**

##### **(Candidatura e escolha da IA)**

1. Apenas são admitidos no Estágio, em IA, os alunos que reúnam as condições previstas no Regulamento Pedagógico em vigor na UTAD.
2. A UTAD responsabiliza-se pela apresentação de uma listagem de locais de estágio, com base nos protocolos previamente estabelecidos.
3. O estagiário poderá propor uma Instituição alternativa, estando essa proposta sujeita a validação pela direção de curso.

## **CAPÍTULO VII**

### **RELATÓRIO DE ESTÁGIO**

#### **ARTIGO 10º**

##### **(Relatório de Estágio)**

1. O Relatório de Estágio deve ser apresentado em formato normalizado a aprovar por despacho do Reitor, em língua portuguesa ou inglesa.
2. O Relatório de Estágio deve conter resumos em português e em inglês, até 300 palavras, destinados à difusão pelas vias que a UTAD entenda convenientes. O resumo em inglês será encimado pela tradução, na mesma língua, do título do relatório de estágio.

3. Os casos omissos deverão ser interpretados segundo o Regulamento Geral dos Ciclos de Estudo Conducentes ao Grau de Mestre, da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, publicado em anexo à Deliberação da Reitoria n.º 658/2016, de 13 de julho, Diário da República, 2.ª série - N.º 133.

## **CAPÍTULO VIII**

### **AVALIAÇÃO**

#### **ARTIGO 11º**

##### **(Processo avaliativo)**

1. A avaliação do estagiário por parte da IA deverá ser feita em moldes qualitativos (*Mau, Fraco, Médio, Bom, Muito Bom e Excelente*), apoiados em informação quantificada na escala de 0-20 sobre os seguintes factores, dispostos em ficha de avaliação em anexo:

- a) Assiduidade;
- b) Pontualidade;
- c) Grau de execução dos objetivos do estágio;
- d) Grau de aplicação e utilidade dos conhecimentos evidenciados;
- e) Grau de desenvolvimento de competências práticas;
- f) Análise de problemas, espírito de síntese;
- g) Grau de autonomia e capacidade para assumir responsabilidades;
- h) Organização e gestão de tempo;
- i) Integração e relacionamento interpessoal;
- j) Interesse pela instituição;
- f) Qualidade global atingida pelo desempenho do estagiário.

2. No final do estágio, a IA entregará ao estagiário um certificado com a natureza e a duração do estágio. Por sua vez, o estagiário deverá redigir e entregar à UTAD e à IA um relatório de estágio.

3. No prazo de duração do curso e até ao limite do prazo que for fixado, para a entrega, nesse ano letivo, o estudante apresentará o seu pedido para prestação de provas públicas nos Serviços Académicos.

4. O requerimento, para a realização das provas de mestrado, deverá ser acompanhado dos seguintes elementos: (i) 1 versão em pdf do trabalho; (ii) 1 versão em pdf do curriculum vitae e (iii) Parecer(es) do(s) orientador(es) em papel.
5. A avaliação do relatório de Estágio – Versão Provisória terá lugar em reunião de Júri académico, seguindo os critérios do artigo 20.º do Regulamento Geral dos Ciclos de Estudo Conducentes ao Grau de Mestre da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
6. A classificação final do Estágio resulta da conjugação ponderada da:
  - a) Avaliação do Supervisor da IA (30% da classificação final);
  - b) Avaliação do Relatório de Estágio (70% da classificação final).
7. A obtenção de nota superior a 9,5 valores na avaliação do Supervisor da IA é condição indispensável à aprovação nas Unidades Curriculares de Estágio I e II.

#### **Artigo 12.º**

##### **(Composição do Júri)**

1. A composição e nomeação do Júri será efetuada de acordo com o artigo 20.º do Regulamento Geral dos Ciclos de Estudo Conducentes ao Grau de Mestre da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

### **CAPÍTULO IX**

#### **DISPOSIÇÕES FINAIS E TRANSITÓRIAS**

#### **Artigo 13.º**

##### **(Disposições finais e transitórias)**

1. Os casos omissos serão resolvidos pelos órgãos competentes da UTAD.
2. Qualquer alteração a este documento está sujeita a aprovação pelos órgãos competentes da UTAD.



**FICHA DE AVALIAÇÃO DO DESEMPENHO DO ESTAGIÁRIO**

<b>Instituição:</b>
<b>Estagiário:</b>
<b>Mestrado:</b> Ciências do Desporto, com especialização em Atividades de Academia
<b>Diretora do Mestrado:</b> Prof. Doutora Graça Sofia Monteiro Pinto
<b>Orientador da UTAD:</b> Prof. Doutor(a)
<b>Supervisor do Estágio Curricular:</b>

FACTORES DE AVALIAÇÃO	Mau 1-5	Fraco 6-9	Médio 10-13	Bom 14-15	M.Bom 16-17	Excelente 18-20
Assiduidade						
Pontualidade						
Grau de Execução dos objetivos do estágio						
Grau de Aplicação e Utilidade dos Conhecimentos Evidenciados						
Grau de Desenvolvimento de Competências Práticas						
Grau de Autonomia e Capacidade para Assumir Responsabilidades						
Organização e Gestão de Tempo						
Análise de Problemas, espírito de síntese						
Interesse pela Instituição						
Integração e Relacionamento Interpessoal						
Qualidade Global Atingida pelo Desempenho do Estagiário						
<b>Proposta de Avaliação Final (na escala de 0-20): _____ valores</b>						

**OBS. (Qualquer comentário ou indicação que julgue útil fazer):**

---



---



---



---



---



---



---



---

Supervisor do Estágio Curricular

---