



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto
Instituto Politécnico da Guarda

**RELATÓRIO PARA A OBTENÇÃO DO DIPLOMA
DE ESPECIALIZAÇÃO TECNOLÓGICA
EM DESPORTOS DE NATUREZA**

Francisco Ricardo Faria Pereira
setembro | 2012

Ficha de identificação

Nome: Francisco Ricardo Faria Pereira n.º5007518

Nome da Instituição: Vivapark

Morada: Rua do corgo 4800-786 S. Torcato

Localidade: Guimarães

Data de início de estágio: 29/06/2012

Data de fim de estágio: 31/08/2012

Nome e grau académico do Supervisor na Instituição: António Cardoso, diretor pedagógico

Nome e grau académico do Docente/Orientador na ESTG-IPG: Prof. Natalina Casanova

Plano de estágio

- **Conhecer o regulamento interno e normas de segurança**
- **Apresentar relatório semanal com carga horária de 9/dia**
- **Conhecer o organigrama das atividades**
- **EPI equipamento de proteção individual**
- **Praticar em segurança as atividades existentes no Vivapark**
- **Verificar possíveis anomalias existentes no parque**
- **Trabalhar na manutenção do parque**
- **Autonomia e receção e acompanhamento de grupos nas atividades do Vivaparque**

Resumo

O presente relatório de estágio foi realizado no âmbito do curso de especialização tecnológica (CET) de Desporto de Natureza da Escola Superior de Educação Comunicação e Desporto da Guarda, tendo como objetivo descrever as atividades desenvolvidas no decorrer do período de estágio.

O estágio permite efetuar a ligação entre a prática e os conhecimentos adquiridos na ESECD – IPG e relacionar os objetivos, meios e ações das atividades desenvolvidas com os resultados obtidos, e também criar experiência no mercado de trabalho com autonomia.

As funções realizadas ao longo do estágio foram acompanhadas pelo respetivo orientador de estágio, de forma a permitir uma permanente adequação e evolução das mesmas.

O estágio foi realizado na instituição Ecoturismo Montanha Viva Desportos de Aventura e Proteção Ambiental de 25 de Junho a 31 de Agosto de 2012, sobre a orientação do orientador pedagógico António Cardoso.

Durante o período de estágio foram realizadas diferentes atividades que, irão ser mencionadas ao longo do relatório.

O relatório de estágio encontra-se dividido em três capítulos, o primeiro capítulo refere-se à Caracterização da Instituição.

O segundo capítulo, é referente à Fundamentação Teórica, e a importância dos desportos de natureza.

No terceiro e último capítulo vou descrever as atividades desenvolvidas ao longo do estágio.

Palavras-chave: Desporto de Natureza; Desporto; Natureza; Lazer.

Agradecimentos

Agradeço à Escola Superior de Educação Comunicação e Desporto que me acolheu durante este ano na instituição e aos professores que me acompanharam me transmitiram saber e me ajudaram no crescimento pessoal.

À professora, Natalina Casanova, a minha orientadora que me apoiou na realização do relatório de estágio e sempre se disponibilizou a ajudar em tudo o que precisasse.

Seguidamente quero agradecer aos responsáveis pelo Vivapark pela oportunidade que me proporcionaram na realização do meu estágio curricular.

Agradeço em especial ao Sr. António Cardoso, o meu orientador de estágio e às pessoas que trabalharam comigo, que me ajudaram muito e me forneceram toda a informação sobre o funcionamento do Vivapark, que me fizeram adquirir novos conhecimentos práticos, que me fizeram crescer enquanto pessoa e me forneceram informação para a realização do meu relatório.

Por fim agradeço à minha família e amigos que me apoiaram durante este percurso académico.

Índice	
Ficha de identificação	i
Plano de estágio	ii
Resumo	iii
Agradecimentos	iv
1 Introdução	1
1.1. Caracterização da empresa	2
1.1. Localização.....	4
1.2. Parque.....	4
2. Atividades do Vivapark	6
2.1. Paintball.....	6
2.2. Slide.....	7
2.3. Circuito de pontes.....	7
2.4. Circuito de pontes infantil	8
2.5. Tiro com arco e zarabatana	8
2.6. Rapel.....	9
2.7. Escalada.....	9
2.8. Caça ao tesouro	11
2.9. Orientação	11
2.10. Trampolim.....	19
2.11. Programas do Vivapark.....	19
3. Enquadramento teórico	21
3.1. Importância do Desporto de Natureza.....	16
3.2. O Lazer e as Atividades de Desporto de Natureza.....	17
4. Objetivos de estágio	19
5. Atividades desenvolvidas	19
Conclusão	36
Bibliografia	37

Índice de imagens

Figura 1 – Mapa do Vivapark.....	5
Figura 2- Paintball	6
Figura 3 - Slide	7
Figura 4 – Circuito de Pontes	7
Figura 5 – Tiro com arco	8
Figura 6 -Rappell.....	9
Figura 7 -Escalada	9
Figura 8 – Caça ao Tesouro.....	11
Figura 9 -Orientação.....	Erro! Marcador não definido.
Figura 10 – Trampolim.....	13

Introdução

O objetivo principal do meu relatório foi descrever as atividades desenvolvidas durante o período de estágio, bem como efetuar a ligação entre a prática e os conhecimentos adquiridos na ESTG-IPG e relacionar os objetivos, meios e ações da atividade desenvolvida com os resultados obtidos. O estágio constitui uma etapa muito importante pois prepara-nos para o mundo do trabalho.

O estágio decorreu no parque lúdico pedagógico Vivapark, onde foi possível observar e monitorizar diversas atividades no domínio dos desportos de aventura.

“A atual tendência na procura de práticas físicas e desportivas alternativas a um desporto mais convencional pode contemplar diferentes objetivos associados ao próprio indivíduo, tais como, o prazer, a satisfação, o bem-estar e a saúde. Nesta situação, surgem portanto, as atividades de contacto com a natureza como necessidade de compensação de um sistema de vida sedentário centrado na vida urbana e como procura de novos desafios, normalmente privilegiando o contexto dos espaços naturais.

Por outro lado, a proliferação desordenada de promotores de serviços e produtos turísticos, bem como a implementação de processos de formação desportiva e profissional desajustada à realidade portuguesa, podem colocar em causa o desenvolvimento deste novo sector desportivo, económico e social.” – Revista digital nº140 Buenos Aires, Janeiro de 2010

1.Caracterização da empresa

O VivaPark nasceu de um sonho, de um espaço de respeito pelo Ambiente, onde a sociedade atual pode encontrar formas de lazer e entretenimento em estrito contacto com a natureza e simultaneamente sensibilizar e educar no sentido da preservação da Natureza.

Planeado e desenvolvido de acordo com princípios de coerência ambiental, resulta de uma ideia perseguida durante alguns anos e que uma equipa de trabalho dedicada conseguiu por em prática num parque onde pode, ao mesmo tempo, aprender, divertir-se e interagir com a Natureza.

A sensibilidade ambiental e a experiência adquirida pelo promotor como guia no Parque Nacional da Peneda Gerês, aliada às competências como técnico da Escola Nacional de Montanhismo, contribuíram na perceção alargada do conhecimento para a seleção e localização do espaço a intervir.

Pelas suas singulares características morfológicas e orográficas, pelo desleixo, inerente ao abandono da agricultura na década de 80, este espaço de elevado potencial, foi sistematicamente fustigado pelos fogos ano após ano, aumentando os níveis de erosão e a sua degradação.

