



## PLANO DE ENSINO – 2024/2

### IDENTIFICAÇÃO DA DISCIPLINA

**Curso:** Bacharelado em Educação Física      **Fase:** Oitava-fase  
**Disciplina:** Estágio Supervisionado em Treinamento e Gestão Esportiva  
**Código:** DEF 5814  
**Carga Horária:** 180 h/a – 10 créditos  
**Pré-requisitos:** DEF 5809, DEF 5810, DEF 5811, DEF 5812  
**Docentes:** Juliano Fernandes da Silva (juliano.fernandes@ufsc.br)  
Tiago Turnes (tiago.turnes@ufsc.br).

### 1. EMENTA

Estágio de prática profissional em Educação Física, sob a orientação e supervisão docente em treinamento ou gestão esportiva. Planejamento, ministração de planos e elaboração de relatório de estágio.

### 2. OBJETIVO GERAL

Elaborar, ministrar e executar planos de treinamento ou de atividade de gestão esportiva, por meio de uma prática orientada nos diferentes campos de ação do estágio.

### 3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar os objetivos do treinamento ou da gestão esportiva no campo de estágio;
- Planejar as ações no campo de atuação escolhido;
- Elaborar e ministrar os planos de trabalho no campo de atuação;
- Avaliar os resultados obtidos em treinamento ou gestão esportiva;
- Elaborar o relatório de estágio.

### 4. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Aplicação de conhecimentos e desenvolvimento das habilidades profissionais dos princípios gerais do treinamento ou gestão esportiva; bases teórico-metodológicas em diferentes perspectivas do treinamento esportivo; fundamentos teóricos da administração da Educação Física e do Esporte.

### 5. METODOLOGIA

O desenvolvimento do Estágio Supervisionado em Treinamento ou Gestão Esportiva compreende o desenvolvimento das atividades de acordo com o cronograma elaborado pelo aluno pela supervisão do professor da turma e do professor de campo.

### 6. AVALIAÇÃO

A avaliação das atividades de estágios obrigatórios será feita pelo docente supervisor local da UFSC, que emitirá nota de zero a dez e comunicará ao Coordenador de Estágios do Departamento de Educação Física (Artigo 16).



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**  
**CENTRO DE DESPORTOS**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Campus Universitário - Trindade – 88.040-900 - Florianópolis - SC – Brasil  
Fone: 48 3721-9462 - Fax: 48 3721-9368 - e-mail: def@cds.ufsc.br



Na avaliação das atividades de estágios obrigatórios, além do relatório final de estágio, os professores supervisores do DEF/UFSC deverão levar em consideração: a avaliação do Profissional Supervisor do local de estágio; a participação (interesse, assiduidade, iniciativa, seriedade e pontualidade); a competência (boa fundamentação, criatividade, evolução/rendimento e competência técnica); e o relacionamento (respeito, confiança, solidariedade, trabalho participativo, relacionamento com a equipe e com participantes) (Artigo 17).

A atribuição da nota será dividida entre as atividades executadas ao longo do semestre<sup>§</sup>, conforme segue:

<b>Atividade</b>	<b>Critério de Avaliação</b>	<b>Peso</b>
Avaliação do supervisor local e do professor da disciplina	Frequência, participação e pontualidade no cumprimento das atividades do estágio	4
Plano de trabalho	Coerência na proposta e nos objetivos do plano de trabalho	1
Relatório final e seminário de apresentação	Coerência e aprofundamento do conteúdo na apresentação oral e gráfica	3
Participação em encontros de orientação	Frequência e participação nas orientações	2

<sup>§</sup>Pode sofrer alterações conforme necessidade da disciplina.

**Recuperação:** Conforme Art. 70 da Resolução 017/CUn/97, o aluno com frequência suficiente, quando necessário, terá direito a prova escrita com todo conteúdo programático desenvolvido no semestre, dentro do período de recuperação estipulado pelo Calendário Acadêmico da UFSC.

## **7. CRONOGRAMA PREVISTO**

<b>Datas</b>	<b>Conteúdos</b>
Semana 1	Apresentação do plano de ensino e organização da disciplina.
Semana 2	Elaboração do Planejamento do Estágio e registro no SIARE
Semana 4	Prazo final para registro no SIARE
Novembro/24	Envio do relatório parcial
Dezembro/24	Seminário de apresentação das experiências do estágio, entrega do relatório final, avaliação do supervisor de estágio e ficha de controle de frequência.

\*Poderá haver alterações conforme necessidade da disciplina.



## 8. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

- BOMPA, T.O. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento**. São Paulo: Phorte, 2002.
- DENADAI, B.S. Índices fisiológicos de avaliação aeróbia: conceitos e aplicação. Ribeirão Preto: B.S.D., 1999.
- McARDLE, W.; KATCH, F.; KATCH, V. **Fisiologia do Exercício - Energia, Nutrição e Desempenho Humano**, 8ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.
- POWERS, S.; HOWLEY, E. **Fisiologia do exercício. Teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho**, 8ª ed. Barueri, SP: Manole, 2009.
- TUBINO, M.J.G. **Metodologia científica do treinamento desportivo**. São Paulo: Ibrasa, 1993.

### 8.1 BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- DE LUCAS, R.; TURNES, T.; GUGLIELMO, L. Treinamento intervalado: aspectos conceituais e práticos. **Treinamento esportivo: um olhar multidisciplinar**, p. 29.
- OLIVEIRA, M. et al. Aspectos relacionados com a otimização do treinamento aeróbio para o alto rendimento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 16, n. 1, p. 61-66, 2010.
- ISSURIN V. B. New horizons for the methodology and physiology of training periodization. **Sports Medicine**. v. 40, n. 3, p. 189-206, 2010
- GOMES, A.C. **Treinamento desportivo: estruturação e periodização**. São Paulo: Artmed, 2002.
- LAURSEN, P.; BUCHHEIT, M. **Science and application of high-intensity interval training**. Human Kinetics, 2019.