

Rúben Nikelson Pegado Gomes

SPORT CLUBE SENHORA DA HORA

**Relatório de Estágio
Mestrado em Realização - Cinema e Televisão**

JUNHO, 2025

Rúben Nikelson Pegado Gomes

SPORT CLUBE SENHORA DA HORA

Relatório apresentado para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Realização – Cinema e Televisão, realizado sob a orientação científica de Henrique Muga.

DECLARAÇÃO

Declaro que este Relatório de Estágio é o resultado da minha experiência e investigação pessoal e independente. O seu conteúdo é original e todas as fontes consultadas estão devidamente mencionadas no texto, nas notas e na bibliografia.

O candidato,

Rúben Nikelson Pegado Gomes

Porto, 16 de junho de 2025.

Declaro que esta Dissertação / Relatório / Tese se encontra em condições de ser apreciada (o) pelo júri a designar.

O(A) orientador(a),

Henrique Muz

Porto, 16 de junho de 2025.

AGRADECIMENTOS

Primordialmente gostaria de referir que a ordem dos agradecimentos que será colocada não é em nada relevante e não tem qualquer tipo de significado. Todas as pessoas mencionadas tiveram um papel extremamente importante na realização do trabalho.

Ao Professor Henrique Muga, pelos seus conselhos e orientação pois sempre me disse aquilo que eu precisava de ouvir, sem rodeios. Pela sua exigência que me obriga sempre a dar o melhor de mim.

A todos os outros professores que durante este longo percurso me transmitiram os conhecimentos e me ajudaram a evoluir para a pessoa que sou hoje.

À Escola Superior Artística do Porto, que me proporcionou todas as condições necessárias para a conclusão dos meus estudos.

Ao Sport Clube Senhora da Hora na pessoa do Presidente Vasco de Carvalho que me deu a oportunidade única de realizar o estágio curricular na sua estrutura.

Ao Rúben Caldeira, tendo como papel ajudar na parte administrativa do clube, que me recebeu de uma forma extraordinária e me transmitiu conhecimento, pela confiança e amizade demonstrada.

Aos estagiários, todo o plantel profissional, equipa técnica e staff do Sport Clube Senhora da Hora que desde cedo me receberam de braços abertos.

Ao Professor Vasco Josué por todas as experiências transmitidas e por todas as conversas que tivemos. Também pela paciência e compreensão nos momentos mais difíceis ao longo do estágio.

Aos meus colegas de faculdade que me acompanharam desde o início e com os quais partilhei muitas experiências.

Aos meus amigos que estão sempre presentes e desde o início do percurso me demonstraram o apoio e sempre acreditaram no meu valor. Também por todos os momentos de partilha, descontração e amizade que passei com eles.

À minha Mãe que sempre confiou em mim e sempre me ajudou quando mais precisei, pelo acompanhamento constante e pela procura incessante em saber todos os dias qual o ponto de situação do estágio.

Ao meu irmão pela tranquilidade transmitida em momentos de maior stress ao longo do último ano.

A todos que de uma maneira ou de outra contribuíram para a concretização deste sonho e que não foram mencionados.

RESUMO

SPORT CLUBE SENHORA DA HORA

Rúben Nikelson Pegado Gomes

PALAVRAS-CHAVE: televisão; sport clube senhora da hora; futebol

RESUMO

O presente Relatório de Estágio é o resultado do estágio curricular realizado no âmbito do 2.º ano do 2.º ciclo de estudos em Realização – Cinema e Televisão da Escola Superior Artística do Porto (ESAP), e que decorreu no Sport Clube Senhora da Hora, no período compreendido entre novembro de 2024 e abril de 2025. Este estágio inseriu-se num contexto académico, mas com uma forte componente prática e profissionalizante, sendo uma etapa fundamental na consolidação dos conhecimentos adquiridos ao longo do percurso formativo.

Durante os meses em que estive integrado no clube, tive a oportunidade de vivenciar de perto o dia a dia da gestão multimédia de uma instituição desportiva. A minha principal função prendeu-se com o acompanhamento da comunicação audiovisual do Sport Clube Senhora da Hora, nomeadamente através da cobertura de jogos, produção de conteúdos para redes sociais, registo de eventos internos e externos, realização de entrevistas e apoio à estrutura comunicacional do clube.

Ao longo do estágio enfrentei diversos desafios, que contribuíram para o meu crescimento profissional e pessoal. Desde logo, a integração numa estrutura organizacional exigente e dinâmica permitiu-me compreender melhor a realidade do mercado de trabalho, bem como os requisitos e competências esperadas num contexto profissional real.

O contacto com diferentes áreas, como a produção, realização, montagem e difusão de conteúdos audiovisuais, possibilitou-me uma aprendizagem multifacetada e abrangente.

A experiência foi extremamente enriquecedora, tendo-me proporcionado uma visão mais clara e prática sobre a importância da realização audiovisual e da gestão de conteúdos digitais na comunicação de um clube desportivo.

Tive contacto com a lógica de funcionamento de plataformas como o Facebook, Instagram e YouTube, compreendendo a importância da regularidade de publicações, da qualidade dos conteúdos e do envolvimento da comunidade digital.

Adicionalmente, a convivência com os profissionais do clube, com atletas, treinadores e dirigentes, permitiu-me perceber as dinâmicas internas de uma entidade desportiva e a relevância da comunicação eficaz para fortalecer o vínculo com os adeptos e a comunidade envolvente.

Outro aspeto a salientar foi o desenvolvimento de competências transversais, como a gestão de tempo, trabalho em equipa, proatividade e capacidade de resolução de problemas. Estas habilidades revelaram-se fundamentais para cumprir prazos, adaptar-me a imprevistos e garantir a qualidade dos conteúdos produzidos.

Este estágio não só contribuiu para o meu crescimento enquanto realizador e produtor de conteúdos audiovisuais, como também reforçou a minha paixão pela comunicação desportiva, uma área em franca expansão e com um enorme potencial de empregabilidade. Compreendi a importância da inovação, da criatividade e da técnica ao serviço da divulgação desportiva local.

Após o término do estágio e da elaboração deste relatório, sinto-me mais preparado para enfrentar os desafios do mundo profissional. A experiência proporcionada pelo Sport Clube Senhora da Hora foi, sem dúvida, um marco significativo no meu percurso académico, deixando uma marca positiva na minha formação e contribuindo para o fortalecimento do meu portfólio.

Assim, considero que este estágio foi não só uma oportunidade de aprendizagem, mas também uma contribuição real para a estrutura que me acolheu, com benefícios mútuos e duradouros.

OBJETIVO DO RELATÓRIO DE ESTÁGIO

O presente relatório tem como objetivo descrever e analisar todas as atividades desenvolvidas durante o estágio no âmbito do Mestrado em Realização – Cinema e Televisão da ESAP, bem como refletir sobre a experiência adquirida no ambiente de trabalho.

Este documento procura não apenas relatar factos e tarefas, mas também proporcionar uma reflexão crítica sobre o percurso vivido e o crescimento profissional alcançado ao longo deste importante momento da minha formação.

No momento de escolha entre o trabalho de projeto, a dissertação, ou o estágio, optei pela realização de um estágio por considerar essencial a consolidação prática dos conhecimentos adquiridos ao longo do primeiro ano do mestrado. A motivação por detrás desta escolha prendeu-se também com o desejo de me aproximar do mercado de trabalho e das suas exigências reais. Pretendia, acima de tudo, obter uma experiência profissional significativa nas áreas de produção, realização e gestão de conteúdos multimédia, com um foco muito específico: o mundo do futebol. Este é um universo pelo qual nutro uma especial paixão desde cedo, e que acredito representar uma área com grande potencial criativo e técnico no âmbito da realização televisiva.

Com isso em mente candidatei-me a diversas instituições, nomeadamente o Porto Canal, a Liga Portugal, a Associação de Futebol do Porto, entre outras. No entanto, foi no Sport Clube Senhora da Hora e, em particular, na sua plataforma mediática TV Senhora da Hora, que encontrei o acolhimento mais favorável ao meu perfil e às minhas intenções formativas. Estas instituições, embora de menor dimensão em comparação com outras referidas, ofereciam exatamente aquilo que eu procurava: a possibilidade de trabalhar de forma próxima e intensa com os processos de realização televisiva no contexto do futebol local e regional.

Este relatório irá apresentar os objetivos definidos no início do estágio, avaliando o seu grau de concretização ao longo do processo. Será realizada uma análise das atividades desempenhadas, com especial ênfase naquelas que mais contribuíram para o desenvolvimento das minhas competências técnicas e interpessoais.

Outro aspeto relevante a ser abordado é a evolução das minhas expectativas. No início do estágio, havia uma série de ideias e projeções sobre o que esperava encontrar e aprender. Ao longo do tempo, essas ideias foram sendo ajustadas pela realidade do trabalho quotidiano e pela dinâmica própria da instituição acolhedora.

Esta comparação entre expectativas e resultados obtidos será feita de forma detalhada, permitindo uma reflexão profunda sobre o percurso formativo.

Será ainda abordado o papel da supervisão e do acompanhamento recebido, tanto por parte da equipa da TV Senhora da Hora como pelos orientadores académicos do mestrado, cuja orientação se revelou essencial para maximizar os benefícios desta experiência. O apoio recebido foi fundamental para superar os desafios e para transformar cada obstáculo numa oportunidade de aprendizagem.

Por fim, o relatório procurará avaliar de que forma este estágio contribuiu para o desenvolvimento de competências na área da realização audiovisual e para o meu percurso profissional futuro.

ÍNDICE

Introdução	11
Capítulo I: Sport Clube Senhora da Hora e TV Senhora da Hora	13
I. 1. Sport Clube Senhora da Hora	13
I. 2. TV Senhora da Hora	17
Capítulo II: A linguagem audiovisual no mundo do futebol	19
II. 1. A importância da linguagem audiovisual nas transmissões de futebol	21
II. 2. A evolução da tecnologia no futebol e o seu impacto na experiência do espetador	22
II. 3. A linguagem televisiva no futebol como produtora de sentidos	24
II. 4. O papel do comentador como mediador semiótico no espetáculo futebolístico	25
Capítulo III: A experiência do estágio	26
III. 1. Objetivos, nº de horas, horário, acompanhamento do orientador no local	26
III. 2. Trabalho realizado	30
III. 2. 1. Vídeo	30
III. 2. 2. Fotografia	31
III. 2. 3. Produção	32
III. 2. 4. Redes Sociais	37
III. 2. 5. Televisão, comunicação	38
Conclusão: balanço final – dificuldades e aprendizagem	43
Referências bibliográficas	50
Anexos	51
Anexo I – Parecer do orientador de estágio no local	52
Anexo II – Fotografias	54
Anexo III – Cartazes	66
Anexo IV – Criação de lettering	78
Anexo V – Criação de notícias no WordPress e Footeo	80
Anexo VI – Vídeo	85

INTRODUÇÃO

A frequência de um mestrado tem como objetivo primordial a aquisição de competências especializadas sobre uma determinada área profissional. No presente caso, o foco está centrado no universo do audiovisual, da multimédia, da gestão de plataformas digitais e, em particular, na televisão.

A escolha pelo Mestrado em Realização – Cinema e Televisão, lecionado pela Escola Superior Artística do Porto (ESAP), foi impulsionada pela vontade de aprofundar e desenvolver capacidades técnicas e criativas diretamente ligadas à construção da imagem, à narrativa visual e à produção de conteúdos em diferentes formatos.

Esta decisão foi motivada, em primeiro lugar, pela necessidade de ampliar o conhecimento teórico e prático adquirido anteriormente e, em segundo lugar, pelo desejo de obter maior confiança e autonomia na execução das diversas tarefas inerentes à produção audiovisual profissional.

Para além disso, a realização de um estágio curricular como projeto final revelou-se uma oportunidade fundamental para consolidar aprendizagens e integrar o universo profissional real.

A escolha de um clube desportivo como espaço de estágio teve também um forte simbolismo pessoal, já que o desporto, particularmente o futebol, é uma área de grande interesse e motivação para mim.

Este cruzamento entre o mundo audiovisual e o futebol representou uma oportunidade de convergência entre paixão pessoal e objetivo profissional.

O presente relatório descreve todas as fases do estágio desenvolvido ao longo de seis meses no Sport Clube Senhora da Hora, uma instituição desportiva com forte ligação à comunidade e que possui uma estrutura mediática própria: a TV Senhora da Hora.

Ao longo deste período pude aplicar, na prática, os conhecimentos adquiridos durante o Mestrado, ao mesmo tempo que desenvolvi novas competências em diferentes áreas da produção e comunicação audiovisual.

Este relatório está estruturado em vários capítulos, organizados de forma a refletir o percurso do estágio e a análise crítica das experiências vividas.

O primeiro capítulo apresenta uma contextualização histórica do Sport Clube Senhora da Hora e da sua vertente mediática, a TV Senhora da Hora, destacando a

sua importância local e o papel que desempenha na promoção desportiva e comunitária.

O segundo capítulo aborda a linguagem audiovisual no universo do futebol, refletindo sobre os códigos visuais, sonoros e narrativos que caracterizam este tipo de cobertura mediática. A análise incide sobre a forma como o futebol é representado nos media e como a televisão transforma o jogo em espetáculo.

O terceiro capítulo centra-se na descrição detalhada da experiência de estágio, especialmente no trabalho desenvolvido no Departamento de Edição de Programas. Aqui, são analisadas as rotinas de produção, os processos criativos e técnicos envolvidos, bem como as dificuldades e aprendizagens resultantes dessa vivência. O capítulo conclui com uma reflexão crítica sobre a aplicação da linguagem audiovisual no contexto específico do clube e das suas necessidades de comunicação.

O relatório encerra com uma conclusão que constitui um balanço final da experiência, das dificuldades e dos ganhos obtidos ao nível das competências técnicas, organizacionais e humanas. Esta parte final pretende também apontar caminhos futuros, tanto em termos de desenvolvimento profissional como de continuação do percurso académico.

Por fim, em anexo, é apresentada uma amostra dos materiais audiovisuais produzidos durante o estágio, incluindo vídeos promocionais, reportagens fotográficas, peças gráficas e conteúdos desenvolvidos para redes sociais, servindo como testemunho do trabalho realizado e dos objetivos alcançados ao longo deste período.