As suas lajes e os afloramentos graníticos de grande dimensão, dotam este espaço de condições únicas e naturais para a prática de desportos de aventura e montagem de equipamentos, com atividades como a escalada, a transposição de obstáculos, as pontes Himalaias e o slide. (informação cedida pelo orientador do local de estágio)

Além das atividades de recreio e lazer, funciona como escola de montanha e local de treinos de aperfeiçoamento de manobras com cordas para equipas de resgate dos Bombeiros e Proteção civil, bem como local de estágios de aperfeiçoamento de formandos das escolas de desporto, na vertente do Desporto Aventura e como Centro de Educação Ambiental, ainda em fase embrionária.

Influenciado pelo desleixo, ação do fogo e conseqüente arrastamento do solo pela chuva, este ecossistema era pobre, predominando os matos e eucaliptos e as suas

condições agravadas ano após ano, com elevadas temperaturas a ultrapassar os valores de 40°C, na zona das lajes, tornando difícil a prática de qualquer atividade.

De forma a contrariar esta tendência, tivemos algumas ações como o aumento e valorização do coberto vegetal com espécies autóctones, através da criação de socalcos para semear e plantar folhosas, nomeadamente carvalhos, sobreiros, medronheiros, azevinho e castanheiro, entre outras.

Estas contribuíram não apenas para a fixação dos solos e da fauna, mas também para uma melhoria das condições das águas subterrâneas, assim como para uma descida da temperatura, tornando este local mais aprazível e ameno.

Com o objetivo de sensibilizar os jovens e a população em geral para a problemática ambiental do Parque, criamos a chamada senda Botânica, um percurso agradável dotado de painéis identificativos das espécies vegetais onde consta o seu nome comum e científico, a época de floração e frutificação, bem como o seu uso mais comum.

Nesta são realizados jogos de sensibilização, aprendizagem e memória com os jovens, além se poder ser visitada pelo público em geral, sem qualquer custo.

Com a aquisição do primeiro terreno em 1999, após limpeza e reflorestação, iniciou o projeto VIVAPARK em 2002, com uma área de 12259 m², com a aquisição de novos terrenos foi gradualmente alvo de intervenções e aditamentos ao projeto inicial conta atualmente com mais de 10ha e mais de 5000 árvores plantadas.

Tem 4 postos de trabalho efetivos e prevê-se a criação de mais 6 postos de trabalho com o próximo investimento, que irá dotar este parque com atividades únicas no país, aumentando a diversidade de oferta e conquistando novos mercados.

A Ecoturismo Montanha Viva – Desporto Aventura e Proteção Ambiental Lda., Entidade gestora do Vivapark, tem protocolos com diversas instituições de ensino.

(Informação cedida pelo orientador do local de estágio)

1.1. Localização

O Vivapark localiza-se na freguesia de S. Torcato, a 7 km de Guimarães, em pleno Vale do Ave.

Tem diversas ligações com Braga, a 30 minutos, e com Porto, a 45 minutos. Em termos naturais, a área é considerada de Reserva Ecológica Nacional e como tal protegida, apresenta uma marcante componente de inovação, quer ao nível das características intrínsecas do terreno e a diversidade de atividades disponibilizadas, nomeadamente no domínio dos desportos de aventura, em total segurança e monitorizados por técnicos especializados com formação adequada.

1.2. Parque

No Vivapark pode experimentar a adrenalina ou simplesmente apreciar o contacto com a Natureza. Aqui pode encontrar todas as condições necessárias para uma diversão em família, com amigos ou com a sua empresa, num dia diferente com variadas opções de distração baseada na aventura.

O parque tem uma área de 10 hectares onde a definição das infraestruturas foi orientado segundo critérios adequados à preservação do meio natural, assim, como o desenvolvimento das atividades desportivas e de lazer.

Quem visita o Vivapark pode encontrar um conjunto diverso de atividades desde desportos a lazer, tais como:

Atividades desenvolvidas:

- Circuito de bicicleta de montanha (BTT);
- Circuito pedestre;
- Zona de tiro com arco, besta e zarabatana;
- Zona de paintball;
- Circuito de pontes;
- Senda botânica, com painéis informativos de cada espécie;
- Escalada em rocha e em parede artificial;

Infraestruturas existentes:

- Balneários;
- Parque de merendas;
- Posto de primeiros socorros;
- Parque de estacionamento.



Figura 1 – Mapa do Vivapark

2. Atividades do Vivapark

No Vivapark os clientes podem encontrar diversas atividades desportivas, que de seguida passamos a apresentar.

2.1. Paintball

O Paintball é um jogo de estratégia divertido, em cenários naturais que permite entrar numa verdadeira aventura, pondo à prova as capacidades de sobrevivência, onde o trabalho de equipa é fundamental e onde a inteligência se sobrepõe à força física.

Inclui:

- Arma semiautomática;
- Fato completo, luvas e proteção para a cabeça;
- Mascara com lente térmica;
- Gás ilimitado;
- Serviço de arbitragem;
- Utilização dos balneários;
- Colete de proteção para as senhoras;

Preço:

- 20 € por pessoa
- Custo de 100 bolas extra
- Pagamento para reserva de 10 €/ pessoa
- Idade mínima 12 anos



Figura 2- Paintball (fonte: site do Vivapark)

2.2. Slide

O slide é uma atividade que consiste numa descida de 400 ou 120 metros, suspensos em duplo cabo de aço. Unindo um ponto de cota superior a um ponto de cota inferior através de duplo cabo de aço, pelo qual se desce com o auxílio de duas roldanas, o Slide é uma atividade que conjuga diversão, decisão e velocidade.

Inclui:

- Todo o equipamento necessário á atividade;
- Acompanhamento técnico especializado;

Preço:

- 7€ e 5€;
- Seguro de acidentes incluído no preço;



Figura 3 - Slide (Fonte: site do Vivapark)

2.3. Circuito de pontes

Conhecida por ser uma das atividades com maior relevo no Vivapark, as pontes flutuantes são uma diversão demonstrativa da simbiose entre o participante e a natureza.

Esta atividade consiste em caminhar sobre varias pontes suspensas de cabos de aço e madeira, no total 520 metros.

Inclui:

- Todo o equipamento necessário á atividade;
- Acompanhamento técnico especializado;

Preço:

- 10€ por pessoa;
- Seguro de acidentes incluído no preço;



Figura 4 – Circuito de Pontes (Fonte: Francisco Pereira)

2.4. Circuito de pontes infantil

Até os mais pequenos podem disfrutar de um belo circuito de pontes apropriado á sua idade (dos 3 aos 10 anos)

Inclui:

- Todo o equipamento necessário á atividade;
- Acompanhamento técnico especializado;

Preço:

- 5€ por pessoa;
- Seguro de acidentes incluído no preço;

2.5. Tiro com arco e zarabatana

Atividade praticada desde a antiguidade que exige grande precisão e capacidade de concentração. O arco e a flecha vão fazer-te testar a tua concentração e pontaria. É uma modalidade relaxante, ideal para completar as atividades mais exigentes fisicamente.

Inclui:

- Todo o equipamento necessário á atividade;
- Acompanhamento técnico especializado;

Preço:

- 5€ por pessoa 10 disparos;
- Seguro de acidentes incluído no preço;



Figura 5 – Tiro com arco(Fonte: site do Vivapark)

2.6. Rapel

É uma atividade vertical praticada com uso de cordas e equipamentos adequados para a descida de paredões, vãos livres, bem como outras edificações.

O rappel pode ser positivo, quando existe contacto dos pés com a parede durante a descida, ou negativo quando é praticado em vãos livres onde não existe o contacto dos pés com a parede.

Esta atividade tem a sua origem nas técnicas do alpinismo.

