



UNIVERSIDADE  
**LUSÓFONA**  
DO PORTO

## DESPACHO REITORAL Nº 01/2021

**Assunto: Homologação do Regulamento da Unidade Curricular de Estágio do 2º Ciclo em Exercício e Saúde da Universidade Lusófona do Porto (ULP).**

Nos termos do nº2 do artigo 60º dos Estatutos da ULP, publicados em Diário da República, 2ª série, Despacho nº 2386/2019, de 8 março, e tendo sido aprovado nos Conselhos Científico e Pedagógico da Unidade Orgânica, do dia 27 de novembro de 2020, a Reitoria homologa o seguinte Regulamento:

- Regulamento da Unidade Curricular de Estágio do 2ºCiclo em Exercício e Saúde.

O Regulamento anexo a este Despacho entra imediatamente em vigor.

Porto, 4 de janeiro de 2021

A Reitora

(Prof. Doutora Isabel Babo)



## REGULAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR DE ESTÁGIO

### 2º CICLO EM EXERCÍCIO E SAÚDE

#### Artigo 1º

##### (Âmbito)

O presente regulamento define as condições de realização da unidade curricular (UC) de Estágio do 2º Ciclo em Exercício e Saúde da Faculdade de Psicologia, Educação e Desporto da Universidade Lusófona do Porto (ULP). O Estágio poderá decorrer em uma Instituição de Acolhimento (IA), cuja colaboração carece da assinatura de um Protocolo formal de Estágio, celebrado no âmbito do 2º Ciclo em Exercício e Saúde entre a Universidade Lusófona do Porto (ULP) e a IA. A organização e desenvolvimento do Estágio devem reger-se pelas normas e orientações emanadas neste regulamento. Assim, o presente regulamento diz respeito, exclusivamente, ao Estágio, em contexto profissional, realizado ao abrigo do protocolo de cooperação entre a ULP e a IA. Este regulamento será dado a conhecer a IA, na pessoa do Supervisor de Estágio, ao Estagiário, e ao Orientador de Estágio, sendo que, todos ficarão vinculados ao seu cumprimento.

#### Artigo 2º

##### (Objetivos do Estágio)

O Estágio constitui uma oportunidade para o Estagiário aperfeiçoar e desenvolver competências resultantes das aprendizagens efetuadas no decorrer do 1º ano do 2º Ciclo em Exercício e Saúde num contexto de prática supervisionada. Assim, o Estágio visa os seguintes objetivos e competências:

1. Fomentar competências de observação e identificação das especificidades dos contextos e dos papéis em que se desenvolvem as atividades do exercício, saúde e bem-estar;
2. Aplicar os conhecimentos e a capacidade de compreensão e de resolução de problemas relacionados com a sua área de estudo, em contextos alargados e multidisciplinares.
3. Desenvolver competências de avaliação e a integração da informação para o planeamento das atividades ajustadas à problemática identificada e/ou aos objetivos;
4. Promover a capacidade de análise crítica.
5. Desenvolver competências de realização de revisão da literatura; definição de objetivos; seleção e aplicação de metodologias de investigação/avaliação/intervenção mais adequadas; reflexão e interpretação de resultados; redação de um trabalho de índole científica.
6. Reconhecer a relevância da investigação e do estado da arte para o aperfeiçoamento contínuo dos conhecimentos e prática profissional.

7. Desenvolver competências de articulação entre os conhecimentos teóricos e práticos.
8. Desenvolver autonomia na realização dos seus trabalhos.
9. Desenvolver um relatório de estágio profissional, que contenha os elementos listados no ponto 5 do Artigo 2º.