CAPÍTULO I: SPORT CLUBE SENHORA DA HORA E TV SENHORA DA HORA

I. 1. Sport Clube Senhora da Hora

O Sport Clube Senhora da Hora foi fundado a 14 de setembro de 1931, na freguesia da Senhora da Hora, no concelho de Matosinhos. O clube nasceu da paixão de um grupo de jovens locais pelo futebol, num período em que o desporto começava a ganhar popularidade na região.

Desde a sua fundação, a agremiação tem desempenhado um papel importante no desenvolvimento do futebol e na promoção do desporto entre os jovens da comunidade.

Nos primeiros anos de existência, o clube disputava competições regionais e amistosas contra equipas vizinhas. A falta de infraestruturas adequadas foi um dos primeiros desafios enfrentados, mas a dedicação dos seus membros e apoiantes garantiu o crescimento contínuo da coletividade. Na década de 1940, o Sport Clube Senhora da Hora começou a consolidar-se como uma referência do futebol amador no distrito do Porto.

Durante os anos 50 e 60, a equipa participou regularmente nos campeonatos organizados pela Associação de Futebol do Porto. Foi um período de crescimento sustentado, no qual o clube viu um aumento significativo no número de sócios e praticantes. A construção de infraestruturas desportivas tornou-se uma prioridade, ~~onde~~ o que permitiu melhorar as condições de treino e competição.

Nos anos 70, o clube viveu uma fase de maior afirmação no panorama do futebol distrital. Com equipas competitivas e uma estrutura organizacional mais sólida, conseguiu alcançar bons desempenhos nos campeonatos em que participou. Foi também nesta altura que se iniciou um forte investimento na formação de jovens jogadores, um pilar que se mantém até aos dias de hoje.

Os anos 80 trouxeram novos desafios e conquistas. O Sport Clube Senhora da Hora destacou-se por manter uma identidade competitiva e formativa, participou ativamente em torneios regionais e promoveu talentos locais. Alguns atletas formados no clube chegaram a integrar equipas de maior projeção, demonstrando a qualidade do trabalho desenvolvido.

Nos anos 90, o clube viveu um dos seus períodos mais marcantes, consolidando-se como uma referência do futebol distrital. Com equipas de diferentes escalões etários, a aposta na formação tornou-se ainda mais evidente, garantindo um fluxo constante de jovens atletas que representavam a instituição com orgulho. As infraestruturas foram modernizadas e o campo de futebol foi alvo de melhorias significativas.

Em 1996 o Senhora da Hora participou na 1.^a eliminatória da Taça de Portugal competição, refletindo a sua evolução nas divisões distritais da Associação de Futebol do Porto.

Na última década, o clube adaptou-se às novas exigências do futebol moderno. Com a crescente profissionalização do desporto, houve a necessidade de atualizar metodologias de treino, melhorar a gestão desportiva e reforçar parcerias locais.

O investimento nas infraestruturas continuou permitindo que atletas de diferentes idades usufríssem de melhores condições para a prática desportiva.

Em outubro de 2024, o clube comemorou 93 anos de história, reunindo antigos e atuais jogadores, dirigentes, sócios e simpatizantes reafirmando o seu compromisso com o desporto e a comunidade.

Atualmente, o Sport Clube Senhora da Hora compete na 1.^a Divisão Distrital da AF Porto, mantendo uma forte presença no futebol regional. A equipa sénior tem lutado para alcançar patamares mais elevados, enquanto os escalões de formação continuam a ser uma das prioridades da instituição.

O clube dispõe de um complexo desportivo moderno, com um campo de relvado sintético, um ginásio, balneários e uma sede social equipada para apoiar todas as atividades.

A formação continua a ser um dos pilares fundamentais da instituição, com captações abertas para jovens entre os 4 e os 18 anos. O objetivo é garantir que o futebol na Senhora da Hora tenha continuidade e que mais crianças e adolescentes tenham a oportunidade de desenvolver as suas capacidades desportivas.

Com cerca de 1.500 associados, o Sport Clube Senhora da Hora mantém-se como um dos clubes mais emblemáticos da região de Matosinhos. O apoio dos sócios e simpatizantes tem sido essencial para a sua longevidade e sucesso. A dedicação dos dirigentes, treinadores e atletas é o motor que impulsiona a instituição a continuar a crescer e a enfrentar os desafios do futuro.

Ao longo das décadas, o clube enfrentou momentos de dificuldade, mas também celebrou conquistas e progressos. A resiliência e o espírito comunitário têm sido

marcas distintivas da sua trajetória, garantindo que a paixão pelo futebol continue a inspirar novas gerações.

A história do Sport Clube Senhora da Hora é um testemunho de dedicação, superação e paixão pelo futebol. Com quase um século de existência, a instituição continua a desempenhar um papel fundamental na comunidade, proporcionando oportunidades desportivas e fortalecendo os laços sociais através do desporto.

O compromisso com os valores de fair-play, respeito e dedicação garante que o clube seguirá firme e forte no seu percurso, honrando o passado e construindo um futuro promissor.

No que diz respeito às classificações por época, de realçar que na temporada 2007/2008, o Senhora da Hora competiu na 1.ª Divisão da AFP, terminando em 16.º lugar. Na época seguinte, 2008/2009, alcançou uma melhoria significativa, terminando em 3.º lugar na mesma divisão. Estas classificações refletem o desempenho do clube nas competições distritais durante esses anos.

A parceria entre o Sport Clube Senhora da Hora (SCSH) e o Sport Lisboa e Benfica (SLB) tendo sido celebrado em 2019 com duração de 1º ano, foi uma colaboração estratégica que visou fortalecer a formação de jovens jogadores e melhorar as infraestruturas desportivas do SCSH.

O acordo entre ambos os clubes foi formalizado com o objetivo de unir esforços para o desenvolvimento do futebol, principalmente no que diz respeito à formação e ao recrutamento de jovens talentos.

Esta parceria também refletiu a visão de um futebol mais inclusivo e acessível, permitindo que clubes menores se beneficiassem da experiência de um dos maiores clubes de Portugal.

A parceria tinha como principal foco o desenvolvimento de talento jovem, com a transferência de metodologias de treino e a partilha de recursos entre as duas entidades. O SLB, sendo um dos clubes mais renomados em termos de infraestruturas e formação de jogadores, ofereceu ao SCSH a oportunidade de adotar práticas avançadas de treino, proporcionando aos seus jovens atletas um acompanhamento mais profissional e adequado às exigências do futebol moderno.

Entre os benefícios dessa parceria estavam a possibilidade de os jogadores do SCSH receberem observações técnicas do SLB, o que aumentava a chance de alguns deles serem integrados nas camadas jovens do clube da Luz.

Além disso, o SLB também ofereceu ao SCSH a utilização de suas instalações de alta qualidade, o que permitiu aos atletas do SCSH treinar em condições de excelência, aprimorando as suas competências técnicas e físicas.

A parceria foi também um meio de capacitação contínua para os treinadores do SCSH, que passaram a ter acesso ao conhecimento técnico dos treinadores do Benfica, sendo incluídos em programas de formação específicos que elevaram o nível de competência da equipa técnica do SCSH.

Esse intercâmbio de saberes permitiu a troca de boas práticas entre os clubes, fortalecendo o futebol na região e incentivando a formação de uma nova geração de atletas.

Para além da componente de formação, o acordo também teve impacto na visibilidade dos atletas do SCSH, permitindo que jogadores com talento pudessem ser observados por scouts e responsáveis técnicos do Benfica, o que aumentava as suas possibilidades de fazer a transição para clubes de maior expressão no futebol nacional e internacional. Além disso, o Benfica disponibilizou algumas das suas infraestruturas, o que ofereceu aos jovens do SCSH condições superiores de treino e de jogo.

A parceria também abrangeu eventos conjuntos, como torneios e competições, que proporcionaram aos jogadores do SCSH a oportunidade de competir contra equipas de maior nível, o que contribuiu para o seu crescimento pessoal e profissional.

Além disso, esta colaboração foi fundamental para o fortalecimento das relações entre os clubes e para a promoção do desporto na comunidade local, promovendo a prática desportiva e a interação entre clubes de diferentes escalões do futebol português.

Ao longo de 1 ano, a parceria continuou a evoluir, com novos passos sendo dados para consolidar o relacionamento entre o SCSH e o SLB, sempre com o objetivo de aumentar a qualidade da formação e criar novas oportunidades para os jovens jogadores.

Assim, a parceria entre o SCSH e o Benfica se destacou não apenas como uma oportunidade de crescimento para o clube da Senhora da Hora, mas também como um modelo de colaboração entre clubes de diferentes dimensões, com a visão de promover o desenvolvimento do futebol em Portugal.

Olhando para o futuro, o Sport Clube Senhora da Hora pretende continuar a evoluir, apostando na modernização das suas instalações, no reforço da formação de jovens atletas e na competitividade das suas equipas.

O objetivo é manter a tradição de excelência desportiva e continuar a ser um ponto de referência no desporto regional.

I. 2. TV Senhora da Hora

A TV Senhora da Hora (TVSH) é uma estação de televisão local portuguesa, fundada em 1987 na cidade de Matosinhos, na região do Grande Porto. Surgiu com o objetivo de fornecer uma alternativa às grandes cadeias de televisão, focando-se principalmente no conteúdo local e regional, com uma programação voltada para os interesses e necessidades da comunidade do norte de Portugal.

Nos primeiros anos, a TVSH concentrou-se em transmitir notícias locais, programas de entretenimento e variedades, com um foco em assuntos que impactavam diretamente os moradores da região. A sua cobertura inicial era restrita à área metropolitana do Porto, mas com o tempo, a estação foi ampliando seu alcance.

A TVSH tornou-se uma voz importante para a cidade de Senhora da Hora e regiões vizinhas, com uma programação ajustada aos costumes e às características locais.

Durante os anos 90 a TVSH apostou em produções próprias, criando programas de debate, cultura e desporto, o que a tornou uma das principais referências na televisão local do norte do país.

Nesse período, a estação consolidou uma linha editorial que misturava informação e entretenimento, proporcionando ao público uma programação variada e envolvente. A TVSH também passou a fazer transmissões de eventos regionais e culturais, como festas populares locais.

Na viragem do milénio a estação começou a modernizar-se, incorporando novas tecnologias de transmissão e adotando um formato de alta definição, o que aumentou significativamente a sua qualidade de imagem e a atração do público. Além disso, a TVSH diversificou os seus programas para englobar mais géneros, como séries, filmes e documentários, sem perder o foco na cultura e nos temas regionais. Isso ajudou a aumentar a sua base de espectadores e a expandir a sua influência.

Com a popularização da TV por cabo e a expansão de plataformas digitais, a TVSH também começou a ser transmitida em canais a cabo e, mais tarde, investiu na criação de uma presença online, lançando o seu portal e canal nas redes sociais. Esta evolução foi essencial para atrair uma nova geração de telespectadores, que

preferia consumir conteúdo digital e interagir de forma mais imediata com as produções locais.

A estação também passou a firmar parcerias com outras entidades, como associações culturais, empresas e organizações sociais, fortalecendo a sua conexão com a comunidade e incentivando o desenvolvimento cultural e económico da região.

Em programas dedicados ao empreendedorismo, à educação e ao turismo, a TVSH ajudou a promover a cidade de Senhora da Hora e a região do Porto como um todo.

Nos anos 2010, enfrentando os desafios impostos pela concorrência das plataformas de streaming e a mudança nos hábitos de consumo de media, a TVSH manteve a sua identidade local, mas adaptou-se às novas tendências tecnológicas. A estação continuou a investir em produções próprias e numa abordagem inovadora para cativar o público, criando novos formatos de programas interativos e utilizando as redes sociais para aumentar os seus públicos.

Hoje a TVSH é uma das principais emissoras locais da região do Porto, com uma programação diversificada que inclui notícias, entretenimento, cultura, política e desporto. A sua presença digital continua a crescer, alcançando uma audiência cada vez maior, mantendo a sua relevância como um elo importante entre os cidadãos e os eventos da região.

A TVSH segue firme no compromisso de promover e celebrar a cultura local, sendo um pilar de informação e entretenimento para a comunidade do norte de Portugal. A TVSH continua a ser uma referência para a comunidade do norte de Portugal, com uma programação diversificada e uma presença digital crescente.

Ela continua a oferecer conteúdos de qualidade e com uma forte conexão com a realidade e os interesses da região, mantendo-se relevante num mercado de media em constante transformação.

CAPÍTULO II: A LINGUAGEM AUDIOVISUAL NO MUNDO DO FUTEBOL

A linguagem audiovisual no mundo do futebol é uma ferramenta poderosa que transcende fronteiras e culturas, permitindo que milhões de pessoas se conectem com o futebol; desde os primeiros filmes a preto e branco que retratavam as primeiras partidas até às transmissões em alta definição que hoje vemos, a evolução da tecnologia tem impactado profundamente a forma como vivemos e sentimos o futebol.

Os documentários e os filmes sobre o futebol frequentemente exploram não apenas a técnica e a tática, mas também as histórias humanas que se entrelaçam com o jogo. Histórias de superação, rivalidades épicas e a paixão inabalável dos adeptos são capturadas com uma profundidade que emociona e inspira. Esses relatos visuais ajudam a humanizar os jogadores, mostrando que, por trás das camisolas, existem pessoas com sonhos, medos e aspirações.

A publicidade e o marketing também desempenham um papel crucial na linguagem audiovisual do futebol. Anúncios criativos e impactantes conseguem transmitir a emoção do jogo e a ligação que os adeptos têm com os seus clubes.

Campanhas publicitárias que incluem imagens de momentos icónicos, como golos decisivos ou celebrações emotivas, são capazes de criar uma ligação emocional profunda, reforçando a identidade dos clubes e a lealdade dos adeptos.

As redes sociais transformaram a forma como consumimos conteúdo audiovisual no futebol, como por exemplo, os clips curtos de jogadas memoráveis, entrevistas com jogadores e bastidores das equipas são partilhados em plataformas como Instagram, Twitter (atualmente X) e o TikTok.