Inclui:

- Todo o equipamento necessário á atividade;
- Acompanhamento técnico especializado;

Preço:

- 5€ por pessoa;
- Seguro de acidentes incluído no preço;



Figura 6 -Rappell (Fonte: site do Vivapark)

2.7. Escalada

Vencer desafios sempre fez parte da natureza humana, aqui pode testar a sua capacidade e vencer a “parede”, em escalada na rocha e em parede artificial. Numa actividade onde existe uma grande ligação com a natureza, a escalada é um desporto que funciona como relaxamento do stress da vida quotidiana, mas que também trabalha fortemente a componente física.

Em termos de saúde, a escalada tem vários benefícios, pois é um desporto muito completo. Trabalha todos os músculos, regulariza o sistema nervoso, desenvolve a capacidade de concentração e de resolução de situações de crise, melhora o sistema respiratório, activa a circulação e, através da transpiração, ajuda a eliminar as toxinas.

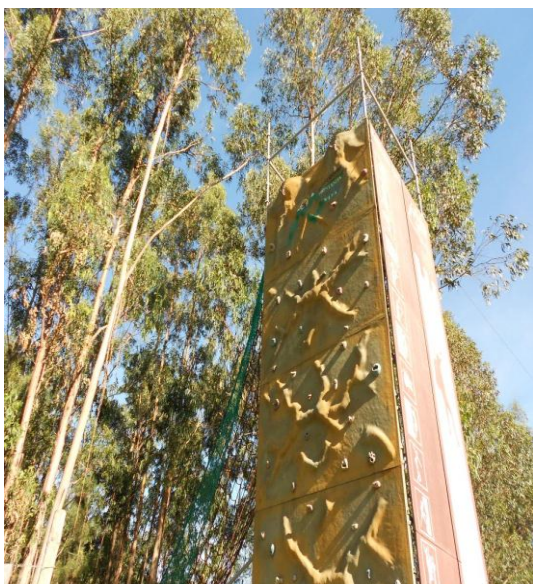


Figura 7 – Escalada

(Fonte: Francisco Pereira)

Inclui:

- Todo o equipamento necessário á atividade;

- Acompanhamento técnico especializado;

Preço:

- 5€ por pessoa;

- Seguro de acidentes incluído no preço;

2.8. Caça ao tesouro

Códigos secretos, charadas, mensagens codificadas e orientação, são ingredientes que tornam esta atividade de grupo fascinante, ideal para um grupo de amigos, família ou colegas de trabalho.

Nesta atividade existem percursos para crianças, adultos e idosos com distâncias variáveis e enigmas diferentes, permitindo ir ao encontro das suas necessidades.

Decifrar as várias mensagens que permitem descodificar o Mapa do Tesouro é o grande desafio que se coloca, assim como a preocupação com a natureza

Inclui:

- Todo o equipamento necessário á atividade;
- Acompanhamento técnico especializado;

Preço:

- 5€ por pessoa 10 disparos;
- Seguro de acidentes incluído no preço;
- Grupo mínimo de 10 pessoas;



Figura 8 – Caça ao Tesouro (Fonte: site do Vivapark)

2.9. Orientação

Um desporto de origens escandinavas que acaba por ser uma prova a todo os sentidos do ser humano, pois tem de usar toda a perspicácia para, com um mapa, conseguir transpor um percurso variado e desconhecido.

Os tempos gastos para percorrer o trajecto variam com as capacidades físicas do participante, da leitura do mapa e rapidez na orientação usando técnicas estabelecidas, assim como, das suas capacidades de adaptação ao terreno e a escolha mais acertada ao nível dos itinerários.

Inclui:

- Todo o equipamento necessário á atividade;
- Acompanhamento técnico especializado;

Preço:

- 5€ por pessoa 10 disparos;
- Seguro de acidentes incluído no preço;



Figura 9 -Orientação (Fonte: site do Vivapark)

2.10. Trampolim

Eleva-te até às alturas num trampolim seguro e divertido.

Inclui:

- Todo o equipamento necessário á atividade;
- Acompanhamento técnico especializado;

Preço:

- 2€ por pessoa 5 minutos;
- Seguro de acidentes incluído no preço;



Figura 10 – Trampolim (Fonte: Francisco Pereira)

2.11. Programas do Vivapark

O Vivapark tem como objetivo satisfazer os seus clientes, como tal cria programas à medida do cliente.

Para realização das atividades a idade mínima é de três anos, todos os clientes podem realizar as atividades existentes no parque. Para a realização das atividades os clientes têm de levar;

- Calçado apropriado;
- Roupa prática e confortável;
- Agasalho ou impermeável.

Os programas incluem:

- Todo o equipamento e materiais necessários à execução das provas;
- Acompanhamento por monitores qualificados;
- Utilização dos balneários;
- Seguro de Responsabilidade Civil;
- Seguro de Acidentes Pessoais.

Existe ainda programas especiais para:

- Escolas
- Empresas
- Grupos

3. Enquadramento teórico

Desportos de natureza são todos aqueles cuja prática aproxima o homem da natureza de uma forma saudável, e sejam enquadráveis na gestão das áreas protegidas e numa política de desenvolvimento sustentável.

O que caracteriza os desportos de natureza:

- Práticas em contacto direto com a natureza
- Praticadas de forma não nociva para a preservação da natureza

Os desportos de natureza devem:

- Respeitar o enquadramento legislativo próprio da cada atividade ou sector;
- Respeitar os locais indicados para a prática de cada modalidade desportiva;
- Respeitar os acessos e trilhos definidos, bem como os locais de estacionamento e de acampamento.
- Respeitar as condicionantes estabelecidas quanto aos locais, ao número de praticantes a à época do ano;
- Acondicionar e dotar de forma adequada os locais com equipamentos de qualidade e segurança necessários à prática de cada modalidade.
- Dotar os locais com sinalização e informação sobre as condições de utilização dos mesmos e recomendações para a prática de cada modalidade;
- Garantir a manutenção dos equipamentos, sinalização, acessos, estacionamento e locais de pernoita, bem como a qualidade ambiental de cada local e respetiva área envolvente; (Fonte, Sr. Cardoso)

3.1. Importância do Desporto de Natureza

“No presente, o mundo do desporto é caracterizado por um processo de diferenciação crescente, o que não está alheio a nova cultura do lazer, onde a valorização do indivíduo em si constitui um aspeto central. As novas práticas desportivas têm sido difundidas com um carácter pessoal, desinteressado e hedonístico. Assim, a prática desportiva não se resume à busca de um objetivo exterior ao indivíduo, bem pelo contrário, tende a dar muita importância aos objetivos inerentes ao próprio indivíduo como o prazer, a satisfação, o bem-estar e a saúde. O contacto com a natureza surge então, como necessidade de compensação de um sistema de vida sedentário e centrado na vida urbana. Confirmando esta nova tendência podemos observar atualmente, uma crescente procura de novos desafios, exaltação e aventura, que podem constar nas atividades físicas e desportivas realizadas em meio natural, designadas também por desporto de natureza.” - Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - Nº 140 - Janeiro de 2010.

Por outro lado, a dinâmica da sociedade em que vivemos exige uma adequação profissional em todos os domínios e sectores de atividade.

Existe ainda algum desconhecimento dos praticantes acerca deste tipo de atividades, por vezes até total, sendo necessário recorrer a especialistas, que tenham a competência de acompanhar, enquadrar e controlar toda a atividade, garantindo assim níveis elevados de qualidade, segurança e satisfação para com os praticantes.