### **Artigo 3º**

#### **(Pré-requisitos)**

1. Os estudantes podem apenas realizar o Estágio caso tenham tido aprovação no conjunto de UCs da área de especialização em que o Estágio está enquadrado. salvo situações excecionais, desde que assegurado que os conteúdos das UCs não são fundamentais para a realização do Estágio no geral e/ou para o desenvolver das atividades na IA.
2. As situações excecionais da alínea anterior devem ser colocadas na forma de requerimento por escrito com devida fundamentação pelo estudante à consideração da Direção do 2º Ciclo em Exercício e Saúde da ULP.

### **Artigo 4º**

#### **(Natureza, Duração e Calendarização)**

1. O estágio tem lugar no 2º ano do Ciclo de Estudos (CE) em conformidade com o calendário académico da ULP.
2. A natureza do Estágio é, estritamente, curricular, não havendo lugar a qualquer tipo de remuneração ou vínculo profissional.
3. As atividades do Estágio decorrerão ao abrigo de um protocolo celebrado entre o local de estágio e a ULP.
4. O estágio compreende 900 horas de contacto, 28 horas de orientação tutorial com o docente orientador da ULP e 572 horas de trabalho autónomo para a recolha e tratamento de informação e elaboração de um Relatório de Estágio.
5. As horas de contacto, isto é, de presença efetiva do estagiário é feita na IA, mediante um protocolo previamente estabelecido entre a ULP e o local de estágio.
6. As atividades devem decorrer de acordo com o funcionamento da IA e o total de horas de contacto deve ser distribuído equitativamente ao longo de oito meses.
7. As atividades de estágio decorrem em horário estabelecido pela IA e acordado com o orientador do local de estágio.
8. O incumprimento do horário estabelecido ou faltas nas atividades de estágio devem ser devidamente justificadas.

## **Artigo 5º**

### **(Acompanhamento e Orientação)**

1. Cada estudante terá um Orientador Doutorado vinculado à ULP e um Supervisor de Estágio na IA.
  - a. A designação do Orientador da ULP, a orientação científica e preparação do Relatório de Estágio regem-se pelo Regulamento Pedagógico da ULP em vigor.
  - b. Cabe à IA nomear o Supervisor de Estágio. Este, deverá possuir no mínimo Licenciatura na área das Ciências do Desporto e Educação Física (licenciatura pré-bolonha) ou possuir um 2º Ciclo de Estudos (Mestrado) na área científica do CE em causa ou nas áreas das ciências da saúde.
2. O Supervisor de Estágio deve:
  - a. Promover a integração do estudante na IA;
  - b. Disponibilizar de informação ao estudante sobre a caracterização da IA;
  - c. Participar na planificação do Estágio;
  - d. Acompanhar as atividades realizadas pelo estudante;
  - e. Reunir com o Orientador da ULP sempre que se justifique ou seja solicitado para o efeito;
  - f. Promover a autonomia, reflexão crítica e autoavaliação do estudante;
  - g. Avaliar o desempenho do estudante na IA, de acordo com os parâmetros definidos no Anexo 1.
  - h. Informar o orientador da ULP de problemas que surjam durante o Estágio;
  - i. Assegurar o registo de assiduidade do estudante.

## **Artigo 6º**

### **(Responsabilidades do Estudante em Estágio)**

1. Estabelecer com a Direção do CE, antes do início do ano letivo, os contactos necessários para a definição das condições do seu Estágio.
2. Cumprir as condições de realização do Estágio, com assiduidade e pontualidade, na IA nas condições previstas por esta e pela ULP.
3. Apresentar por escrito, até 30 dias após o início do Estágio, o Plano individual de Estágio que deve ser aprovado pelo Supervisor do Estágio e pelo Orientador da ULP.
  - a. O Plano individual de Estágio deve conter informações sobre os objetivos do estágio na IA, atividades a serem desenvolvidas e a calendarização das mesmas.