Esta imediata acessibilidade permite que os adeptos estejam constantemente atualizados e envolvidos, criando assim uma nova forma de interação entre os clubes e os seus adeptos.

As transmissões televisivas dos jogos são, sem dúvida, uma das formas mais significativas de linguagem audiovisual no futebol. As imagens ao vivo, os comentários e as análises pós-jogo moldam a forma como os adeptos percecionam o desporto. As inovações tecnológicas, como a repetição instantânea e as câmaras de 360 graus, proporcionam uma experiência imersiva que aproxima os espetadores da ação, como se estivessem realmente no estádio.

Além disso, a cobertura audiovisual das competições internacionais – na Europa temos a Liga dos Campeões, Liga Europa e Liga Conferência, na América Latina a Libertadores e Sul Americana, entre outras competições, podemos destacar também a nível de seleções os Mundiais, entre outros – oferece-nos uma visão abrangente do contexto cultural e social em que o futebol se insere nos diversos territórios de cada continente.

Os documentários que exploram a história de torneios icónicos, como o Mundial de 1970 no Brasil ou o Euro 2004 em Portugal, revelam o impacto que o futebol teve em diferentes sociedades, unindo assim pessoas em torno de uma paixão comum.

A linguagem audiovisual também é uma ferramenta educativa. Programas que analisam táticas, estratégias de jogo e a evolução das equipas ao longo do tempo são essenciais para a formação de novos adeptos e jogadores.

Através de vídeos educativos, jovens talentos podem aprender sobre posicionamento, técnicas de treino e a importância do trabalho em equipa, contribuindo para a formação de futuras gerações de futebolistas.

Os videojogos de futebol representam outra faceta da linguagem audiovisual no desporto. Esses jogos não apenas entretêm, mas também educam os jogadores sobre as regras do jogo e as dinâmicas das equipas.

Além disso, a popularidade destes jogos demonstra como a cultura do futebol se estende além do campo, influenciando a forma como as novas gerações se relacionam com o desporto.

A narrativa visual no futebol também é evidente nas artes gráficas. Cartazes, ilustrações e fotografias que capturam momentos de grandeza e emoção são frequentemente partilhados nas redes sociais e expostos em galerias. Estas representações artísticas ajudam a perpetuar a memória coletiva dos adeptos, criando um legado visual que honra a história do futebol.

O impacto da linguagem audiovisual no futebol é inegável. Ela molda a forma como percebemos o jogo, como nos relacionamos com os jogadores e como vivemos as emoções que o futebol nos proporciona.

Com a evolução contínua da tecnologia, é provável que a linguagem audiovisual do futebol continue a adaptar-se e a expandir-se, proporcionando novas formas de conexão e envolvimento para os adeptos de todo o mundo.

O futebol é mais do que um jogo; é uma linguagem universal que, através das imagens, das histórias e das emoções, une pessoas de diferentes origens e culturas.

II. 1. A Importância da Linguagem Audiovisual nas Transmissões de Futebol

A importância da linguagem Audiovisual nas Transmissões de Futebol desempenha um papel fundamental nas transmissões desportivas, onde a combinação de som e imagem é crucial para a criação de uma experiência imersiva para o espectador.

No contexto das transmissões de futebol, a linguagem audiovisual não se limita apenas à captação das ações em campo, mas também envolve um conjunto complexo de elementos que trabalham em conjunto para contar a história do jogo.

As câmaras utilizadas durante as transmissões capturam não apenas a ação dos jogadores, mas também a atmosfera do estádio, as reações dos adeptos e a emoção dos treinadores, em diferentes ângulos e planos (close-ups, panorâmicas, etc.), escolhidos para enfatizar momentos chave, como um golo ou uma grande defesa.

O som ambiente do estádio, por exemplo, os gritos dos adeptos, o som da bola a ser rematada e os comentários dos comentadores, o que contribui para a atmosfera do jogo. A qualidade e a escolha dos sons podem intensificar a emoção do espectador, envolvendo-o ainda mais na narrativa.

Os comentaristas desempenham um papel essencial na interpretação da ação. A sua linguagem, tom de voz e estilo de narração adicionam uma camada de significado ao que está a acontecer no campo.

Eles ajudam a contextualizar os eventos e a apresentar estatísticas relevantes, criando uma narrativa que enriquece a experiência do espectador.

A utilização de gráficos, estatísticas e animações durante as transmissões permite que o público compreenda melhor a dinâmica do jogo, as informações sobre posse de bola, passes completados e desempenho dos jogadores são frequentemente apresentadas de forma visual, facilitando assim a assimilação de dados.

A forma como o material audiovisual é editado e apresentado influencia a perceção do jogo, os cortes rápidos e transições bem pensadas podem aumentar a tensão em momentos críticos, enquanto um ritmo mais calmo e, em particular, o ralenti, pode ser usado para destacar a beleza de uma jogada ou a estratégia de uma equipa.

Além do jogo em si, as transmissões frequentemente incluem histórias paralelas, como a trajetória de um jogador, rivalidades históricas ou a importância de um jogo

específico na temporada, essas narrativas ajudam a criar uma conexão emocional entre o espectador e os protagonistas do jogo.

Com o avanço da tecnologia, as transmissões de futebol têm integrado elementos interativos, onde permite que os espectadores participem da experiência de forma mais ativa.

Isso pode incluir votações em tempo real, comentários nas redes sociais ou até mesmo visualizações em diferentes ângulos através de plataformas digitais.

A linguagem audiovisual nas transmissões de futebol é um componente vital que vai além da simples exibição do jogo. Ela molda a forma como os espectadores percebem e se conectam com o desporto, transformando uma simples partida num evento repleto de emoção e significado.

II. 2. A evolução da tecnologia no futebol e o seu impacto na experiência do espectador

Pierre Bourdieu, no seu livro *Sobre a Televisão. Seguido de A Influência do Jornalismo e os Jogos Olímpicos* (1996), defende que o meio televisivo tem como missão proporcionar uma experiência sensorial e emocional, na qual a atenção do espectador é captada através da conjugação de competências técnicas e humanas.

A evolução da tecnologia ao longo dos anos teve um impacto significativo na forma como o futebol é transmitido e consumido pelo público. As transformações nos métodos de transmissão e na tecnologia audiovisual mudaram a maneira como os adeptos experienciam o jogo, tornando-o mais acessível e envolvente.

As primeiras transmissões de futebol foram realizadas via rádio, onde os locutores descreviam a ação em campo; com a introdução da televisão, a experiência do espectador passou a incluir o componente visual, revolucionando assim a forma como os adeptos acompanham os jogos.

A evolução da tecnologia de captação e transmissão permitiu que as imagens se tornassem mais nítidas e detalhadas, a introdução de câmaras de alta definição e a utilização de drones para capturas aéreas melhoraram significativamente a qualidade das transmissões.

O formato das transmissões ao vivo tornou-se o padrão, permitindo que os espectadores acompanhem os jogos em tempo real, independentemente da sua

localização, o que aumentou a popularidade do futebol, tornando-o um fenômeno global.

A ascensão das redes sociais transformou a forma como os fãs interagem com o futebol, os espectadores agora podem comentar, compartilhar e debater sobre os jogos em plataformas como Twitter e Instagram, criando assim uma comunidade em torno das transmissões.

A popularização dos serviços de streaming revolucionou o acesso ao futebol, plataformas como a DAZN, ESPN+, Sport TV, Sky Sports, TNT Sports, assim como os jogos onde a transmissão é feita em canal aberto onde possibilita os canais nacionais (privados ou também público) transmitirem certos jogos, e também os canais televisivos de cada clube (Sporting TV, BTV) oferecem a possibilidade de assistir a jogos em qualquer dispositivo, em qualquer lugar, alterando assim a dinâmica de consumo do desporto.

A implementação de tecnologias de realidade aumentada (AR) e realidade virtual (VR) está a começar a moldar o futuro das transmissões desportivas, estas tecnologias prometem proporcionar experiências imersivas, permitindo que os espectadores sintam como se estivessem dentro do estádio.

A utilização de dados e análises em tempo real durante as transmissões permite que os espectadores compreendam melhor o desempenho das equipas e jogadores, os gráficos em tempo real e estatísticas instantâneas tornam a experiência mais informativa e envolvente.

Por outro lado, as plataformas de streaming também estão a permitir que os espectadores personalizem a sua experiência, escolhendo ângulos de câmara específicos, comentadores e até mesmo a linguagem da transmissão, isso aumenta a satisfação do espectador e a sua conexão com o evento.

As transmissões de futebol tornaram-se um grande negócio, atraindo anunciantes e patrocinadores, a qualidade da produção audiovisual e a experiência do espectador são agora fundamentais para o sucesso financeiro das ligas e clubes.

À medida que a tecnologia continua a evoluir, é provável que as transmissões de futebol se tornem ainda mais interativas e imersivas, a integração de inteligência artificial pode trazer novas formas de análise e envolvimento, levando a experiência do espectador a um novo nível.

O futuro também deverá considerar a acessibilidade, garantindo que todos os fãs, independentemente das suas capacidades, possam desfrutar das transmissões. Isso pode incluir legendas, narrações descritivas e opções de linguagem.

A evolução da transmissão audiovisual no futebol não só melhorou a forma como os jogos são apresentados, mas também transformou a experiência do espectador, ao integrar tecnologia, interatividade e acessibilidade, o futebol tornou-se mais do que um desporto; tornou-se uma experiência global e inclusiva que continua a evoluir.

II. 3. A linguagem televisiva no futebol como produtora de sentidos

A transmissão televisiva do futebol vai muito além da simples reprodução de um evento desportivo, ela atua como uma produtora ativa de sentidos, organizando os elementos visuais, sonoros e discursivos para construir uma narrativa que transcende o jogo em si.

A linguagem audiovisual utilizada – composta por câmaras, planos, enquadramentos, replays, trilhas sonoras e narrações – funciona como um aparato semiótico que direciona o olhar do espectador, destacando certos elementos em detrimento de outros.

Por exemplo, os close-ups em jogadores emocionalmente afetados, as reações do técnico na beira do campo ou da claque nas bancadas não apenas informam, mas dramatizam o evento, inserindo o espectador num enredo emocional.

A escolha do que mostrar, quando e como mostrar revela um processo intencional de construção de significado, que transforma o jogo em espetáculo.

Essa produção de sentidos atua dentro de uma lógica cultural e social específica. A televisão utiliza signos que são compreensíveis ao público, como metáforas de guerra (“batalha no meio-campo”), expressões de heroísmo (“o craque decide”) ou de traição (“falhou com o grupo”), para que a audiência se envolva emocionalmente com a narrativa.

Dessa forma, o futebol televisivo não apenas representa a realidade do campo, mas reinterpreta-a, criando um discurso próprio, recheado de valores simbólicos.

Os comentadores também têm um papel central: são os intérpretes autorizados do espetáculo, muitas vezes moldando a percepção que o público terá sobre os fatos.

O ato de narrar não é neutro: é carregado de entonações, julgamentos, ironias e exaltações. Assim, o futebol na TV é um texto multimodal que articula imagem, som e palavra para seduzir, entreter e persuadir.

II. 4. O papel do comentador como mediador semiótico no espetáculo futebolístico

No contexto do futebol televisivo, o comentador assume a função de um verdadeiro mediador semiótico, sendo responsável por organizar e traduzir os signos visuais e sonoros para o público, a narração não é apenas um elemento complementar, mas constitutiva da própria experiência televisiva do futebol.

O comentador não apenas descreve o que acontece no campo; ele interpreta, enfatiza, questiona e, por vezes, dramatiza os acontecimentos. A sua fala conduz emocionalmente o telespetador, funcionando como um guia que atribui sentidos aos eventos do jogo.

O uso de recursos retóricos, como hipérboles, metáforas e repetições, intensifica o envolvimento do público, que passa a viver o jogo de forma emocional e simbólica; além disso, o comentador estabelece um elo entre o espectador e o evento, criando uma sensação de pertencimento e participação.

Ao usar a primeira pessoa do plural (“nós estamos a pressionar”, “vamos virar esse jogo”), ele inclui o público na narrativa, como se este fizesse parte da equipa em campo.

Essa construção discursiva gera identificação e reforça a dimensão coletiva do futebol como fenómeno cultural. O narrador também organiza o tempo do espetáculo, marcando os momentos de tensão, clímax e resolução, como se estivesse a contar uma história.

Os replays, por sua vez, funcionam como reforço semiótico dessa mediação: ao repetir uma jogada com novos enquadramentos e comentários adicionais, reforça-se a sua importância dentro da narrativa.

Assim, o comentador no futebol televisivo atua como um produtor de sentido, estabelecendo pontes entre a imagem e o telespetador, o seu papel é tão importante quanto o das imagens captadas pelas câmaras, pois a sua fala enquadra o olhar, direciona emoções e legitima interpretações, ele é, portanto, um dos principais agentes na transformação do futebol em espetáculo mediático.

CAPÍTULO III: A EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO

III. 1. Objetivos, nº de horas, horário, acompanhamento do orientador no local

O estágio teve como principal finalidade proporcionar-me uma experiência prática enriquecedora, que me permitiu a consolidação dos conhecimentos teóricos adquiridos ao longo do curso, bem como o desenvolvimento de competências técnicas e profissionais essenciais para atuar na área do desporto e meios audiovisuais.

Desde o início, o objetivo foi criar uma ponte sólida entre a teoria académica e a prática do mercado de trabalho, de modo a preparar-me para os desafios reais que enfrentarei na minha futura carreira.

Durante o período de estágio, tive a oportunidade de mergulhar profundamente no universo da produção audiovisual desportiva, onde explorei as diversas vertentes que envolvem desde a captação de imagens e sons até a edição e transmissão ao vivo de eventos esportivos.

Esta experiência permitiu-me compreender a complexidade e a coordenação necessárias para realizar uma cobertura mediática de alta qualidade, além de fortalecer minha capacidade de trabalhar sob pressão, numa rotina dinâmica e extremamente exigente.