“Na realidade, os “profissionais” desta área são um grupo muito heterogéneo com passados desportivos diversificados, com níveis de experiência e formação diferentes, com expectativas e desempenhos profissionais também diferenciados. Se por um lado podemos encontrar técnicos qualificados com competências para desempenhar as suas funções, por outro, é normal que encontremos técnicos que revelam grandes lacunas ao nível da formação.” - Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - Nº 140 - Janeiro de 2010.

Podemos considerar assim que estes técnicos são decisivos no desenvolvimento desta área, e que a qualidade e a adequação dos processos de formação irão refletir-se na emergência e no reconhecimento deste sector desportivo.

Assim, aos modelos de formação de qualidade, deverão corresponder profissionais mais competentes, e por consequência, melhor oferta de serviços deste sector desportivo.

3.2. O Lazer e as Atividades de Desporto de Natureza

Um aspeto importante a salientar, está no papel que os organismos ligados ao planeamento dos nossos habitats poderão ter na criação de espaços e equipamentos ligados às atividades de lazer, uma vez que o equilíbrio entre oferta e procura está ainda longe de se atingir. Deste modo, é necessário reunir esforços para a construção de uma política de lazer através da integração de diferentes entidades (Carvalhinho, 1996).

O lazer, a atividade física e desportiva, os estilos de vida e o bem-estar dos cidadãos, são conceitos que facilmente se encontram relacionados. Sem dúvida que o lazer, enquanto espaço próprio da existência individual, pode constituir uma alternativa decisiva nas escolhas de responsabilização individual e na construção do estilo de vida.

Normalmente, atribuiu-se a insatisfação dos trabalhadores à diminuição da produtividade. Este facto, tem levado alguns empresários e dirigentes a procurar meios de compensação para os seus trabalhadores, como por exemplo, organizar atividades de lazer que promovam o espírito e a dinâmica de grupo, a valorização das relações interpessoais, e que simultaneamente, estabeleçam uma aproximação aos seus superiores. Mas se por um lado o lazer é o resultado de um processo de desenvolvimento de novas formas de produção (trabalho/lazer), por outro, ele já é parte integrante da sociedade contemporânea. Porém, as principais preocupações com a população portuguesa estão relacionadas com o nível de cultura física, com a taxa de sedentarismo, com os constrangimentos à prática desportiva na escola, com as relações entre o sistema educativo e o sistema desportivo e com o baixo nível de qualificação profissional de dirigentes e quadros técnicos (Constantino, 2002).

Embora as atividades de desporto de natureza possam ser enquadradas e desenvolvidas em diferentes modelos e tipologias de espaços desportivos, os modelos do desporto não formal e informal e os espaços informais, são claramente os predominantes neste sector.

O desporto entra numa nova era, onde proliferam práticas livres de cronómetro, de espaços codificados e limitados, de horários impostos, de regras exteriores. Práticas vividas na maior parte das vezes na companhia de amigos, onde se privilegia a aventura,

a incerteza e o risco, em plena natureza. Esta nova realidade obriga-nos a rever conceitos, a refletir sobre o seu sentido, a repensar o espaço para as atividades desportivas e a desenvolver medidas de segurança adequadas (Correia, 1991).

Perante a regulamentação em vigor do Instituto do Desporto de Portugal (IDP, 2006), podemos entender que, *“atividades e serviços de desporto de natureza são as iniciativas ou projetos que integrem o pedestrianismo, o montanhismo, orientação, a escalada, o rapel, a espeleologia, o balonismo, o parapente, a asa delta sem motor, a bicicleta todo-o-terreno (btt), o hipismo, a canoagem, o remo, a vela, o surf, o windsurf, o mergulho, o rafting, o hidrospeed e outros desportos e atividades de lazer cuja prática não se mostre nociva para a conservação da natureza”*.

Assim, considerando que os espaços naturais são efetivamente o principal cenário de realização das atividades de desporto de natureza, será importante referir também que, as Áreas Protegidas (AP) estão sob a tutela do Instituto de Conservação da Natureza e da Biodiversidade (ICNB) e assumem-se como espaços de excelência para este tipo de práticas físicas e desportivas. De acordo com o ICNB (2008), as AP podem consagrar cinco figuras classificatórias: Parque Nacional, Parque Natural, Reserva Natural, Paisagem Protegida e Monumento Natural. As “Cartas de Desporto de Natureza” (CDN) surgem como um instrumento fundamental na gestão, desenvolvimento e regulamentação das atividades desportivas nas áreas protegidas. Atualmente, existem somente duas cartas publicadas em Portugal (Parque Natural da Serra de Aire e Candeeiros – PNSAC e Parque Natural de Sintra-Cascais – PNSC).

4. Objetivos de estágio

O meu estágio consiste em fazer a ligação com os conhecimentos adquiridos ao longo do ano com a formação prática. Os objetivos do meu estágio foram monitorizar as atividades existentes no parque, ajudar na manutenção do parque, e interagir com os clientes. Aprender outros conteúdos técnicos em atividades que não tive a oportunidade de praticar no curso tais como o slide.

5. Atividades desenvolvidas

Neste capítulo irei descrever as atividades desenvolvidas ao longo do estágio por uma ordem cronológica por datas.

Dia 29 de junho

O meu estágio começou no dia 29 de junho, neste dia tive o meu primeiro impacto com o Vivapark e com as pessoas que seriam meus colegas no estágio. Tudo começou com uma apresentação ao diretor pedagógico (Sr.Cardoso) e aos restantes colegas estagiários.

De seguida ouvi algumas explicações sobre o funcionamento do parque, foi-me também explicado como nos devemos equipar e como se mexia no rádio para nos contactarmos uns com os outros no parque.

Após estes primeiros impactos o Sr. Cardoso mandou-me juntamente com duas colegas fazer o circuito de pontes para que eu pudesse conhecer melhor algumas das atividades que futuramente iria monitorizar.

No final da manhã recebemos um grupo de 40 pessoas, professores da escola Santos Simões que almoçaram no parque e de tarde fizeram o circuito de pontes e o slide grande.

Chegada a hora de almoço, almoçamos e fizemos um compasso de espera ate que o grupo de clientes tomasse a iniciativa para começarem a fazer as atividades.

Durante as atividades, as minhas funções foram acompanhar os meus colegas e o grupo para a sala de equipamento para que todos os clientes pudessem ser equipados por nós, depois disso, fui levar as roldanas para o topo do slide e fui ajudar os meus colegas a

monitorizar os clientes nas pontes. Quando os clientes foram fazer o slide, o Sr. Cardoso disse para eu experimentar também, fiz então a minha primeira descida de fiquei no final do slide a desequipar os clientes que iam chegando.

No final das atividades fui com dois colegas levar o material para a sala de equipamento, e quando chegamos á receção os clientes estavam a lanchar, e chamaram-nos para o pé deles. Após este momento de convívio os clientes foram abandonando o parque e o meu primeiro dia estava quase terminado, pois a seguir a eles terem ido embora fomos só arrumar o lixo e fechar as portas.

Dia 30 de junho

No segundo dia só vim da parte da tarde, e recebemos um grupo de pessoas que vieram jogar paintball, como era a primeira vez que estava a ver como se monitorizava esta atividade fiquei atento a todas as explicações e funções que o Sr. Cardoso desempenhou. Durante a partida fui fazer escalada acompanhado pelo Matias, pelo Miguel e pelo Nuno.

No final do paintball fiquei com o Sr. Cardoso a arrumar os equipamentos, a limpar as armas e os capacetes, depois levei os fatos para o jeep do Sr. Cardoso para ele os levar para lavar. Entretanto os meus colegas foram embora e fiquei eu e o Sr. Cardoso pois fomos cortar uma árvore perto do slide.

Depois disto fechei a porta do parque e vim embora.