4. Informar o Orientador da ULP, atempadamente, de eventuais alterações que possam repercutir-se no plano inicialmente proposto.
5. Respeitar as regras internas de funcionamento da IA.
6. Não fazer uso de informações, contactos, relações, trabalhos e estudos realizados fora do âmbito do respetivo Estágio, sem a autorização expressa da IA.
7. Comprometer-se a nunca comunicar a terceiros nem publicar as informações recolhidas por ele, no âmbito da elaboração do seu Relatório de Estágio, sem autorização prévia do responsável da IA.
8. Comprometer-se a não fazer cópias ilícitas do material e de programas/software de apoio, nem implantar, nos sistemas informáticos internos da IA, programas/software de proveniência externa.
9. Reunir com o Orientador da ULP e com o Supervisor de Estágio, sempre que tal lhe seja determinado, a seu pedido ou por iniciativa do Orientador/Supervisor.
10. Cumprir com todas as exigências transcritas no presente Regulamento.
11. A violação de qualquer dever fundamental impede a continuação do estágio, devendo a IA comunicar o facto e a sua fundamentação à Direção do CE.

#### **Artigo 7º**

##### **(Avaliação)**

1. A classificação final do estágio resulta da classificação de três componentes:
  - a. Classificação da componente prática, atribuída pelo Supervisor de Estágio e de acordo com a grelha de avaliação (Anexo I);
    - i. A avaliação do estagiário deverá ser feita em moldes qualitativos (Insuficiente, Suficiente, Bom, Muito Bom e Excelente), apoiados em informação quantificada na escala de 0 (zero) a 20 (vinte) valores identificados na grelha de avaliação.
  - b. Classificação na componente de supervisão atribuída pelo Orientador vinculado à ULP;
  - c. Classificação do Relatório de Estágio, que compreende uma parte escrita e uma apresentação oral perante um júri.
3. A classificação final do Estágio deve expressar-se numa escala de 0 (zero) a 20 (vinte) valores e traduzir as três componentes mencionadas na alínea anterior de acordo com a seguinte ponderação: classificação da Componente Prática pelo Supervisor de Estágio (40%), classificação da componente Prática pelo Orientador (10%) e classificação do Relatório de Estágio (50%).

## **Artigo 8º**

### **(Normas, Estrutura, Apresentação e Entrega do Relatório de Estágio)**

1. A redação do Relatório de Estágio deve reger-se pelas “Normas de formatação das teses de Doutoramento e Dissertações de Mestrado” da ULP em vigor.
2. O Relatório de Estágio deve incluir os seguintes elementos:
  - a. Elementos pré corpo do texto: devem reger-se pelas “Normas de formatação das teses de doutoramento e dissertações de mestrado” da ULP em vigor.
  - b. Elementos do corpo do texto. Devem incluir:
    - i. Introdução (descrição de forma clara, mas reduzida, do estado de conhecimento onde se percebe o quadro de problematização do exercício profissional considerado; apresentação da estrutura do relatório de estágio);
    - ii. Enquadramento teórico (revisão exaustiva da literatura no âmbito das atividades/intervenção do Estágio);
    - iii. Caracterização da IA (caracterização da IA onde decorreu o Estágio incluindo a identificação dos objetivos, missão e valores e a caracterização dos recursos humanos, materiais, condições para a realização das atividades e outros aspetos de natureza funcional e logística, considerados relevantes);
    - iv. Descrição das atividades desenvolvidas na IA (definição dos objetivos, descrição detalhada das atividades desenvolvidas. Neste ponto pretende-se, ainda, a justificação/fundamentação das decisões/intervenções/atividades implementadas);
    - v. Apresentação de um estudo (o estudo deve refletir uma problemática de estudo na IA no âmbito da área do ciclo e de estudos em causa. Deve incluir a fundamentação, objetivos, resultados, discussão e conclusão);
    - vi. Reflexão do Estágio (autoavaliação das atividades desenvolvidas; reflexão global da relevância das atividades desenvolvidas e destas para a sua prática profissional);
    - vii. Conclusão.
  - c. Elementos pós corpo do texto: devem reger-se pelas “Normas de formatação das teses de doutoramento e dissertações de mestrado” da ULP em vigor
3. A Apresentação oral e a Entrega do Relatório de Estágio regem-se pelo Regulamento Pedagógico da ULP em vigor.
4. As datas de entrega do Relatório de Estágio regem-se pelo Calendário Académico da ULP no que diz respeito aos períodos que decorrem a avaliação contínua, a Época de Recurso e a Época Especial.