A integração dos domínios do desporto com os meios audiovisuais revelou-se uma etapa fundamental na minha formação. Pude aprender como as estratégias de cobertura, a produção de conteúdos para redes sociais, e a transmissão de eventos esportivos se complementam para criar uma experiência envolvente e informativa ao público.

Através da participação em projetos reais, adquiri conhecimentos práticos sobre as diferentes fases da produção, desde o planeamento inicial até a execução final, incluindo aspetos técnicos, logísticos e criativos.

Outro aspeto importante do estágio foi o desenvolvimento das minhas competências técnicas. Aprimorei minhas habilidades na captação de imagem e som, operei câmaras profissionais em diferentes condições de iluminação e movimento, além de aprender a utilizar equipamentos de áudio para garantir uma captação clara e de alta qualidade.

A edição de vídeos também foi uma área que explorei com afinco, utilizando softwares específicos para montar conteúdos dinâmicos, atraentes e compatíveis com as plataformas digitais mais populares, como Instagram, YouTube e Facebook. Além disso, pude praticar a operação de câmaras em transmissões ao vivo, o que exigiu uma atenção constante, coordenação com a equipe e tomada de decisões rápidas para garantir a continuidade e a qualidade do evento transmitido.

A produção de conteúdos para redes sociais e plataformas digitais constituiu uma vertente importante do meu estágio. Compreendi a importância de criar materiais que atraíssem o público, promovendo engajamento e interação.

Para isso, participei da elaboração de estratégias de comunicação, adaptação de conteúdos ao formato e às especificidades de cada rede social, além de acompanhar métricas de desempenho para avaliar a eficácia das publicações.

Essa experiência me permitiu entender a importância do marketing digital aliado à cobertura esportiva, bem como a necessidade de manter uma linguagem acessível e atrativa ao público-alvo.

Outro objetivo fundamental do estágio foi adquirir conhecimentos sobre o planejamento e a logística de transmissões ao vivo. Trabalhar na organização de eventos esportivos ao vivo exige uma preparação minuciosa, incluindo a coordenação de equipes, definição de roteiros, teste de equipamentos, análise de cenários e antecipação de possíveis imprevistos.

Pude acompanhar de perto a montagem do cenário, a instalação de câmaras, a configuração de sistemas de transmissão e o monitoramento contínuo durante a transmissão para garantir que tudo ocorresse sem problemas técnicos ou operacionais.

Além dos aspectos técnicos e operacionais, o estágio também proporcionou-me uma visão prática do funcionamento dos bastidores dos jogos de futebol, incluindo a organização, comunicação, cobertura e análise audiovisual. Tive a oportunidade de observar como as equipes de produção trabalham em sintonia para garantir uma cobertura completa e de alta qualidade, além de aprender sobre o papel de cada profissional envolvido, desde o diretor de transmissão até o técnico de som, operadores de câmara, produtores e assistentes.

Essa visão aprofundada do funcionamento interno de uma equipe de produção esportiva foi fundamental para compreender a importância do trabalho colaborativo e da comunicação eficaz em um ambiente de alta pressão.

Paralelamente, o estágio contribuiu para o meu desenvolvimento de competências interpessoais e profissionais. Trabalhar em equipe, muitas vezes sob prazos apertados, exigiu de mim uma postura proativa, organização e capacidade de comunicação clara.

Aprendi a gerir meu tempo de forma eficiente, equilibrando tarefas múltiplas e priorizando atividades para cumprir os prazos estabelecidos. A tomada de decisões rápidas, especialmente durante transmissões ao vivo, foi uma habilidade que desenvolvi consideravelmente, aprendendo a manter a calma e a agir com segurança diante de imprevistos ou mudanças de última hora.

A capacidade de adaptação também foi uma competência essencial durante o estágio. Cada evento apresentava as suas particularidades, exigindo que eu me ajustasse às condições do momento, às equipes envolvidas e às demandas específicas do projeto.

Essa flexibilidade foi fundamental para garantir a qualidade do trabalho realizado, além de fortalecer minha resiliência e minha capacidade de lidar com situações de alta pressão.

O contato direto com profissionais experientes do setor foi uma oportunidade valiosa de aprendizagem. Observei e participei de práticas consolidadas na televisão e na cobertura esportiva, o que me permitiu compreender os padrões de qualidade, ética profissional e as tendências atuais do mercado. Essa interação também favoreceu a construção de uma rede de contatos, que poderá ser útil na minha futura carreira.

Durante este o estágio, assumi tarefas que exigiam iniciativa e responsabilidade, como auxiliar na montagem de equipamentos, colaborar na preparação de roteiros, participar na organização do cronograma de transmissões e contribuir na elaboração de conteúdos para redes sociais. Essas atividades me ajudaram a desenvolver uma postura mais autônoma e confiante, além de fortalecer meu senso de compromisso e profissionalismo.

A carga horária total do estágio foram de 400 horas, cumpridas de forma contínua, distribuídas ao longo de várias semanas. O período de realização foi de 6 de novembro de 2024 até 17 de fevereiro de 2025, conforme estabelecido no plano de estágio aprovado por todas as partes envolvidas, sendo incluída a Escola Superior Artística do Porto (ESAP), a empresa parceira e eu como estagiário.

Essa duração foi cuidadosamente planejada para garantir que eu tivesse tempo suficiente para me integrar nas rotinas de trabalho, participar de diferentes projetos e aprofundar minhas competências técnicas e profissionais.

O regime de realização do estágio foi, na maior parte do tempo, presencial, com uma carga semanal distribuída de segunda a sexta-feira, das 14h30 às 20h00. Essa rotina permitiu uma imersão completa no ambiente de trabalho, possibilitando uma aprendizagem mais efetiva e uma relação próxima com a equipe de produção.

No entanto, devido à natureza dinâmica do setor audiovisual desportivo, houve a necessidade de adaptações no horário, especialmente durante finais de semana em que ocorreram jogos em casa. Nessas ocasiões, o horário de trabalho foi ajustado para às 15h00, garantindo a cobertura completa dos eventos ao vivo e a realização de todas as tarefas necessárias para uma transmissão de qualidade.

A realização prática durante o estágio envolveu também a participação em discussões de planejamento de ideias diferentes, onde discutíamos as estratégias de cobertura, o cronograma de transmissões, as necessidades técnicas e as demandas específicas de cada evento.

Essas trocas de ideias foram essenciais para entender o fluxo de trabalho, a coordenação entre as diferentes equipes e a importância do alinhamento de expectativas para o sucesso do projeto.

Durante o estágio, também tive a oportunidade de realizar análises de transmissões anteriores, onde por sua vez identifiquei pontos fortes e aspetos que poderiam ser aprimorados.

Essa atividade contribuiu para o meu entendimento crítico sobre o que faz uma cobertura esportiva eficiente e envolvente, além de me ajudar a desenvolver uma postura reflexiva e propositiva.

Ao longo de todo o período, busquei aproveitar ao máximo cada oportunidade de aprendizagem, solicitando feedbacks constantes dos profissionais mais experientes e refletindo sobre as minhas próprias ações e resultados. Essa postura proativa foi fundamental para acelerar o meu crescimento profissional e para consolidar os conhecimentos adquiridos durante o estágio.

Em suma, o estágio foi uma experiência extremamente enriquecedora, que ampliou a minha visão sobre o setor do desporto e dos meios audiovisuais, além de proporcionar uma formação prática sólida e diversificada.

A convivência diária com os profissionais experientes, a participação em projetos reais e a resolução de desafios cotidianos contribuíram para a minha formação integral, preparando-me para ingressar de forma mais segura e competente no mercado de trabalho.

Por fim, considero que esta experiência foi um marco importante na minha trajetória académica e profissional, tendo reforçado o meu compromisso com a área do desporto e dos meios audiovisuais, e despertando ainda mais o meu interesse em aprofundar os meus conhecimentos e habilidades nesta área em constante evolução. Estou confiante de que tudo o que aprendi durante o estágio será fundamental para o meu desenvolvimento futuro, permitindo-me atuar de forma ética, competente e inovadora na cobertura e na produção de eventos desportivos.

III. 2. Trabalho realizado

III. 2. 1. Vídeo

Uma das minhas tarefas principais consistiu na gravação e edição de entrevistas dos jogadores, reportagem videográfica dos jogos, reportagem fora do contexto do clube como por exemplo ao vereador de desporto de Matosinhos na Câmara de Matosinhos, assegurando a captação dos momentos mais relevantes com qualidade e enquadramento adequados.

A edição foi feita maioritariamente no Adobe Premiere Pro, onde organizei o material filmado, adicionei grafismos, transições suaves, logótipos do clube, de forma a manter uma linha visual coerente e apelativa.

Também produzi entrevistas com alguns atletas e dirigentes, estas entrevistas foram essenciais para aproximar os adeptos da realidade do clube e para dar voz aos protagonistas do desporto, fiz a captação de som com microfones externos e, em pós-produção, tratei o áudio para garantir clareza e equilíbrio sonoro.

Criei ainda vídeos para a promoção de eventos internos; estes conteúdos foram pensados para dinamizar a comunicação nas redes sociais e envolver mais a comunidade, onde desenvolvi o conceito visual, filmei, editei e exportei os vídeos em formatos otimizados para Instagram, Facebook e YouTube.

Além da parte prática, colaborei na organização de conteúdos audiovisuais no WordPress do clube, selecionando os melhores momentos para publicação e garantindo a atualização regular da galeria multimédia.

Durante o estágio, aprimorei as minhas competências em storytelling visual, enquadramento, ritmo de edição, uso de música e gestão de ficheiros. A experiência permitiu-me trabalhar em equipa, cumprir prazos apertados e adaptar-me a diferentes contextos de gravação, desde interiores controlados até ambientes desportivos dinâmicos.

Os trabalhos de vídeo realizados foram uma parte essencial do meu crescimento profissional, permitindo-me aplicar os conhecimentos adquiridos na área da comunicação e produção audiovisual, ao mesmo tempo que contribuí para o fortalecimento da imagem institucional do clube.

III. 2. 2. Fotografia

Durante o meu estágio no Sport Clube Senhora da Hora desenvolvi diversos trabalhos fotográficos com objetivos distintos, que abrangeram desde a comunicação institucional à promoção de eventos e da identidade visual do clube.

A fotografia teve um papel central no meu percurso, sendo uma ferramenta essencial para transmitir a realidade do clube, envolver a comunidade e valorizar a sua imagem.

Uma das principais áreas em que trabalhei foi a produção de conteúdos fotográficos para cartazes e publicações promocionais. Tive a oportunidade de idealizar conceitos visuais para cartazes de jogos, eventos e campanhas internas. Desde o início do processo criativo, pensei em como as imagens podiam comunicar dinamismo, competitividade e identidade, criando composições que destacassem os jogadores, as cores do clube e elementos do espaço envolvente.

Além dos retratos para cartazes, desenvolvi um trabalho contínuo de documentação fotográfica dos espaços do clube. Registei zonas como o campo principal, bancadas, balneários, alguns troféus, áreas administrativas e corredores institucionais. Estas imagens serviram para mostrar a estrutura física do clube, sendo utilizadas no site oficial e nas redes sociais.

Fotografei ainda detalhes do campo e das instalações, como texturas do relvado, redes das balizas, emblemas nas paredes, equipamentos desportivos e símbolos

históricos espalhados pelo clube. Este tipo de fotografia mais artística e sensível procurou captar a alma do espaço, destacando elementos que normalmente passam despercebidos, mas que têm grande valor emocional e simbólico para os atletas, treinadores e adeptos.

Outro trabalho relevante foi a cobertura de atividades quotidianas dos jogadores dentro do espaço do clube: desde o aquecimento antes do treino, à conversa no balneário, passando pelo convívio nas zonas comuns. Estas imagens ajudaram a humanizar a comunicação do clube, aproximando o público da rotina dos seus atletas.

Todas as fotografias foram editadas em Adobe Photoshop, com atenção ao equilíbrio de cor, contraste, nitidez e correção de pequenas imperfeições. Tive o cuidado de manter a coerência estética entre diferentes conjuntos de imagens, especialmente quando se destinavam a materiais promocionais.

Participei também na criação de templates gráficos para cartazes, combinando fotografia com design, texto e logótipos. A articulação entre imagem e grafismo foi um dos pontos que mais trabalhei, procurando sempre soluções visualmente apelativas e eficazes em termos de comunicação.

Esta experiência permitiu-me aplicar e aprofundar conhecimentos técnicos de fotografia, direção criativa, edição de imagem e comunicação visual. Para além disso, deu-me a oportunidade de colaborar diretamente com o departamento de comunicação do clube, integrando-me numa equipa dinâmica, onde pude aprender a trabalhar com objetivos claros e prazos definidos.

No final do estágio, deixei um conjunto organizado de imagens e cartazes prontos a ser utilizados em futuras campanhas, contribuindo de forma concreta para o arquivo visual e a identidade gráfica do Sport Clube Senhora da Hora. Este trabalho fotográfico foi, sem dúvida, uma das áreas mais enriquecedoras e desafiantes da minha experiência.

III. 2. 3. Produção

A minha experiência na área de produção foi, sem dúvida, um dos pilares centrais do meu percurso profissional, onde tive uma oportunidade única de colocar em

prática um conjunto diversificado de competências técnicas e criativas, sempre com uma atenção rigorosa aos detalhes e ao trabalho em equipa.

Este período de estágio ou trabalho prático proporcionou-me uma visão abrangente do funcionamento de uma estrutura desportiva e do papel estratégico que a produção desempenha na comunicação, na visibilidade e na promoção da instituição, bem como no envolvimento da comunidade e dos adeptos.

Ao longo deste percurso, envolvi-me em diversas fases de produção, desde a conceção inicial até à execução final, adquirindo uma compreensão aprofundada das várias etapas que garantem o sucesso de cada projeto.

Uma das principais responsabilidades que assumi foi a produção de conteúdos audiovisuais, uma tarefa que exigiu uma articulação estreita com as equipas de vídeo e fotografia do clube.

Este trabalho envolveu desde a fase de preparação logística das gravações até à pós-produção, onde passei também pela execução propriamente dita no terreno. Cada detalhe, desde a escolha dos locais de gravação até à coordenação com os atletas e treinadores, foi fundamental para assegurar que os conteúdos refletissem a essência do clube e transmitissem uma mensagem clara e envolvente.