Dia 1 de julho

O dia começou as nove e meia da manhã, e logo após esta hora recebemos alguns convidados para fazerem as nossas atividades para as filmagens da RTP. O que eu fiz foi equipar alguns clientes para fazerem o circuito de pontes, depois levei as roldanas para o slide e desci para o travão onde estava a desequipar as pessoas que iam chegando e não queriam fazer mais atividade nenhuma.

Já na hora de almoço o Sr. Cardoso decidiu que já não seria necessário fazermos paintball pois já era tarde e a RTP já tinha ido embora.

Dia 2 de julho

Abrimos as portas as nove da manhã como no dia anterior, e recebemos um grupo de crianças que fizeram o circuito de pontes e o slide. Nestas atividades ajudei a equipar as

crianças e enquanto lhes eram dadas as explicações de segurança fui levar as roldanas para o slide. Depois fiquei pelas pontes para ver se tudo decorria com normalidade. No final das pontes encaminhamos as crianças para o slide e eu voltei a descer, no final do slide desequipei as crianças e organizei o material pra que fosse mais fácil para posteriormente o arrumar. Fui levar o material para a sala de equipamento e de seguida dirigi-me para a receção onde juntamente com os meus colegas e mais tarde fechamos tudo e demos como terminado o dia.

Dia 3 de julho

Neste dia de estágio começamos com uma pequena reunião para falarmos do que esteve bem e do que esteve mal das atividades do dia anterior. Depois disto eu o Leandro e o João tivemos a tarefa de desmontar o filtro do tanque, a meio da tarefa eles foram para a receção ficando eu sozinho a tirar a areia que tinha dentro do filtro com um caneco, a tarefa demorou um pouco e só acabamos no inicio da tarde. Mais no final da tarde eu e o João fomos á sala de equipamento retificar se o material do dia anterior estava todo. Terminadas as tarefas e chegada a hora de fecho, fomos embora.

Dia 5 de julho

Neste dia, não recebemos ninguém no parque, tive então outro tipo de tarefas para além daquelas de monitor de um parque de aventura, de manha eu e o Leandro fomos á vila de S. Torcato montar a barraca do vivapark para a feira da terra, esta tarefa ocupou-nos a manhã toda.

Foi um dia produtivo apesar de não termos tido ninguém, pois na parte da tarde deu para conversar com os meus colegas sobre o parque e conhecer melhor um pouco do seu funcionamento e até o caracter das pessoas com quem eu convivi durante alguns dias, e aprendi também como se trava as pessoas no slide.

Dia 6 de julho

Foi um dia em que recebemos um grupo de crianças para fazer o circuito de pontes e o slide, as minhas tarefas foram ajudar a equipar as crianças e acompanha-los no circuito de pontes, depois disso fui para o fim do slide onde ajudei o Matias a desengata-los e depois desequipei-os. No final das atividades levamos o material para a sala de equipamentos e arrumamos tudo, chegada a hora de saída fomos embora.

Dia 7 de julho

Neste sábado voltamos a receber um grupo para jogarem paintball e eu fui com o Sr. Cardoso ajudar a equipar os clientes, a carregar as armas e aproveitei também para ver novamente os procedimentos do Sr. Cardoso.

Ainda os clientes estavam a jogar o Sr. Cardoso mandou-me embora para levar a Catarina ao autocarro.

Dia 8 de julho

Neste domingo fui o único a vir para o estágio, foi um dia em que só apareceram pessoas as 11 e 30 da manhã, uma família que queria fazer o circuito de pontes e o slide, eu equipei-os e fui acompanhá-los no circuito de pontes sozinho, entretanto chegou a hora de almoço e o Sr. Cardoso disse para eu ir almoçar, nesta altura já estava um grupo de 27 pessoas a almoçar para à tarde fazerem o circuito de pontes e o slide. Mal almocei pois eles queriam fazer as atividades para ganharem tempo pois as 17 horas tinham de ir embora, equipei-os e acompanhe-os nas pontes, depois fui para o travão onde travei toda a gente, de seguida desequipei-os e arrumei todo o material para o jeep do Sr. Cardoso sozinho.

Depois disto, ainda tirei cafés para a família que ainda lá estava e por volta as 17:30 horas fui montar as duas vias de escalada para uma menina que queria experimentar, equipei-me e equipei a menina, fiz-lhe segurança e no final desmontei e arrumei tudo.

Dia 11 de julho

Neste dia recebemos um grupo de 60 pessoas, que fizeram as habituais atividades, pontes e slide.

Na parte da tarde que foi quando eles fizeram as atividades, ajudei a equipa-los e montei os dois travões dos slides pois algumas crianças fizeram o pequeno e outros o grande. No circuito de pontes fui para o cruzamento para poder indicar o caminho e ajudar quem precisasse, depois fui para o travão enquanto o João engatava as crianças. Intercalado com este grupo de crianças recebemos uma família para fazer o circuito de pontes e o slide, eu equipei-os e fui acompanhá-los nas pontes, depois levei as roldanas para cima e engatei-os enquanto o Matias os travava.

No final das atividades eu e os meus colegas arrumamos todo o material e demos uma arrumação na receção.

Dia 12 de julho

Neste dia barri a receção e reguei a nogueira, na restante parte do dia não fiz mais nada pois não recebemos ninguém e não me foi atribuída nenhuma tarefa.

Dia 14 de julho

Neste sábado não recebemos clientes, mas foi um dia atarefado pois chegou o trampolim.

Eu, o Matias e o Sr. Cardoso começamos por preparar o terreno para o trampolim, limpamos o insuflável e arrumámo-lo, pois estava no espaço que seria para o novo aparelho. Depois chegaram os senhores com o trampolim e ajudei naquilo que sabia a montar e descarregar o mesmo, depois de montado, fui experimentar para ver se o aparelho precisaria de alterações e também para dar um feedback sobre o trampolim. Contudo e quando vimos as horas, já era hora de ir embora, e acabou assim mais um dia de compromisso.

Dia 16 de julho

Nesta segunda-feira recebemos um grupo de crianças logo pela manhã, pois iriam fazer paintball, slide e circuito de pontes.

O paintball foi a primeira atividade a ser feita, a minha tarefa nesta dia foram ajudar a equipar as crianças e depois como eram pequenos ia para uma das bases para certificarmos q todas as crianças usavam capacete e que no final de cada partida travassem as armas, como uma das crianças do meu lado era muito pequeno e não podia com a arma, eu acompanhei-o segurando-lhe na arma enquanto ele fazia o resto. No final do paintball arrumamos o material e eu levei os fatos para o jeep do Sr. Cardoso.

No final do almoço, equipamos as crianças e eu e o João levamos alguns a fazer o circuito pequeno, depois de eles terem terminado fomos para o circuito grande. Aqui eu inicialmente fui para o cruzamento das pontes e depois para o penedo que se situa no meio das duas ultimas pontes. Terminadas as pontes fui montar o travão do slide pequeno e de seguida travar as crianças, como algumas queriam fazer o slide grande, fui para o travão e voltei a ter a função de travar. Depois de finalizadas as atividades eu e os meus colegas arrumamos todo o material.

Dia 17 de julho

Neste dia fui buscar a chave para abrir a recepção mas fiquei logo pela sala de equipamento, a tarefa foi arruma-la, as tabuas, a bicicleta, a mesa e outros materiais que estavam la espalhados, isto para haver espaço para guardarmos um cabo de 1000 metros. Depois de limpamos a sala, o Sr. Cardoso pediu-nos para detetarmos os furos dos insufláveis dos trampolins. Foi então que enquanto eu e o João fazíamos isso, a Carolina e o Leandro limpavam as casas de banho.

