

# Portofólio Pessoal A Coach Team

Andrian Ursu, Vicente Rocha

## Qual? Relatório de Actividades

**Resumo**—Para a realização da actividade na cadeira de Portfolio escolhemos fazer parte das equipas de Coach. Ao longo do semestre acompanhámos os alunos inscritos nas Actividades Institucionais e de auto Iniciativa (Coachees), esclarecendo as suas dúvidas e acompanhando o seu desempenho ao longo do semestre. Contactámos as entidades responsáveis pelas actividades, e finalizámos com um último contacto com os Coachees para garantir que todos entregavam os relatórios. Foi um papel importante na medida em que nos permitiu adquirir capacidades de organização, de gestão de tempo e resolução de problemas.

**Palavras Chave**—(coach, team, coachee, comunicação, entidade, promotora).

## 1 INTRODUÇÃO

Na cadeira de portfólio é pedido os alunos que desenvolvam uma actividade extra-curricular autónoma, para instigar o ganho de softskills. São capacidades fundamentais nos dias de hoje, sendo por isso fundamental maximizar o desempenho dos alunos na actividade. É aqui que entra o conceito de Coach Team, uma equipa responsável pelo acompanhamento dos seus Coachees, servindo sobretudo de facilitadores e orientadores.

[Estrutura do documento]

## 2 O DECORRER DA ACTIVIDADE

Nesta secção vamos detalhar o decorrer da actividade. O ponto 2.1 contém a iniciação do contacto entre os coaches e os coachees. No 2.2 vamos falar sobre o estabelecimento do elo de comunicação entre os alunos e as suas entidades promotoras. A seguir vamos falar sobre o decorrer da actividade até à conclusão semestre.

- Andrian Ursu, nr. 70574,  
E-mail: andrian.ursu@ist.utl.pt,
- Vicente Rocha, nr. 76410,  
E-mail: vicente.c.rocha@gmail.com,  
Instituto Superior Técnico, Universidade de Lisboa.

Relatório entregue à 4 Julho, 2015.

### 2.1 Primeiro contacto

Uma vez formado o grupo de coaches, este incluindo dois membros, os coaches entraram em contacto com os coachees atribuídos. Os alunos foram divididos em dois grupos e cada coach ficou responsável pelas pessoas atribuídas. O primeiro passo foi enviar um e-mail e fazer um ponto de situação de cada aluno. Foi uma fase que demorou mais do que o esperado pois o tempo de resposta variou bastante do esperado.

### 2.2 Contato entidade promotora-aluno

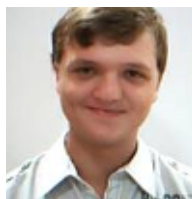
O passo seguinte consistia em estabelecer a comunicação entre os nossos alunos e os seus promotores. Alguns alunos que se candidataram à actividades propostas no âmbito da cadeira já tinham conhecido as suas entidades promotoras e tinham entrado em contacto com elas. Outros no entanto encontravam-se em estado "stand-by". Aconselhámos os alunos a entrar em contacto com as suas entidades promotoras. O próximo passo foi confirmar com os promotores as inscrições dos alunos nas suas actividades. Os casos em que a inscrição não estava confirmada, re-avaliámos os dados do aluno e informávamos o mesmo da situação. Ao fim de três semanas deste processo, os alunos encontravam-se associados e conhecidos

(1.0) Excellent	ACTIVITY						DOCUMENT						
(0.8) Very Good	Object × 2	Opt × 1	Exec × 4	Summ × .5	Concl × .5	SCORE	Struct × .25	Ortog × .25	Exec × 4	Form × .25	Titles × .5	File × .5	SCORE
(0.6) Good	0.7	1.0	0.7	0.6	0.7		0.8	0.8	1.0	1.0	0.8	1.0	
(0.4) Fair													
(0.2) Weak													

pelos seus promotores, encontrando-se activos na sua actividade.

### 2.3 Fase média e final

Nesta fase da actividade os alunos estavam a participar nas suas actividades, por isso as suas dúvidas para com os coaches foram muito reduzidas. No entanto, as poucas que existiram foram simples e não tivemos nenhum problema difícil de resolver. Nesta fase mais calma aproveitámos e enviamos um e-mail colectivo a lembrar que faltava um mês para a entrega dos relatórios. A dúvida mais comum foi os alunos não saberem como apresentar o documento de aprovação de participação na actividade das suas entidades promotoras. Foi uma situação em que tivemos que contactar o professor Rui Cruz pois foi uma dúvida que os coaches não conseguiram responder imediatamente.



**Andrian Ursu** Aluno no Instituto Superior Técnico no curso de Tecnologias e Informação.

## 3 CONCLUSÃO

Conseguimos fazer o acompanhamento dos nossos Coachees, ajudar nas dificuldades com que se depararam no decorrer das suas actividades, ajudar a escolher o rumo certo quando foi necessário. Como Coach Team, sentimos que desempenhámos um papel importante na maximização do aproveitamento dos nossos Coachees. É de realçar o facto de não só termos conseguido ajudar os nossos Coachees, como termos aprendido muito com a actividade, nomeadamente em termos de gestão de tempo, que é fundamental no dia-a-dia, e acompanhar os nossos Coachees foi uma tarefa que exigiu organização e desempenho da nossa parte.



**Vicente Rocha** Tenho 20 anos, sou de Santarém, estudo Licenciatura em Informática e Telecomunicações

## AGRADECIMENTOS

Queríamos agradecer ao professor Rui Cruz por ter disponibilizado a actividade Coach Teams e aos nossos coachees por nos terem desafiado as nossas capacidades.