**Artigo .9º**

**(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 do Estagiário encontram-se cobertos pelo Seguro Escolar Obrigatório, nos termos da legislação em vigor.

**Artigo 8º**

**(Casos omissos)**

Os casos omissos neste presente regulamento, apelos ou dúvidas na sua interpretação serão julgados e resolvidos pela Direção do CE e pelo Orientador de Estágio da ULP.

**[Local, Data]**

**Supervisor do Estágio**

---

**Estagiário**

---

**Orientador institucional**

[ANEXO 1]

**GRELHA DE AVALIAÇÃO**  
**Estágio**  
**2020-2021**

|  |  |
|--|--|
| <b>Nome da Instituição de acolhimento:</b> |  |
| <b>Nome do Supervisor de Estágio:</b>      |  |
| <b>Nome do Estudante:</b>                  |  |
| <b>Nome do Orientador da ULP:</b>          |  |

Por favor coloque um X na coluna correspondente à sua avaliação para cada parâmetro descrito na tabela abaixo. No último parâmetro (avaliação global do estudante) a avaliação deve ser indicada numa escala de 0(zero) a 20(vinte) valores.

| <b>Parâmetro de avaliação</b>   | <b>Insuficiente<br/>[1-9]</b> | <b>Suficiente<br/>[10-13]</b> | <b>Bom<br/>[14-16]</b> | <b>Muito bom<br/>[17-18]</b> | <b>Excelente<br/>[19-20]</b> |
|---|-------------------------------|-------------------------------|------------------------|------------------------------|------------------------------|
| <b>Comportamento</b>  |                               |                               |                        |                              |                              |
| Assiduidade   |                               |                               |                        |                              |                              |
| Pontualidade  |                               |                               |                        |                              |                              |
| Capacidade de iniciativa/dinamização de atividades  |                               |                               |                        |                              |                              |
| Capacidade de autonomia   |                               |                               |                        |                              |                              |
| Capacidade de análise crítica   |                               |                               |                        |                              |                              |
| Sentido de responsabilidade   |                               |                               |                        |                              |                              |
| Integração e Relação com o grupo de trabalho  |                               |                               |                        |                              |                              |
| Interesse pela instituição  |                               |                               |                        |                              |                              |
| Capacidade de organização e gestão do tempo   |                               |                               |                        |                              |                              |
| <b>Competência científica e pedagógica</b>  |                               |                               |                        |                              |                              |
| Conhecimentos evidenciados sobre as atividades desenvolvidas  |                               |                               |                        |                              |                              |
| Desenvolvimento de competências práticas  |                               |                               |                        |                              |                              |
| Execução dos objetivos do estágio   |                               |                               |                        |                              |                              |
| Fundamentação das opções/decisões tomadas   |                               |                               |                        |                              |                              |
| Aplicação dos conhecimentos tendo em conta o contexto da prática  |                               |                               |                        |                              |                              |
| Capacidade de reformulação das atividades quando inadequadas ou na sequência da reflexão da intervenção |                               |                               |                        |                              |                              |



|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| Utilização de linguagem objetiva, clara e tecnicamente adequada        |  |  |  |  |  |
| <b>Avaliação global do Estagiário (numa escala de 0 a 20 valores):</b> |  |  |  |  |  |

**Observações** (espaço destinado para qualquer comentário ou indicação que considere relevante)

[Local, Data]

**Supervisor do Estágio**

---

**Orientador institucional**

---