A preparação logística incluiu a análise do espaço, a verificação de condições de iluminação, a organização de equipamentos de gravação e a definição de cronogramas detalhados, de modo a otimizar o tempo disponível e evitar contratempos durante as sessões de filmagem.

A articulação com as outras pessoas do clube, sendo estes o presidente, outros estagiários foi um elemento que requereu muita comunicação e flexibilidade. Participar na definição do estudo visual, ajustar planos conforme o andamento dos eventos e garantir que todas as cenas necessárias fossem captadas com qualidade foram tarefas essenciais.

Além disso, estive presente na montagem do equipamento, na realização de testes de som e luz, na orientação dos atletas e treinadores durante as gravações e no acompanhamento do processo de edição.

Este envolvimento em todas as etapas permitiu-me compreender a importância de uma produção bem coordenada, onde cada elemento contribui para o resultado final de alta qualidade, a atenção ao detalhe, a capacidade de improvisação e a organização foram competências que desenvolvi significativamente neste contexto.

Outro aspeto importante do meu estagio foi a produção de materiais gráficos promocionais, como cartazes, flyers, banners e outros elementos visuais utilizados em eventos internos e externos do clube.

Este trabalho não se limitou à criação visual, mas também envolveu a recolha de informações essenciais, como datas de jogos, horários, adversários e locais. Para garantir que estes materiais fossem precisos e atualizados, trabalhei em estreita colaboração com os departamentos responsáveis, como o departamento de comunicação, marketing e eventos, onde assegurei que todas as informações fossem corretas antes da publicação.

A definição dos formatos adequados para cada plataforma, a adaptação do conteúdo visual às especificidades de cada canal e a resposta rápida às solicitações emergentes foram desafios constantes. Este processo exigiu uma organização metódica, uma comunicação clara e uma capacidade de responder com agilidade às mudanças de última hora, características essenciais no ambiente dinâmico do desporto.

No que diz respeito à cobertura de entrevistas e gravações em dias de jogo e treino, desempenhei um papel ativo na preparação técnica e logística. Desde a montagem do espaço de entrevista até à colocação de microfones e à verificação de condições de iluminação e som, meu objetivo foi garantir que as gravações fossem realizadas sem problemas técnicos.

A gestão do ruído de fundo, a sincronização dos equipamentos e o controlo do tempo de gravação foram tarefas que exigiram atenção constante e preparação antecipada.

Além disso, tive a oportunidade de acompanhar os atletas e treinadores durante as entrevistas, tendo contribuído para criar um ambiente confortável que permitisse captar declarações espontâneas e autênticas, essenciais para a narrativa que o clube pretendia transmitir aos seus públicos.

Este trabalho permitiu-me compreender a importância do detalhe técnico na produção audiovisual e a necessidade de manter uma postura calma e eficiente, mesmo sob pressão.

Na área da produção de eventos, colaborei em diversas ações organizadas pelo clube, incluindo dias de jogo, eventos festivos, sessões de apresentação de jogadores, ações de responsabilidade social e iniciativas com a comunidade. Cada evento representou uma oportunidade de aplicar as minhas competências de organização, planeamento e resolução de problemas.

Desde a preparação do espaço, montagem de sinalética, coordenação com fornecedores, acompanhamento de convidados e gestão de horários até à comunicação entre as várias equipas envolvidas, cada detalhe foi fundamental para o sucesso do evento.

Trabalhar em eventos ao vivo trouxe também a necessidade de antecipar possíveis imprevistos, pensar em soluções rápidas e manter a calma sob pressão. A experiência de lidar com diferentes públicos, de organizar recursos e de assegurar que todas as etapas decorressem de acordo com o planeado foi extremamente enriquecedora e contribuiu para o desenvolvimento de uma visão mais ampla sobre a gestão de eventos.

Outra vertente importante do meu trabalho centrou-se na gestão de conteúdos para plataformas digitais. Este aspeto revelou-se especialmente relevante, dado o papel crescente das redes sociais e do website do clube na comunicação com os adeptos e a comunidade.

Particpei na elaboração de tempos estipulados para as publicações, assegurando uma presença constante e relevante em diferentes canais digitais. Organizei materiais visuais, como fotos e vídeos, de modo a facilitar a sua utilização posterior nas publicações.

Além disso, adaptava conteúdos para diferentes formatos, como stories, posts, vídeos para YouTube ou reels, garantindo que cada conteúdo fosse otimizado para a plataforma em questão.

A publicação desses conteúdos foi realizada através de plataformas como WordPress, Facebook, Instagram, Twitter e outras, o que exigiu conhecimentos específicos de cada ferramenta, bem como uma atenção ao detalhe para evitar erros ou falhas de publicação.

Este processo de gestão de conteúdos também envolveu a monitorização do desempenho das publicações, a análise de métricas e o ajustamento das estratégias de comunicação conforme os resultados obtidos.

Assim, aprendi a importância de planejar com antecedência, de conhecer o público-alvo de cada plataforma e de criar conteúdos que fossem atrativos, relevantes e alinhados com a identidade do clube.

A adaptação rápida a tendências digitais e a capacidade de responder às interações dos seguidores foram competências que desenvolvi ao longo desta experiência, reforçando a importância de uma comunicação digital bem estruturada e consistente.

Outro aspeto que valorizei bastante foi a documentação e o arquivo de todos os conteúdos produzidos durante o estágio, organizei pastas, nomeei ficheiros de forma clara e padronizada, mantive um sistema de arquivamento eficiente que permitiu-me garantir que todo o material estivesse acessível para futuras utilizações, seja para campanhas futuras, análises ou atualizações de conteúdo. Essa rotina de organização revelou-se fundamental para manter a eficiência e a segurança do trabalho realizado, evitando perdas de informação e facilitando o acesso rápido aos ficheiros necessários.

Ao longo de toda esta experiência, trabalhei sempre em articulação estreita com os outros funcionários do clube e com os restantes colegas do clube. Esta colaboração permitiu-me perceber a importância do trabalho em equipa, da comunicação clara e do alinhamento de objetivos. Aprendi a lidar com diferentes ritmos de trabalho, a respeitar prazos apertados e a adaptar a minha forma de atuar às necessidades do momento.

A convivência com os profissionais experientes também foi uma oportunidade de aprendizagem contínua, onde pude adquirir novos conhecimentos, receber feedback construtivo e desenvolver uma postura proativa.

Esta vasta gama de experiências proporcionou-me uma compreensão mais aprofundada do papel fundamental da produção no sucesso de qualquer projeto de comunicação. Percebi que a criatividade deve estar sempre aliada à organização, que a eficiência na execução depende do planeamento detalhado e que o trabalho em equipa é essencial para alcançar resultados de qualidade.

Além disso, aprendi a equilibrar diferentes tarefas, a gerir o tempo de forma eficaz e a manter uma postura flexível diante de desafios inesperados, características essenciais no ambiente dinâmico e competitivo do desporto.

Por fim, esta experiência permitiu-me perceber a importância de uma abordagem integrada à produção, onde cada elemento, desde a logística até à criatividade, contribui para uma narrativa coesa e envolvente.

A capacidade de pensar estrategicamente, de planejar com antecedência e de responder rapidamente às mudanças foi fundamental para garantir que os conteúdos produzidos fossem não apenas de alta qualidade, mas também alinhados com os objetivos do clube.

Sentir que contribui para a divulgação do clube, para o envolvimento dos adeptos e para a promoção de valores através da produção audiovisual e gráfica foi uma motivação constante que me impulsionou a aperfeiçoar as minhas competências e a aprofundar o meu entendimento nesta área.

Em suma, esta experiência foi uma etapa crucial no meu percurso, proporcionando-me conhecimentos práticos, competências técnicas e uma visão mais crítica e estratégica sobre a produção de conteúdos no contexto desportivo. Estou confiante de que as habilidades adquiridas, aliadas à minha paixão pela comunicação e pelo desporto, irão servir como base sólida para os desafios futuros que venha a enfrentar nesta área.

A produção, enquanto pilar de qualquer estratégia de comunicação eficaz, revelou-se uma ferramenta poderosa para transmitir mensagens, envolver públicos e fortalecer a imagem de uma instituição, e sinto-me privilegiado por ter tido a oportunidade de aprender e contribuir neste campo tão dinâmico e estimulante.

III. 2. 4. Redes sociais

Durante o meu estágio no Sport Clube Senhora da Hora, tive uma participação ativa na gestão das redes sociais do clube e da TV Senhora, contribuindo para a sua presença digital de forma planeada, criativa e coerente com a identidade da instituição. Este trabalho permitiu-me aplicar e desenvolver competências na área da comunicação digital, com foco em estratégias de conteúdo, interação com o público e valorização da marca do clube.

Uma das minhas principais funções foi o planeamento de conteúdos semanais, com base nos calendários desportivos, eventos internos e datas relevantes. Colaborei na organização de publicações, alinhando fotografias, vídeos, textos e cartazes previamente produzidos, garantindo uma linha de comunicação visual e textual consistente.

Desenvolvi legendas apelativas e informativas para as publicações, adaptando a linguagem ao público do clube — composto por atletas, famílias, adeptos e parceiros locais. Usei uma linguagem simples, direta e próxima, com recurso a emojis e hashtags estratégicas para aumentar o alcance orgânico das publicações.

Estive responsável por agendar publicações em plataformas como Instagram e Facebook, utilizando ferramentas de gestão e publicação. Desta forma, consegui manter uma regularidade nas postagens e garantir que os conteúdos saíam nos horários mais eficazes, com base nas estatísticas de maior interação.

Além da programação de conteúdos, fiz também o acompanhamento em tempo real de jogos e eventos, publicando resultados, destaques, vídeos de golos, e fotografias minutos após os acontecimentos. Esta presença ativa durante os eventos contribuiu

para aumentar o envolvimento dos seguidores e reforçar o sentimento de proximidade com o clube

Participei ainda na resposta a mensagens diretas e comentários nas redes sociais, esclarecendo dúvidas, agradecendo o apoio dos adeptos e encaminhando questões mais específicas para os departamentos competentes. Este contacto direto com o público foi importante para humanizar a comunicação e manter uma relação ativa com a comunidade.

Outro trabalho relevante foi a análise de métricas e desempenho das publicações. Acompanhei estatísticas como alcance, interações, número de seguidores e envolvimento por tipo de conteúdo. Com base nesses dados, ajustei a estratégia semanal, apostando nos formatos que geravam mais impacto, como vídeos curtos, carrosséis de imagens e stories com interação.

Contribuí também para o crescimento e reforço da identidade visual do clube nas redes, através da padronização dos elementos gráficos usados nas publicações, como molduras, cores, tipografias e logótipos. Este cuidado ajudou a criar uma imagem profissional, reconhecível e alinhada com os valores do Sport Clube Senhora da Hora.

Além disso, acompanhei tendências e boas práticas de comunicação desportiva nas redes sociais, propondo novos formatos e ideias criativas, como desafios para atletas, enquetes com os seguidores, publicações,

Através desta experiência, desenvolvi uma visão mais estratégica e prática da gestão de redes sociais, não apenas como um canal de divulgação, mas como uma ferramenta de proximidade, dinamização e construção de comunidade. Aprendi a equilibrar planeamento com espontaneidade, e a trabalhar de forma ágil num contexto real e em constante movimento.

III. 2. 5. Televisão, Comunicação

Um dos primeiros passos do meu estágio foi compreender a relevância de uma pesquisa contínua e sistemática de notícias relacionadas ao clube, à cidade e ao desporto em geral. Esta atividade é fundamental para garantir que o conteúdo divulgado seja atualizado, preciso e relevante para o público-alvo.

A pesquisa envolvia acompanhar fontes diversas, como jornais locais, redes sociais, comunicados oficiais, entrevistas, a partir dessas informações, eu elaborava pequenos textos informativos que seriam publicados no site oficial do clube TV Senhora da Hora.

A adaptação da linguagem foi uma etapa crucial desse processo, tinha que compreender o perfil do público-alvo, que incluía atletas, encarregados de educação, adeptos, parceiros e a comunidade local em geral, assim, os textos precisavam ser claros, acessíveis, objetivos e, ao mesmo tempo, apelativos o suficiente para estimular o interesse e a participação da comunidade.

Ao longo do estágio, desenvolvi a capacidade de resumir informações complexas em textos curtos e impactantes, onde utilizei uma linguagem que fosse formal o suficiente para manter o tom institucional, mas também próxima e compreensível para o público leigo.

As notícias que produzia variavam desde resumos de jogos, análises de desempenhos, resultados, até informações sobre eventos, campanhas de captação, ações sociais, comunicados oficiais do clube e notícias de acontecimentos locais que pudessem interessar à comunidade.

Essa variedade de conteúdos ajudou-me a compreender a importância de uma comunicação diversificada, capaz de atender a diferentes interesses e necessidades de informação, além disso, percebi como uma comunicação eficaz pode fortalecer a relação do clube com os seus adeptos, promover uma imagem positiva e reforçar o seu papel na comunidade.

Durante o estágio, uma das minhas principais tarefas foi redigir textos informativos destinados ao site do clube TV Senhora da Hora. para isso, tive que entender e respeitar o estilo editorial adotado pelo clube, que prezava por uma comunicação clara, direta e formal, mas que também pudesse incluir elementos de proximidade e entusiasmo quando necessário.

Esse exercício contribuiu significativamente para o meu desenvolvimento na escrita para diferentes públicos e plataformas, onde tive que aprimorar a minha capacidade de criar conteúdos que fossem não apenas informativos, mas também envolventes e capazes de transmitir a essência do clube.

A produção de conteúdos envolvia também a adaptação de textos para diferentes formatos, de modo a otimizar a leitura e a visualização nas plataformas digitais.

Apreendi a inserir imagens relevantes, vídeos de jogos ou eventos, além de hiperligações que direcionavam para fontes externas ou outras páginas internas do site. Essa edição multimídia tornou os conteúdos mais atrativos e acessíveis, além de facilitar a navegação dos visitantes do site e a compreensão das informações apresentadas.

