



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



PLANO DE ENSINO – 2025/2

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\$, conforme segue:

Atividade	Critério de Avaliação	Peso
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

\$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

Datas	Conteúdos
12/08/25	Apresentação do plano de ensino e organização da disciplina.
19/08/25*	Elaboração do Planejamento do Estágio e registro no SIARE
26/08/25	Prazo final para registro no SIARE
28/10/25	Envio do relatório parcial
02/12/25	Seminário de apresentação das experiências do estágio, entrega do relatório final, avaliação do supervisor de estágio e ficha de controle de frequência.

*Encontro facultativo mediante entrega prévia do Plano de Estágio.

**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.



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



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.