Por voltas das 13 horas chegou o cabo, como era muito peso tivemos de esperar pelo trator, para levantar o cabo e o arrumar no local que tinha limpo na parte da manhã. Após estas tarefas, não fizemos mais nada nos resto do dia.

Dia 18 de julho

Recebemos um grupo de pessoas que iriam passar o dia no parque e iam fazer a caça ao tesouro, o circuito de pontes e o slide.

A caça ao tesouro realizou-se na parte da manhã, e como eu nunca tinha feito fui fazer sozinho, para conhecer melhor o parque e até algumas zonas que nunca lá tinha ido.

Depois de eu terminar a minha caça ao tesouro fomos dar uma volta pelo parque para ver se estava tudo bem com os clientes, por volta do meio dia e meia fomos chamar os grupos para virem almoçar, pois o calor já era muito e o desgaste já se fazia sentir. Na parte da tarde equipamos os clientes para fazerem as restantes atividades, de seguida levei as roldanas para o topo do slide pequeno e fui montar os dois travões. Enquanto as pessoas faziam o circuito de pontes eu situei-me no cruzamento, onde dei indicações e fui até buscar uma criança q tinha ficado pendurada na ponte de baloiços. No fim de terem feito o circuito de pontes fui para o travão do slide pequeno onde os mais pequenos o desceram, depois fui para o travão do slide grande.

No final desequipei alguns clientes e fui arrumar o material, tive ainda de ir desmontar o travão do slide pequeno, antes de guardar o restante material.

Dia 21 de julho

Neste sábado fui buscar a chave para abrir a recepção, depois de aberto o parque fui encher os insufláveis e regar uma noqueira.

Na parte da tarde apareceram clientes e eu equipei-os, e depois fui com eles fazer o circuito de pontes, depois fui para o slide onde os engatei e depois descí também.

No fim do dia fui com o Matias arrumar o material todo, depois ainda encostei os insufláveis para uma sombra para que no dia seguinte se colassem os furos.

Dia 22 de julho

Neste dia fui buscar a chave para abrir a recepção, depois barri-a. Ao meio dia o Sr. Cardoso apareceu e fomos tirar a cola dos insufláveis para voltarmos a por remendos novos e fui regar a noqueira.

Arrumei os insufláveis com o Matias e recebemos cliente, eu equipei-os e fui com eles para o circuito de pontes, levei as roldanas para cima e no final das pontes dirigimo-nos para o slide onde os engatei. No final descí eu no slide e arrumei o material com o Matias.

Dia 23 de julho

Fui buscar a chave para abrir o parque, depois fui buscar a serra que o Sr. Cardoso andava á procura, e arrumei o equipamento que estava na recepção. Entretanto chegaram 3 pessoas, e fui levar duas delas a fazer o circuito de pontes.

Quando cheguei á recepção desequipei-os e arrumei o material utilizado. Depois atendi um senhor que queria falar com o Sr. Cardoso, depois acabei de varrer o chão de toda a recepção incluindo a parte do balcão e a sala dos equipamentos.

Ao meio dia e meia fui então almoçar, comi meia sande e apareceu uma senhora que queria ver o parque, dei-lhe um mapa mas ela pediu para eu a acompanhar. Voltei para a recepção onde continuei com o meu almoço.

Por volta da uma e meia chegou um casal que queria visitar o parque eu dei-lhes um mapa. Até as 16 horas não realizei nenhuma tarefa, até que apareceram 3 clientes também pra verem o parque, entretanto o Sr. Cardoso chegou. Quando estes senhores foram embora fui com o Sr. Cardoso á sala do paintball buscar publicidade, levei para a

recepção e o Sr. Cardoso disse que eu tinha de levar essa publicidade para o turismo de Guimarães. Chegaram então 2 clientes para fazer o slide, eu equipei-os, levei as roldanas para o topo do slide e engatei-os para a descida. No fim do slide fui levar a menina a fazer o circuito de pontes infantil, depois arrumei o material todo e eu e o Sr. Cardoso ficamos a conversar sobre as horas do meu estágio.

Dia 24 de julho

Fui levar a publicidade ao turismo de Guimarães, depois abri o parque, reguei duas noqueiras la existentes, fui levar o material que estava na recepção para a sal de equipamento e levei uma pomada a casa do Sr. Cardoso.

Dia 25 de julho

Às nove horas da manha abri o parque, e como não tinha clientes para praticarem atividades do parque, realizei algumas tarefas para manter o parque limpo, tais como, regar as arvores, varrer o chão da recepção e manter as casas de banho limpas.

Por volta as 15horas apareceram clientes para fazerem atividades, primeiro equipei-os, pois é a primeira coisa que se faz a um cliente que quer fazer qualquer uma das atividades existentes no parque, depois acompanhei-os no circuito das pontes. A seguir acompanhei-os ao slide, no slide tive a explicar ao pormenor como deviam fazer e como deviam utilizar o material, a seguir á explicação engatei-os para uma descida arrojada pelos cabos, no final de todos os clientes terem descido, descí eu pelos cabos, por último encaminhei os clientes até á recepção onde os desequipei, depois de os clientes estarem todos desequipados foram embora e eu fiquei na recepção ate as 18hora que foi a hora quando fechei o parque.

Dia 27 de julho

De manha como é habitual abri o parque, mas como não tinha clientes só reguei as plantas.

Na parte da tarde não foi tao calmo como de manha, recebi um grupo de estrangeiros que queriam fazer o circuito de pontos e o slide, para isso tive que os equipar um a um, e depois de estarem todos equipados acompanhei-os para fazerem as atividades que eles desejavam. Quando chegamos ao local para fazer as atividades tive a explicar aos clientes cada atividade, depois da explicação acompanhei-os durante o percurso todo, tanto nas pontes como no do slide.

Depois de fazerem todas as atividades desequipei-os e fui arrumar o material.

No final de fazerem as pontes e o slide, os clientes quiseram fazer trampolim, para isso eu tive que ir montar o trampolim para eles depois poderem fazer a atividade.

Nessa atividade pude ajudar uma criança a fazer essa mesma atividade.

Passado mais ou menos uma hora recebemos no parque uma família que veio para conhecer o parque, e eu dei-lhes um mapa e transmiti-lhes as regras de segurança e de conduta do parque. Após terem ido embora fiquei na recepção até as 18horas, de seguida fechei o parque e fui embora.

Dia 28 de julho

Às nove horas da manha abri o parque, reguei as arvores e montei o trampolim pois assim ficaria pronto para ser usado.

Na parte da tarde recebemos um grupo para jogar paintball, ajudei o Sr. Cardoso a equipar os clientes e a preparar as armas.

No final da atividade arrumei as armas no carro do Sr. Cardoso.

Por voltas das 18:30 como já não havia mais ninguém no parque fechei a porta do parque.

Dia 29 de julho

Às nove horas abri o parque, reguei as árvores e montei o trampolim, no final da manha recebi uma família que veio passar o dia no parque e fizeram picnic.

Na parte da tarde, estive na recepção perto dos clientes para caso precisassem de alguma coisa. Durante a tarde ainda servi cafés aos clientes que fizeram picnic no parque. as 18h como já estava na minha hora de ir embora e como ainda havia clientes no parque o Sr. Cardoso ficou com os clientes.

Dia 30 de julho

De manha fui buscar as chaves para abrir o parque, varri o chão, montei o trampolim e depois fui dar uma volta para ver se o parque estava limpo, e despejar os caixotes do lixo.

Na parte da tarde, recebi um grupo de clientes que vieram fazer o circuito de pontes e o slide, primeiro equipei-os e depois acompanhei-os ate às atividades, depois de terem feito as atividades desequipei-os e arrumei o material.