Outro aspecto importante foi a gestão do calendário editorial, que envolvia o agendamento de publicações de acordo com o plano semanal de comunicação do clube. Essa organização permitiu uma maior consistência na divulgação de notícias, além de garantir que informações importantes fossem veiculadas em momentos estratégicos, como antes ou depois de jogos, eventos ou datas comemorativas. Essa rotina de planejamento também estimulou a minha autonomia e disciplina na gestão de conteúdos, habilidades essenciais para profissionais de comunicação.

No âmbito técnico, trabalhei diariamente com o WordPress, uma plataforma de gestão de conteúdos (CMS) que o clube utilizava para administrar o seu site oficial. Esta experiência foi fundamental para entender as funcionalidades básicas e avançadas de um sistema de gerenciamento de conteúdos e como elas podem ser usadas para facilitar a publicação e a organização de informações de forma eficiente.

Apreendi a criar novas publicações, editar conteúdos existentes, inserir e editar imagens, vídeos e links, além de utilizar recursos de formatação de texto para tornar os textos mais legíveis e visualmente atraentes. A gestão de categorias e etiquetas foi outra atividade importante, pois facilitava a navegação e a busca por informações específicas dentro do site. Com o tempo, também passei a agendar publicações futuras, tendo assim garantido uma rotina de atualizações contínuas e pontuais, mesmo em períodos de maior movimento ou de ausência de supervisão direta.

Além disso, participei na organização do conteúdo do site, onde busquei sempre manter uma estrutura lógica e intuitiva que facilitasse a navegação dos visitantes. Isso envolveu a revisão de páginas existentes, a reorganização de menus e a implementação de melhorias no layout para tornar a experiência do usuário mais agradável. A atenção ao detalhe foi crucial nesse processo, pois qualquer erro de formatação ou informação desatualizada poderia comprometer a credibilidade do clube perante seu público.

Outro aspeto importante ao longo do estágio nas minhas funções que foram atribuídas foi a responsabilidade de manter o site atualizado com informações precisas e atuais, como por exemplo os Resultados de jogos, classificações de campeonatos, horários de treinos, contatos e outras informações de contato precisavam estar corretas e atualizadas para evitar confusões ou desinformação. Para isso, realizava verificações periódicas, corrigia eventuais erros e atualizava conteúdos antigos que já não refletiam a realidade.

Essa rotina exigiu atenção ao detalhe, organização e uma postura proativa na busca por melhorias. Sempre que identificava uma inconsistência ou potencial de aprimoramento, sugeria mudanças que pudessem facilitar a navegação ou melhorar a estética do site. Essas ações contribuíram para a consolidação de uma plataforma mais profissional e alinhada às necessidades do clube e de seus públicos.

Além do WordPress, tive contato direto com o Footeo, uma plataforma especialmente desenvolvida para clubes desportivos, que permite a gestão de informações relacionadas às atividades desportivas, como plantéis, resultados, calendários, fichas técnicas, estatísticas e notícias de eventos desportivos.

Essa ferramenta revelou-se de grande importância para a comunicação externa do clube, especialmente na divulgação de informações específicas de cada escalão e na promoção da transparência perante os adeptos, encarregados de educação, atletas e parceiros.

O meu trabalho na plataforma Footeo envolvia a atualização regular de dados sobre os jogos, a inserção de resultados, a publicação de notícias relacionadas às competições, além da gestão dos plantéis e das fichas técnicas dos atletas. Aprendi a navegar pelas diferentes secções da plataforma, a inserir imagens, a associar estatísticas aos eventos desportivos e a criar conteúdos que reforçassem a presença digital do clube nas redes sociais e outros canais de comunicação.

A atualização constante do Footeo ajudou a manter os adeptos e familiares informados sobre os resultados dos jogos, as classificações, os horários de treinos e as próximas competições. Isso criou um ciclo de comunicação fluida e transparente, que reforçou o sentimento de comunidade e orgulho pelo clube. Além de informar, o Footeo também ajudou a valorizar o trabalho dos treinadores, atletas e toda a estrutura desportiva, mostrando o empenho e os resultados obtidos.

Outra tarefa importante foi garantir a coerência entre as informações partilhadas nas diferentes plataformas: o site institucional, o Footeo, as redes sociais e outras ferramentas de comunicação. Essa integração foi fundamental para evitar informações contraditórias, reforçar a identidade visual do clube e oferecer uma experiência uniforme ao público. Para isso, estabeleci rotinas de revisão e atualização sincronizada, além de criar um registo das principais fontes de pesquisa, para facilitar o controle e a consistência dos conteúdos publicados.

Ao concluir o estágio, senti que tinha deixado uma base sólida de conteúdos bem organizados e atualizados, tanto no WordPress quanto no Footeo. Além disso, desenvolvi um conhecimento técnico aprofundado na gestão de plataformas web, na produção de textos jornalísticos adaptados ao contexto desportivo e na organização de informações de forma eficiente. Este percurso também contribuiu para o meu crescimento pessoal e profissional, estimulando a autonomia, a responsabilidade e um olhar atento aos detalhes que fazem toda a diferença na comunicação de uma instituição.

A experiência proporcionou-me uma compreensão mais ampla sobre o funcionamento de uma comunicação integrada, capaz de envolver diferentes públicos através de múltiplas plataformas. Aprendi a importância de uma atualização constante, de uma organização meticulosa e de uma comunicação transparente e coerente para fortalecer a imagem do clube, envolver a comunidade e promover o desporto de forma mais ampla.

Por fim, essa oportunidade foi fundamental para consolidar conhecimentos na área do jornalismo digital, gestão de conteúdos, comunicação desportiva e uso de plataformas específicas. Sinto-me mais preparado para enfrentar desafios futuros na área de comunicação, com uma visão mais estratégica e uma prática mais consciente do papel das ferramentas tecnológicas na construção de uma narrativa institucional forte, autêntica e engajadora.

CONCLUSÃO: balanço final - dificuldades e aprendizagem

O estágio curricular que realizei no Sport Clube Senhora da Hora foi uma das experiências mais enriquecedoras da minha vida académica e pessoal. No entanto, como qualquer percurso de aprendizagem, não foi isento de dificuldades. Enfrentei vários desafios, desde a adaptação ao ambiente de trabalho, passando pela exigência técnica das tarefas, até à gestão emocional de trabalhar sob pressão. Este texto visa refletir profundamente sobre essas dificuldades e as formas que encontrei para as superar.

No início do estágio, a primeira grande dificuldade que senti foi a adaptação ao ambiente profissional. Apesar de já ter participado em alguns projetos académicos e extracurriculares, estar inserido numa estrutura real, com rotinas estabelecidas e expectativas concretas, foi algo novo para mim. Não conhecia ninguém na equipa, o que me deixou inicialmente retraído. Senti-me um pouco deslocado, hesitante nas interações e receoso de cometer erros.

Para ultrapassar esta barreira, decidi adotar uma postura de observação ativa nos primeiros dias. Tomei nota de como funcionavam as dinâmicas internas, os horários, os estilos de comunicação de cada elemento da equipa, e as tarefas que cada um desempenhava. Aos poucos, fui fazendo perguntas pertinentes, mostrando interesse genuíno pelo trabalho da equipa e oferecendo ajuda sempre que possível. Essa postura proativa foi essencial para quebrar o gelo e conquistar a confiança dos colegas e orientadores.

Embora tivesse conhecimentos teóricos sólidos, especialmente nas áreas de comunicação, produção audiovisual, televisão, cinema e desporto, a aplicação prática desses conhecimentos revelou-se mais desafiante do que esperava. Por exemplo, numa das primeiras semanas, fui convidado a apoiar a cobertura fotográfica de um jogo. Apesar de saber operar a câmara, não dominava bem os movimentos do jogo nem os melhores momentos para captar imagens impactantes. As primeiras fotografias ficaram desfocadas ou mal-enquadradas, e isso gerou alguma frustração em mim.

Para melhorar, comecei a estudar referências fotográficas, analisei trabalhos de fotógrafos profissionais e, sempre que possível, pedi feedback direto aos meus

orientadores. Além disso, dediquei tempo a treinar fora do horário do estágio, assistindo a jogos e simulando situações de captação de imagem. Com prática constante, consegui aperfeiçoar a minha técnica, ao ponto de, mais tarde, ter algumas das minhas fotos publicadas nas redes sociais do clube.

Durante o estágio, uma parte significativa do meu trabalho envolveu o uso de programas da Adobe, como Premiere Pro, Photoshop e Illustrator. Embora tivesse alguma familiaridade com estas ferramentas, o nível de exigência era mais elevado do que aquele que estava habituado na universidade. Por exemplo, a edição de vídeos para resumos de jogos e conteúdos promocionais exigia um ritmo de trabalho rápido e um acabamento profissional.

Nas primeiras semanas tive vontade de aprender cada vez mais, pois demorava muito mais tempo do que o esperado para concluir uma tarefa. Para lidar com isto, estabeleci um plano de autoformação: todos os dias, depois do estágio, via tutoriais, explorava fóruns e tentava reproduzir exercícios. Também pedi conselhos a colegas mais experientes que me mostraram truques e atalhos. Com o tempo, comecei a ganhar confiança e a produzir vídeos mais rapidamente e com melhor qualidade.

Outro grande desafio foi aprender a gerir o tempo de forma eficaz. Por vezes, acumulava várias tarefas ao mesmo tempo: escrever artigos para o site relativamente à Tv Senhora da Hora, editar fotografias, montar vídeos, atualizar o WordPress com novos conteúdos e ainda apoiar na organização de eventos. A minha vontade de mostrar serviço fazia com que aceitasse tudo.

Comecei a fazer uso de ferramentas de produtividade, como por exemplo o Google Calendar para organizar as minhas tarefas. Dividi o meu dia por blocos de tempo e estipulei metas diárias realistas. Também aprendi a dizer “não” de forma respeitosa quando já tinha tarefas em curso, explicando que preferia terminar algo com qualidade do que fazer tudo à pressa.

A comunicação com os colegas e superiores foi uma competência que tive de desenvolver. No início, hesitava em dar a minha opinião ou em esclarecer dúvidas, por receio de parecer inexperiente. No entanto, essa hesitação levou a alguns mal-entendidos e retrabalho. Por exemplo, uma vez entreguei um vídeo com legendas incorretas porque não tinha confirmado as informações.

Percebi que era essencial comunicar de forma clara e direta. Comecei a fazer perguntas sempre que tinha dúvidas, a confirmar prazos e a pedir feedback constante. Com isso, evitei erros, ganhei mais autonomia e fortaleci as relações com a equipa. Além disso, comecei a contribuir com ideias próprias em reuniões e fui sendo valorizado pelo meu espírito crítico e criativo.

Houve vários momentos durante o estágio em que senti a pressão a aumentar, especialmente em dias de jogo ou eventos importantes. A pressão para entregar conteúdos rapidamente, a responsabilidade de capturar os melhores momentos e a expectativa de qualidade constante criavam momentos de grande stress.

Houve um dia particularmente marcante em que, durante um jogo, a câmara que eu usava tinha ficado sem bateria a meio do jogo. Senti um misto de pânico e frustração. No entanto, lembrei-me de que havia mais uma bateria e que estava carregada totalmente e assim rapidamente fiz a troca. O imprevisto serviu como lição: desde então, passei a planear com mais antecedência e a ter sempre soluções de backup prontas.

Além disso, comecei a trabalhar a minha gestão emocional. Pratiquei técnicas de respiração, fiz pausas estratégicas durante o dia e mantive o foco no presente, sem me deixar consumir pela ansiedade. Isso permitiu-me manter a calma e a lucidez mesmo sob pressão.

Apesar das dificuldades, o estágio foi um período de enorme evolução. Cada obstáculo superado trouxe uma sensação de conquista e motivação para continuar a crescer. Desenvolvi competências técnicas, melhorei a minha organização, ganhei autonomia, fortaleci a minha comunicação e aprendi a trabalhar em equipa de forma colaborativa.

Mais importante ainda, desenvolvi resiliência. Aprendi que errar faz parte do processo, que a perfeição não é o objetivo, mas sim a melhoria contínua. Aprendi também a valorizar o esforço, a paciência e a humildade. Tudo isso contribuiu para que me tornasse não só um melhor profissional, mas também uma pessoa mais confiante e preparada para os desafios futuros.

O estágio no Sport Clube Senhora da Hora foi uma etapa de grande impacto na minha formação. As dificuldades que enfrentei foram, na verdade, grandes oportunidades de aprendizagem. Através da persistência, da humildade em pedir

ajuda, da vontade de aprender e da capacidade de me adaptar, consegui superar cada uma delas.

Hoje, olho para trás com orgulho e reconheço que as competências que desenvolvi durante este estágio serão fundamentais para o meu futuro profissional. Sinto-me mais preparado para ingressar no mercado de trabalho, mais consciente das minhas capacidades e limitações, e com uma enorme vontade de continuar a evoluir.

Tive a oportunidade de consolidar conhecimentos, desenvolver novas competências e descobrir, com mais clareza, o rumo que pretendo seguir na minha carreira

Uma das primeiras lições que tirei do estágio foi compreender a forma como uma entidade desportiva funciona na prática. Desde a gestão de conteúdos até à logística dos jogos e eventos, aprendi que existe uma grande articulação entre diferentes departamentos e que o sucesso de uma instituição depende da cooperação entre todos.

Percebi como é importante saber trabalhar em equipa, cumprir prazos, respeitar hierarquias e manter uma comunicação eficaz. Ao contrário do ambiente académico, onde muitas vezes trabalhamos de forma isolada ou em grupo apenas em certos momentos, no clube tive de me adaptar a uma lógica de trabalho contínua e integrada. Esta aprendizagem foi crucial para o meu desenvolvimento profissional.

Durante o estágio, estive diretamente envolvido em tarefas ligadas à **captação de imagem**, tanto fotográfica como em vídeo. Foi aqui que ganhei um verdadeiro domínio prático da utilização de câmaras DSLR, da definição dos melhores enquadramentos, da gestão da luz natural e artificial e da captação de som em eventos e entrevistas.

