



# UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

<b>Ano</b>	2023	
<b>Tp. Período</b>	Anual	
<b>Curso</b>	EDUCAÇÃO FÍSICA - Bacharelado (081)	
<b>Disciplina</b>	4239 - ESTAGIO SUPERVISIONADO EM BACHARELADO III	<b>Carga Horária:</b> 68
<b>Turma</b>	EFI-B	

## PLANO DE ENSINO

### EMENTA

Investigação e contato com a realidade do profissional Bacharel em Educação Física. Elaboração do planejamento de intervenção de estágio da área de treinamento resistido. Plano de trabalho: planejamento, organização, execução e avaliação. Relatório. Intervenção supervisionada e orientada.

### I. Objetivos

Investigação e contato com a realidade do profissional de Educação Física. Elaboração do planejamento de intervenção de estágio. Regência nas atividades físicas e de promoção da saúde. Plano de trabalho: planejamento, organização, execução e avaliação. Relatório. Intervenção supervisionada e orientada.

### II. Programa

UNIDADE 2: Regulamento/normas de conduta no estágio;  
UNIDADE 3. Identificação dos campos de estudo e atuação;  
UNIDADE 4. Elaboração do planejamento de estágio;  
UNIDADE 5. Técnicas e metodologias de atuação profissional;  
UNIDADE 6. Planejamento e aplicação das práticas/orientações;  
UNIDADE 7. Registro dos relatórios semanais;  
UNIDADE 8. Elaboração do Relatório e Apresentação final.

### III. Metodologia de Ensino

Supervisionar, acompanhar e avaliar as atividades desempenhadas pelos estagiários;  
Orientar o estagiário a assumir postura ético-profissional;  
Atividades do docente:  
Proporcionar atividades práticas dirigidas e com resolução de problemas na academia.  
Atividades dos discentes:  
Participação direta nas atividades planejadas.  
Prática como Componente Curricular: A carga horária de 10 horas, correspondente a Prática como Componente Curricular (PCC) nesta disciplina, será cumprida com a participação em atividades de forma articulada com disciplinas existentes ou serem organizadas como disciplinas ou atividades acadêmicas próprias.

### IV. Formas de Avaliação

- A avaliação ocorrerá de maneira contínua levando em consideração os seguintes aspectos: presença na aula de estágio, atuação/ regência, planejamento e execução das atividades.
- A média final será composta pelos seguintes itens:
  - Pasta de estágio (10,0);
  - Ficha de avaliação do professor orientador de estágio (10,0);
  - Ficha de avaliação do professor supervisor de estágio (10,0);
  - Apresentação (Seminário) (10,0).
- Provas de recuperação
- Tendo em vista a natureza da disciplina de estágio não ocorrerá prova de recuperação.

### V. Bibliografia

#### Básica

AECHELE, T.R.; GROVES, B.R. Treinamento de Força: Passos para o sucesso, 2000.  
BOMPA, T. O. A Periodização no Treinamento Esportivo. Manole, 2001.  
KLEINER, S.M.; ROBINSON, M.G. Nutrição para o Treinamento de Força. Manole, 2009.  
TEIXEIRA, C.V.L.S. Métodos Avançados de Treinamento para Hipertrofia, Createspace, 2015.  
TEIXEIRA, C.V.L.S. Treinamento Resistido Manual, Phorte, 2017.

#### Complementar

HOWLEY, E.; POWERS, S. Fisiologia do exercício: teoria e aplicação condicionamento e ao desempenho. São Paulo: Manole, 2000.  
AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. ACSM'S guidelines for exercise testing and prescription. 6 ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2000.



# UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE

Reconhecida pelo Decreto Estadual nº 3.444, de 8 de agosto de 1997

<b>Ano</b>	2023	
<b>Tp. Período</b>	Anual	
<b>Curso</b>	EDUCAÇÃO FÍSICA - Bacharelado (081)	
<b>Disciplina</b>	4239 - ESTAGIO SUPERVISIONADO EM BACHARELADO III	<b>Carga Horária:</b> 68
<b>Turma</b>	EFI-B	

## PLANO DE ENSINO

### APROVAÇÃO

**Inspetoria:** DEDUF/G  
**Tp. Documento:** Ata Departamental  
**Documento:** 01  
**Data:** 17/05/2023