Por volta das 17.45 arrumei o trampolim e fechei o parque.

Dia 31 de julho

De manhã abri o parque montei o trampolim e organizei o material na recepção.

Na parte da tarde, não tive clientes, e como não havia tarefas para realizar esperei até as 18 horas depois fechei a porta e fui embora.

Dia 1 de agosto

De manhã fui buscar as chaves e abri o parque, montei o trampolim e fui limpar as mascaras do paintball.

Na parte da tarde, recebi um grupo de clientes, que queriam fazer o circuito de ponte e o slide, equipei-os e de seguida acompanhei-os nas atividades. Quando foi para fazer o slide engatei-os no slide para poderem realizar a atividade. Após terem terminado as atividades desequipei-os e arrumei o material utilizado.

Entretanto chegou mais um grupo de clientes que queriam fazer as mesmas atividades que o grupo anterior, pontes e slide.

Equipei cada cliente e acompanhei-os no percurso das pontes e no slide, engatei-os para poderem fazer o slide. No final das atividades desequipei os clientes e arrumei o material.

Às 18 horas fechei o parque.

Dia 3 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque de seguida fui montar o trampolim, e limpar a recepção.

Na parte da tarde, vieram dois senhores fazer uma entrevista, de seguida dirigimo-nos para o slide para que eles pudessem fazer o slide, para ver quem é que se adaptava melhor e mais rapidamente ao meio, os entrevistados fizeram também o circuito de pontes, de seguida montei o travão do slide e fui fazer algumas descidas para que eles pudessem aprender a travar. Expliquei também aos entrevistados como se engata as pessoas no slide. De seguida arrumei o travão, e por volta das 18 horas fechei o parque.

Dia 4 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, e montei o trampolim, de seguida recebemos um grupo de pessoas que vieram passar o dia no parque.

No início da tarde comecei por pôr as crianças desse grupo no trampolim

Depois veio uma família, eu fui acompanhá-los no circuito de pontes e engatei-os no slide, ajudei-os a equipa-los e fui montar o travão.

Depois as crianças voltaram a ir para o trampolim e eu fiquei a controlar para ver se tudo corria bem, de seguida foram fazer o circuito de pontes e slide, equipei-os e acompanhei-os nas duas atividades.

Por volta das 19.30m fui para casa.

Dia 5 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, de seguida fui montar o trampolim e depois fui dar uma volta ao parque para verificar se havia lixo espalhado pelo chão.

Na parte da tarde, recebi uma família que queria fazer o circuito de pontes e slide, equipei-os, depois fomos fazer as atividades que eles pediram, e fui monitorizá-las.

Depois de termos feito o circuito de pontes fomos para o slide onde eu os engatei para poderem fazer a atividade. No final do slide desequipei os clientes e as duas crianças quiseram fazer tiro com arco.

Levei o alvo, as setas e o arco para o local onde se faz esta atividade e expliquei como deveriam fazer para terem melhor precisão.

Por volta das 18:00 horas fechei o parque.

Dia 6 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, de seguida montei o trampolim e varri a receção. Hoje recebi um grupo que queria fazer circuito de pontes, equipei-os e de seguida acompanhei-os no percurso das pontes.

No final do circuito das pontes fui para a receção onde os desequipei e onde arrumei todo o material utilizado.

Durante a hora de almoço veio uma senhora para visitar o parque, e eu fui dar uma volta com a senhora para lhe mostrar o principal do parque e também explicar algumas coisas essenciais do parque.

Na parte da tarde, recebi uma família de emigrantes, que queriam conhecer o parque e fazer algumas atividades.

Comecei então por mostrar o parque e apresentei-lhes quais as atividades que poderiam fazer, e eles optaram então por fazer o circuito de pontes e slide, e depois trampolim.

Equipei os clientes na sala de equipamento, de seguida acompanhei-os nas duas atividades desejadas, dei explicação para o circuito de pontes e depois engatei-os no slide.

No final das atividades desequipei os clientes e levei as crianças deste mesmo grupo para o trampolim.

Depois disto, chegou mais um grupo, fiz o mesmo processo de sempre, depois de escolhidas as atividades equipei-os para fazerem as pontes e o slide e novamente fui com os clientes monitorizar as duas atividades junto deles.

No final do slide e após eu também ter descido desequipei os clientes e encaminhei-os para a receção.

No final de tudo isto, já era de desmontar o trampolim e fechar o parque.

Dia 7 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, de seguida montem o trampolim, depois levei o material que estava a mais na receção para a sala de equipamento, entretanto chegou uma família em que as crianças é que iam fazer as atividades.

Equipei as crianças depois levei-os para o circuito de pontes infantil, depois de fazerem essa atividade foram para o trampolim.

No final das atividades arrumei o material e fui almoçar.

Na parte da tarde, recebi uma família que queria experimentar o slide, equipei os clientes e de seguida acompanhei-os para o topo do slide, engatei-os para a descida e

depois de todos terem descido eu também descí, no final encaminhei-os para a recepção onde os desequipei. No final arrumei o material e as 18:00 horas fechei o parque.

Dia 8 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, montei o trampolim varri o chão e limpei as casas de banho.

Na parte da parte, desmontei o trampolim e as 18:00 horas fechei o parque.

Dia 10 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, de seguida montei o trampolim.

Na parte da tarde, recebi três grupos, no total eram aproximadamente 25 pessoas, e todas queriam fazer o circuito de pontes e o slide, equipei-os e acompanhei-os nas duas atividades. Depois de fazerem as atividades arrumei o material todo na recepção.

Desmontei o trampolim fechei o parque e fui embora.

Dia 11 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, montei o trampolim, depois recebi dois grupos de clientes que vieram só visitar o parque, então entreguei-lhes o mapa do mesmo e dei-lhes instruções do que não podem fazer no parque.

Na parte da tarde recebi dois grupos de clientes que queriam fazer o circuito de pontes e slide, então equipei-os na recepção e levei-os para o início das pontes, onde lhes expliquei o que devem fazer e como o devem fazer.

De seguida levei-os para o topo do slide e engatei-os, depois de todos terem descido, descí eu. Depois, levei os clientes para a recepção e desequipei-os.

Entretanto chegou a hora de ir embora, desmontei o trampolim e fechei a porta do parque.

Dia 12 de agosto

De manhã fui buscar a chave para abrir o parque, e montem o trampolim.

Entretanto chega um grupo de clientes que queriam fazer o circuito de pontes e trampolim. Equipei-os e fui com eles para as pontes, onde lhes expliquei tudo relativo às mesmas. Depois de terem feito o circuito de pontes vim com eles para a recepção e desequipei-os. Depois, levei as crianças desse mesmo grupo para fazerem trampolim.

Na parte da tarde, recebi três grupos de emigrantes que queriam fazer o circuito de pontes e slide. Equipei-os e fui com eles fazer as atividades. Antes de realizarem as atividades, expliquei o que deviam fazer em cada atividade.

No final de terem feito as atividades, desequipei-os e arrumei o material.

Quando chegou a hora de ir embora, arrumei o trampolim e fechei a porta do parque.

Dia 14 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, montei o trampolim e limpei a receção.

Na parte da tarde, recebemos um grupo de pessoas para jogar paintball, ajudei o Sr. Cardoso a equipar os clientes, levei as armas para os clientes e carreguei as armas com bolas.

No final do dia desmontei o trampolim, e fechei a porta do parque.

Dia 15 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, montei o trampolim, limpei as casas de banho e a receção.