Além da parte de captação, também aprofundei os meus conhecimentos em **edição de conteúdos**, com destaque para os programas da **Adobe**, como o **Premiere Pro**, **Photoshop** e **Illustrator**. Aprendi a criar vídeos promocionais, resumos de jogos, artes gráficas para redes sociais e fotografias otimizadas para diferentes plataformas.

Estas competências tornaram-se fundamentais, já que são cada vez mais valorizadas no mercado de trabalho na área da comunicação, produção e desporto.

Outra área onde aprendi bastante foi na **gestão de conteúdos digitais**, especialmente através da utilização da plataforma **WordPress**. Fui responsável por atualizar notícias no site oficial do clube, criar galerias de imagens, inserir resultados e fazer correções de conteúdos antigos. Esta experiência permitiu-me ganhar familiaridade com a parte prática de gerir uma página web, entender a lógica de backoffice e perceber a importância de manter a comunicação institucional atualizada.

Além disso, compreendi a importância da **organização da informação**, da otimização de texto, e da adaptação da linguagem escrita ao público-alvo.

Durante o estágio, tive também a oportunidade de treinar a minha **escrita jornalística**, especialmente na criação de notícias, entrevistas e pequenas crónicas relacionadas com os eventos do clube. Aprendi a ser mais objetivo, a escrever com clareza e a adaptar o tom ao tipo de publicação.

Esta experiência permitiu-me reforçar a importância da comunicação como ferramenta estratégica numa instituição desportiva. Compreendi que não basta apenas “informar” — é preciso comunicar de forma eficaz, coerente e com identidade. Desenvolvi também competências de **revisão de texto**, atenção ao detalhe e rigor na verificação de factos.

Durante o estágio, enfrentei várias situações inesperadas: problemas técnicos com equipamentos, alterações de última hora no planeamento, atrasos em eventos ou falhas de comunicação. Cada um destes episódios serviu como oportunidade de aprendizagem. Aprendi a manter a calma, a **adaptar-me rapidamente** e a encontrar **soluções práticas**, mesmo sob pressão.

Esta capacidade de improviso revelou-se essencial para o sucesso em várias ocasiões, e fez-me perceber a importância de ser flexível, resiliente e ter espírito de iniciativa.

O estágio ensinou-me também muito sobre **trabalho em equipa** e **relações interpessoais**. Aprendi a escutar, a respeitar opiniões diferentes, a aceitar críticas construtivas e a colaborar de forma ativa com os colegas. Esta componente humana do estágio foi, sem dúvida, uma das mais marcantes.

Com o tempo, percebi que o bom ambiente entre colegas contribui diretamente para o bom desempenho das tarefas. Saber pedir ajuda, dar apoio e manter uma

comunicação clara e empática foi algo que levei para todos os projetos nos quais estive envolvido.

Outra aprendizagem importante foi o desenvolvimento da minha **organização pessoal** e **gestão do tempo**. Com várias tarefas em simultâneo, aprendi a priorizar, a cumprir prazos e a organizar o meu dia com mais rigor. A disciplina tornou-se essencial para manter a qualidade do trabalho e evitar o stress de última hora.

Com o tempo, passei a planear melhor as minhas ações, estabelecendo metas e avaliando os resultados. Esta aprendizagem foi fundamental não só para o estágio, mas para a minha vida académica e profissional futura.

Estar envolvido numa instituição desportiva permitiu-me ter um olhar mais profundo sobre o **mundo do desporto**, especialmente ao nível da **comunicação institucional, gestão de imagem, cobertura de jogos, interação com o público e promoção de atividades**. Compreendi que o desporto é muito mais do que a competição em campo — envolve uma estrutura de comunicação sólida, uma presença digital cuidada e uma forte ligação com a comunidade.

Aprendi ainda sobre a importância do **branding desportivo**, da consistência visual nas redes sociais e da gestão da imagem pública de um clube.

Para além de todas as aprendizagens técnicas e profissionais, o estágio foi também uma viagem de **autoconhecimento**. Aprendi a confiar mais nas minhas capacidades, a reconhecer as minhas limitações e a valorizar o meu percurso. Cometi erros, enfrentei desafios, mas também colhi frutos do meu esforço e dedicação.

Percebi quais são as áreas que mais me entusiasma dentro da comunicação audiovisual e do desporto, e ganhei motivação para continuar a investir na minha formação e no meu crescimento profissional.

O estágio no Sport Clube Senhora da Hora foi, sem dúvida, um marco na minha formação. Não foi apenas uma etapa para “cumprir currículo”, mas sim uma verdadeira escola de vida. Aprendi a aplicar os conhecimentos académicos na prática, a trabalhar com profissionais experientes e a superar desafios com maturidade e profissionalismo.

Tudo o que vivi durante este período contribuiu para moldar a pessoa e o profissional que sou hoje. Saio deste estágio com mais confiança, mais preparado para o mercado de trabalho e, acima de tudo, com uma enorme vontade de continuar a aprender, crescer e contribuir de forma positiva no mundo do desporto e da comunicação audiovisual.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Livros:

Bourdieu, Pierre, 1996 – *Sobre a Televisão, seguido de A influência do jornalismo e Os Jogos Olímpicos*. Paris: Éditions Liber-Raisons d’agir

Teses inéditas:

Ushinohama, Tatiana; Affini, Letícia, 2010 – *Futebol: Aspectos da linguagem audiovisual nas transmissões esportivas*, Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação - UNESP, Bauru, SP

Telles, Marcio; Rocha da Silva, Alexandre, 2015 - *A semiótica do futebol televisivo: narrativas imersivas, intervalares e fragmentadas*, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, Brasil

ANEXOS

Anexo I – Parecer do Orientador de estágio no local

Local: Sport clube Senhora da Hora
Período: de 6/11/2024 a 17/2/2025
Estudante: Rubem Nilxelson Regado Gomes

Parecer do(a) Orientador(a) de Estágio no Local

Na sequência do estágio realizado nesta instituição e considerados os parâmetros avaliativos relativos a:

- *Integração*: cumprimento de regras de trabalho estabelecidas; assiduidade e pontualidade; relação com o orientador de estágio; relação com outros profissionais; relação com público-alvo; capacidade de enfrentar situações de tensão e conflito;

- *Trabalho desenvolvido*: responsabilidade e intencionalidade na ação; posicionamento crítico relativamente às opções de ação; motivação e envolvimento; autonomia e iniciativa responsáveis capacidade de propor novas atividades e metodologias adequadas a cada contexto; rigor técnico-conceitual e ético.

Sou de parecer que o(a) estudante realizou um estágio¹ _____, atendendo

aos seguintes fatores: Apresentou-se sempre pontual e com bastante disponibilidade para absorver o desenvolvimento dos parâmetros propostos acima descritos tendo sempre um sentido ético e de iniciativa muito construtivo e com espírito de ação, excelente relação com os demais que aqui desenvolvem o seu trabalho e outros estagiários da área de Multimídia, deixou uma boa impressão em todos, evoluiu tendo as boas condições para trabalhar.

_____ de _____ de _____

O(A) Orientador(a) de Estágio no Local

Carla Amaral

Muito Bom

¹ Excelente, Muito Bom, Bom, Suficiente, Insuficiente



Anexo II – Fotografias







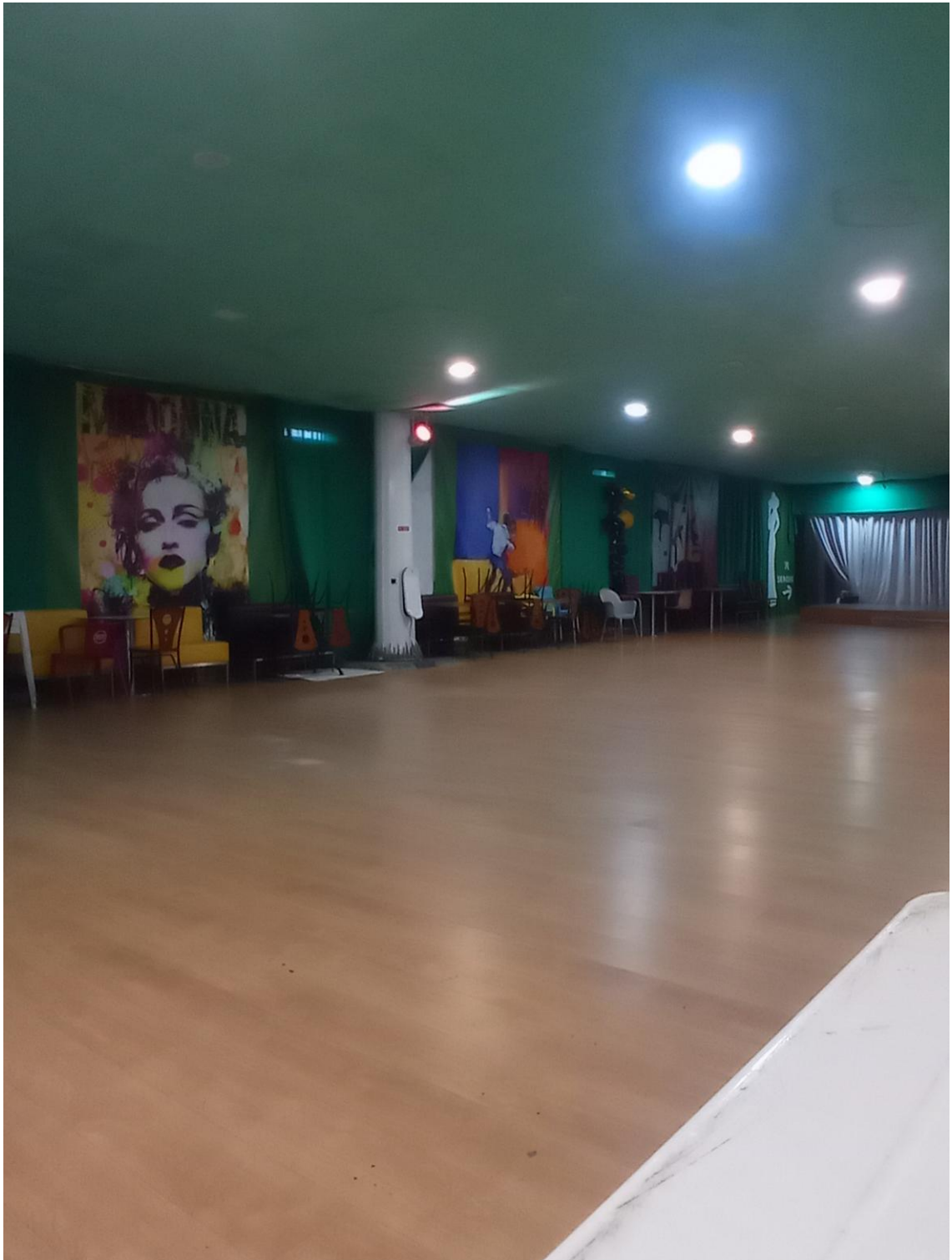














SPORT CLUBE SENHORA DA HORA SÓCIOS DE MÉRITO

Foi deliberado em reunião de Direcção de 29 de Outubro de 2021
Atribuir aos seguintes associados a qualidade de SÓCIO DE MÉRITO
por relevantes serviços ao clube:

Adalberto Araújo dos Reis	Sócio n.1
Abel Ferreira Ribeiro	Sócio n.7
António Brandão Gonçalves	Sócio n.8
Artur Manuel Jesus Borges	Sócio n.12
Fernando Silva Pereira	Sócio n.16
José Fernando Pereira Leite	Sócio n.20
Manuel José Melo Pereira	Sócio n.40
Paulo Gomes Magalhães	Sócio n.44
Rodrigo Crispiniano S. Mendonça	Sócio n.56
Júlio Moreira Leitão	Sócio n.69
José Luis Ventura Amorim Rocha	Sócio n.79
Joaquim Cardoso Ferreira	Sócio n.89
António Vasco Vieira	Sócio n.97



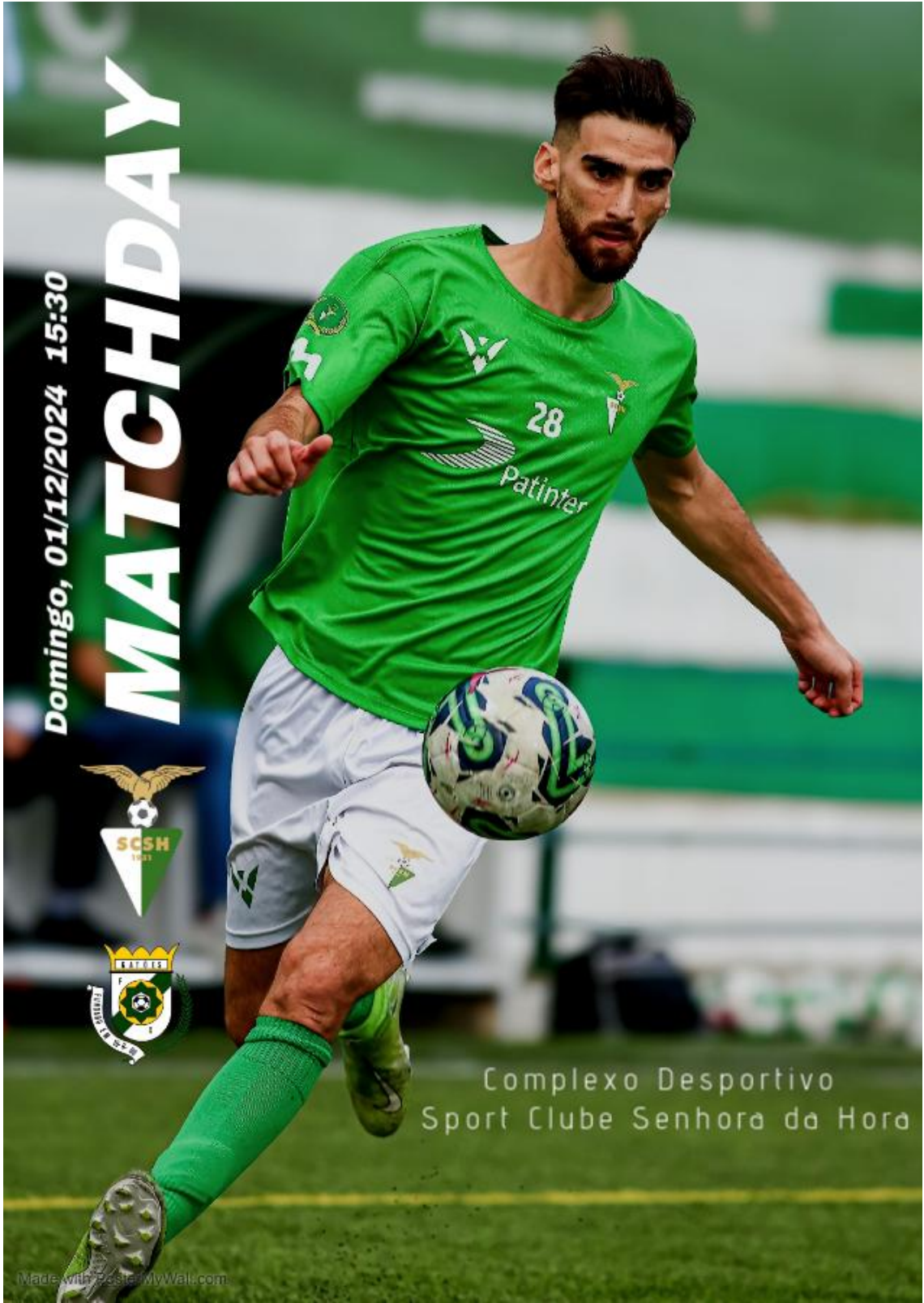
Anexo III – Cartazes

Dia Mundial da
Televisão



21/11/2024

www.tvsenhoradahora



Domingo, 01/12/2024 15:30

MATCHDAY



Complexo Desportivo
Sport Clube Senhora da Hora

Made with PosterMyWall.com

Com o apoio e presença



Música de Baile
8 de Dezembro
Domingo

15:30



ESPACO DE ÂMBITO RECREATIVO
SPORT CLUBE SENHORA DA HORA
SCSHORA.FOOTEQ.COM

INFORMAÇÕES: 934 424 137



RÉVEILLON

2024/25



Duo Rogério e Márcio

TERÇA • **31** DEZEMBRO

RESERVAS:

912565174 / 968366961



ESPAÇO DE ÂMBITO RECREATIVO
SPORT CLUBE SENHORA DA HORA



TIAGO FERRAZ

INFORMAÇÕES

934 424 137

Espaço de Âmbito Recreativo
SPORT CLUBE SENHORA DA HORA

26 de Janeiro **Domingo**
15:30



FUTEBOL SÉNIOR

Dia de jogo



SPORTCLUBESENHORADAHORA



SC SENHORA DA HORA



26 de Janeiro de 2025

SCSHORA.FOOTEQ.COM

Jornada 16



Senhora
da Hora

VS

Domingo
15:30



Águias
de Gaia

Complexo Desportivo Sport Clube Senhora da Hora

Campeonato I Divisão A . F . PORTO



F
O
T
O
G
R
A
F
I
A

Futebol Sénior

Dia de jogo

JORNADA 17



Ramaldense FC

CAMPEONATO I DIVISÃO A.F.PORTO

VS



Senhora da Hora



SPORTCLUBESENHORADAHORA



SC SENHORA DA HORA

2/02/2025

Domingo, 15:30

scshora.footeo.com

**PARQUE DESPORTIVO DE
RAMALDE (INATEL)**



**BANDEIRA
da ETICA**



Dia de Jogo

Campeonato I Divisão A.F.Porto

Futebol Sénior



V



FC Infesta B

Senhora da Hora

scshora.footeo.com

15:30

12 Janeiro 2025

Estádio moreira marques

Made with PosterMyWish.com

MÚSICA

DE BAILE

Tiago Ferraz

Informações
934 424 137

16 / 02 / 2025

DOMINGO 15:30

SCSHORA.FOOTEQ.COM

ESPAÇO DE ÂMBITO RECREATIVO
SPORT CLUBE SENHORA DA HORA



DIA DE JOGO



SPORT CLUBE
SENHORA DA HORA

X



VENTURA SC

Campeonato I Divisão A.F. Porto



SPORTCLUBESENHORADAHORA

SCSHORA.FOOTEQ.COM



SC SENHORA DA HORA



BANDEIRA
ÉTICA



MATOSINHOS35

Futebol Sénior

DOMINGO

15/12/2024

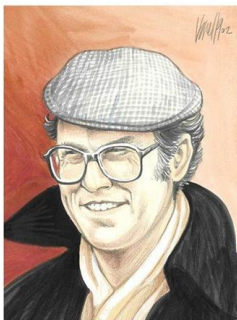
15:30



RECORDANDO JOSÉ AFONSO

22 de Fevereiro às 21h

VENHA ASSISTIR AO SERÃO COM MÚSICA E POESIA RECORDANDO O AUTOR DA GRÂNDOLA VILA MORENA



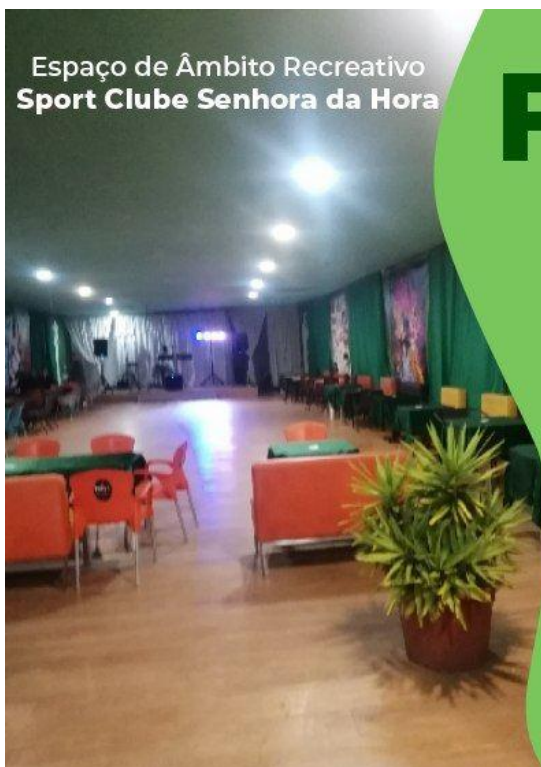
APOIOS:



Associação de Pais da Sra. da Hora
ENTRADA LIVRE
Rua Vasco Santana, 260 - Sra. da Hora

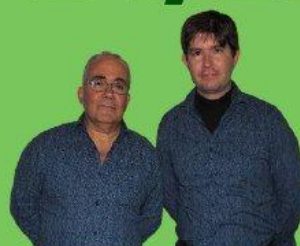


Espaço de Âmbito Recreativo
Sport Clube Senhora da Hora



FIM DE ANO

24/25



Duo Rogério e Márcio

Luz - Cor - Alegria

Marcações 934 424 137



Anexo IV – Criação de Lettering

Sport Clube Senhora da Hora
Loja do Adepto

SCSH
STORE

Anexo V – Criação de Notícias no WordPress e Footeo



DESPORTO DESTAQUE

Academia de futebol em risco por falta de financiamento europeu

9 meses ago | 15 comentários | 0 comentários

6 433 total



A Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Norte (CCDR-N) emitiu um parecer, a que o JN teve acesso, segundo o qual quer o projeto (construção da academia) quer o promotor (Associação de Futebol do Porto) não são elegíveis para o programa Norte 2030, gerido pela CCDR-N. Fica um buraco de €3,75 milhões.

Em resposta à proposta enviada pela Área Metropolitana do Porto (AMP), sobre a elegibilidade do projeto da construção da academia da Associação de Futebol do Porto (AFP), que avançou com o apoio de dez Municípios, a CCDR-N começa por lembrar as restrições da Comissão Europeia no apoio a equipamentos desportivos e que Portugal apenas conseguiu enquadrar nos Programas Regionais "pequenas intervenções no domínio da requalificação e modernização de equipamentos desportivos para reforço da coesão social". E estas não podem ter custo superior a 300 mil euros. O que não acontece com o projeto da academia da AFP. Trata-se da construção de um novo equipamento e o custo estimado situa-se nos oito milhões de euros.

TVSH 2024

20/11/2024

Créditos JN.pt



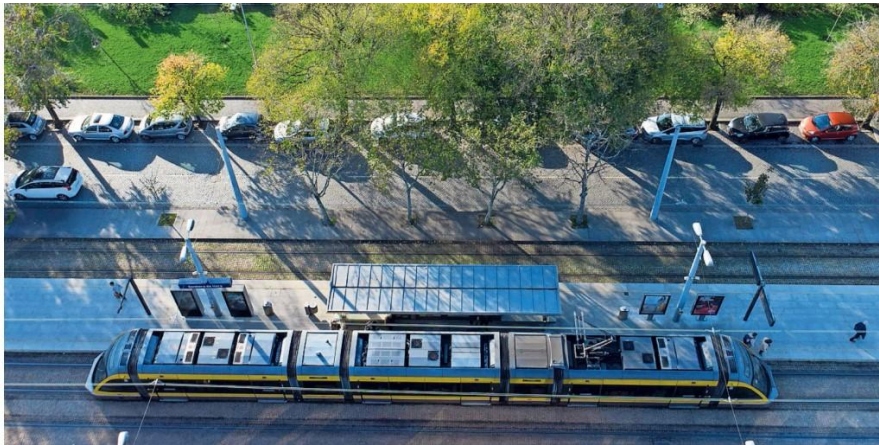
ATUALIDADE

Metro do Porto vai construir mais dois parques de estacionamento

5 meses ago Inseñhoradahora No Comments

Share 0

6 664 total



Os parques de estacionamento existentes, que cobrem 40% das estações, têm 3400 lugares disponíveis. Dos 32 aparcamentos existentes nas estações do Porto, apenas dois são tarifados. A taxa de ocupação média é de 60% nos dias úteis. A Metro do Porto vai construir mais dois parques de estacionamento, um na estação do Campo Alegre, no Porto, e outro na estação da Rotunda, em Vila Nova de Gaia. Atualmente, o sistema Park & Ride integra 32 parques, dos quais apenas dois são tarifados.

créditos: JN

TVSH 29/11/2024

Share this:





ATUALIDADE

POLÍTICA

DESPORTO

CULTURA E EVENTOS

NOTÍCIAS

NACIONAIS

INTERNACIONAIS

ENTREVISTAS

OPINIÃO

ECONOMIA

CICLO "FALAR DE MATOSINHOS"



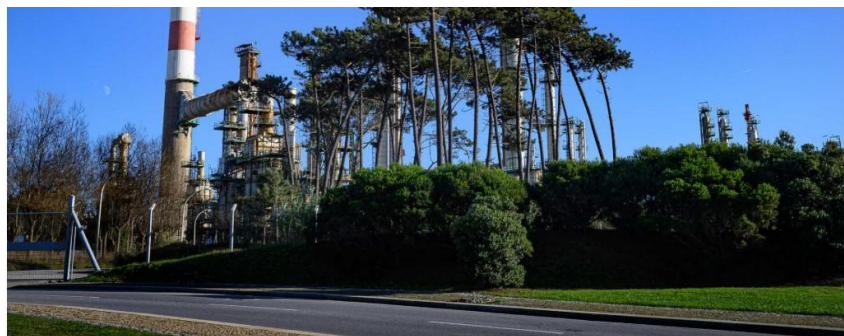
ATUALIDADE

Matosinhos vai ter polo universitário de engenharia espacial

5 meses ago · 1vsehoradahaora · No Comments

Share 0

6 604 total



O prometido campus universitário de Leça da Palmeira, Matosinhos, no valor de 36 milhões de euros, vocacionado para as tecnologias e a engenharia aeroespacial, começará a ganhar forma no próximo ano, nessa altura ainda no papel. Mas para o ano seguinte já está agendado o início das obras.

créditos: JN

TVSH 13/12/2024

Share this:



SPORT CLUBE SENHORA DA HORA by

Entrar

SCSH ACTUALIDADE EQUIPAS FOTOGRAFIAS ÉPOCAAAAAA

Vem jogar no nosso Campo. ALUGAMOS A HORA. Contato 934424477

21 DE JANEIRO DE 2025 À 19:39

JORNADA 16 | DIVISÃO AFPORTO

0 0 0 0

SPORTCLUBESENHORADAHORA

SC SENHORA DA HORA

26 de Janeiro de 2025

SCSHORA.FOOTEO.COM

Jornada 16

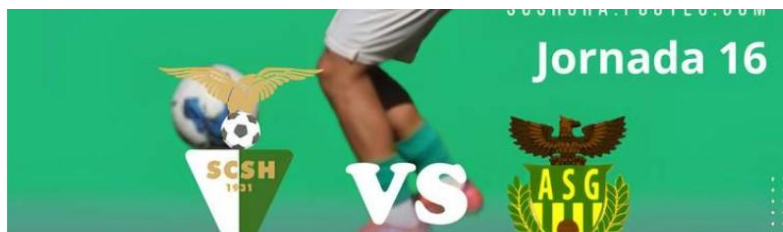
PÁGINA FACEBOOK

SC Senhora da Hora
6402 seguidores

Seguir Página Partilhar

HINO OFICIAL

Vasco de Carvalh...



Futebol Sénior Domingo 26 janeiro 15:30

Senhora da Hora vs Águias Gaia

Jornada 16 campeonato I Divisão AFPorto

Complexo Desportivo Sport Clube Senhora da Hora

#forçascsh

COMENTÁRIOS



Adicionar um comentário

SPORT CLUBE SENHORA DA HORA

Sport Clube Senhora da Hora

6 ÚLTIMOS JOGOS

Anexo VI – Vídeo

https://drive.google.com/drive/folders/1WBJXxNk1p6LoHCEyKiOV_3ZIyX2tGCaa?usp=drive_link

<https://www.instagram.com/reel/DDumrtDh9ev/?igsh=MWFiNGVsdGx2bWo4ZQ==>

<https://www.instagram.com/reel/DDus5KCv709/?igsh=anN0a2QyaXAweHY2>

(Rúben Gomes, Sport Clube
Senhora da Hora, 2025)