Na parte da tarde, recebemos um grupo de clientes que queriam fazer o circuito de pontes e slide, e uma criança do mesmo grupo queria fazer tiro com o arco.

Equipei os clientes e acompanhei-os para fazerem as atividades.

No final de realizarem as duas atividades, slide e pontes, desequipei-os, e preparei tudo para se fazer o tiro com o arco.

No final desta atividade arrumei o material, arco, flexas e alvo.

As 18:00 horas, desmontei o trampolim e fechei o parque.

Dia 16 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, e montei o trampolim, depois recebi um grupo de pessoas que iam fazer picnic e passear no parque.

A parte da tarde foi calma, não apareceu mais clientes ao os que estavam a fazer o picnic. Ao fim da tarde desmontei o trampolim e às 18.00 horas fui embora.

Dia 17 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, depois montei o trampolim e fui limpar as mascaras do paintball.

Na parte da tarde não realizei atividades.

Ao fim da tarde desmontei o trampolim e às 18:00 horas fechei o parque.

Dia 18 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, montei o trampolim e limpei a recepção.

Na parte da tarde, recebi três grupos de clientes que queriam fazer o circuito de pontes e slide. Equipei os clientes e fui monitorizar estas duas atividades.

No final desequipei os clientes, desmontei o trampolim e fechei o parque.

Dia 19 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque e montei o trampolim.

Na parte da tarde recebi uma família que queria fazer o circuito de pontes e slide.

Equipei os clientes, e acompanhei-os nas duas atividades.

No final das atividades desequipei os clientes e arrumei o material.

De seguida desmontei o trampolim e fechei a porta.

Dia 20 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, montei o trampolim, e limpei a recepção.

Na parte da tarde, recebi um grupo de clientes que queriam fazer o circuito de pontes e slide. Equipei os clientes, depois fui para o travão do slide para travar os clientes.

Depois de realizarem as duas atividades desequipei os clientes, e arrumei o material. No fim, fui desmontar o trampolim e fechar o parque.

Dia 21 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, montei o trampolim e limpei a recepção e as casas de banho.

Na parte da tarde, recebemos dois grupos de clientes que queriam fazer o circuito de pontes e slide. Fui equipar os clientes, depois fui para o travão do slide para travar os clientes.

No final das atividades desequipei os clientes e arrumei o material e desmontei o trampolim.

Dia 22 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, e montei o trampolim.

Depois recebi uma família que queria fazer tiro com arco, preparei tudo o que era necessário para essa atividade. Após terem terminado a atividade arrumei o material.

Na parte da tarde, recebi um grupo de clientes que queria fazer o circuito de pontes, equipei-os e fui monitorizar a atividade.

No final do circuito encaminhei-os para a recepção onde os desequipei e arrumei o material.

No fim do dia, desmontei o trampolim e fechei o parque.

Dia 24 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, e montei o trampolim.

Depois, recebi um grupo de clientes que queria fazer slide, equipei-os e fui para o travão para os travar, enquanto o meu colega os engatava.

Na parte da tarde, recebi dois grupos de clientes que foram fazer o circuito de pontes e slide. Equipei os clientes, depois quando foi para fazer a atividade do slide, eu fui para o travão para os poder travar. No final das atividades eu e o meu colega desequipamos os clientes e arrumamos o material. No final do dia desmontei o trampolim e fui para casa.

Dia 25 de agosto

De manhã fui buscar a chave para abrir o parque, e montei o trampolim.

Na parte da tarde, recebi um grupo de clientes para jogar paintball, distribuí aos clientes os termos de responsabilidade para assinarem, depois encaminhei-os para o campo de paintball onde os equipei e carreguei as armas. No final da atividade desequipei-os e arrumei o material no carro do Sr. Cardoso. Depois disso, desmontei o trampolim e fui para casa.

Dia 26 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, e montei o trampolim.

Na parte da tarde, recebemos quatro grupos de clientes, mas só um deles é fez atividades, os restantes grupos era só para visitar o parque.

Os clientes quiseram fazer o circuito de pontes, slide e tiro com arco.

Equipei os clientes para poderem fazer as atividades e o meu colega acompanhou-os nas atividades. Na atividade de slide fui para o travão onde os travei quando terminavam a atividade. Quando foram fazer a atividade de tiro com arco, acompanhei os clientes para o local onde iam realizar a atividade.

No final das atividades eu e o meu colega arrumamos o material, desmontamos o trampolim e fechamos o parque.

Dia 27 de agosto

De manhã fui buscar a chave para abrir o parque, montei o trampolim e fui limpar as mascaras do paintball.

Na parte da tarde, recebi um grupo de clientes que queriam fazer o circuito de pontes e slide. De seguida fui equipar os clientes para poderem realizar as atividades.

Na atividade do slide, eu fui para o travão para os poder travar.

No final das atividades desequipei os clientes e arrumei o material.

Depois disto tudo, desmontei o trampolim e às 18:00 horas fechei o parque.

Dia 28 de agosto

De manhã fui buscar as chaves para abrir o parque, e montei o trampolim.

Na parte da tarde recebemos duas clientes que queriam fazer slide, equipamos as clientes, depois o meu colega acompanhou-as até ao slide e eu fui para o travão.

Depois de terem terminado as atividades desequipamos as clientes, desmontamos o trampolim e fechamos o parque.

Dia 29 de agosto

De manhã fui buscar a chave para abrir o parque, montei o trampolim e limpei a receção.

Este dia foi um dia calmo pois não recebemos clientes. Na parte da tarde, ao fim do dia desmontei o trampolim e fechei o parque.

Dia 31 de agosto

Este dia foi o meu último dia de estágio.

De manhã fui buscar a chave para abrir o parque, montei o trampolim e fui aprender a fazer a manutenção das pontes.

Na parte da tarde, não recebemos clientes, ao fim da tarde desmontei o trampolim e fui embora.

Conclusão

Durante o período de estágio, desenvolvi o sentido de responsabilidade e autonomia dentro da organização, deparando-me com algumas dificuldades, como a adaptação, o funcionamento do Vivapark e o funcionamento da organização em si, que ao longo do tempo fui ultrapassando.

Os desportos de natureza são todos aqueles cuja prática aproxima o homem da natureza de uma forma saudável e sejam enquadráveis na gestão das áreas protegidas e numa política de desenvolvimento sustentável. O que caracteriza os desportos de natureza, são as práticas em contacto direto com a natureza, e as práticas de forma não nociva para a conservação da natureza.

Em suma, posso dizer que o estágio realizado no Vivapark permitiu-me estar em contacto real com as práticas organizacionais de uma grande empresa, permitindo-me ter mais conhecimentos quanto às práticas existentes, e refletir sobre essas práticas. O estágio realizado no final do curso é assim uma mais-valia, pois permite-nos pôr em prática os conhecimentos adquiridos ao longo do curso. Após a realização deste estágio posso concluir que todos os objetivos do meu plano de estágio foram cumpridos, um único ponto em que me senti menos á vontade foi fazer a manutenção das pontes, tudo o resto era o meu dia-dia.

Bibliografia

- Atividades- Mundo VivaPark. Aventura e Lazer. Viva a Vida - <http://www.vivapark.pt/index.php?menu=4> 16.08.2012
- A emergência do sector de desporto de natureza e a importância da formação- <http://www.efdeportes.com/efd140/desporto-de-natureza-e-formacao.htm> 16.08.2012
- Carvalhinho, 1996.
- Constantino, 2002.
- Correia, 1991.
- Desportos de natureza- <http://www.grutasmoeda.com/portal/index.php?id=1549&layout=detail> 16.08.2012
- Revista digital nº140 Buenos Aires, Janeiro de 2010