



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO**

WASHINGTON CARVALHO BRANDÃO

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DESENVOLVIDO NA ACADEMIA ES- FIT NA
CIDADE DE CAMPINA GRANDE-PB**

CAMPINA GRANDE – PB

2019

WASHINGTON CARVALHO BRANDÃO

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DESENVOLVIDO NA ACADEMIA ES- FIT NA
CIDADE DE CAMPINA GRANDE-PB**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Departamento de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito para obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof. Me. Wasington Almeida Reis

CAMPINA GRANDE - PB

2019

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

B819r Brandão, Washington Carvalho.
Relato de experiência desenvolvido na academia Es- Fit na cidade de Campina Grande-PB [manuscrito] / Washington Carvalho Brandão. - 2019.
20 p. : il. colorido.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2019.
"Orientação : Prof. Me. Wasington Almeida Reis , Coordenação do Curso de Bacharelado em Educação Física - CCBEF."
1. Educação Física. 2. Musculação. 3. Estágio supervisionado. I. Título

21. ed. CDD 796.4

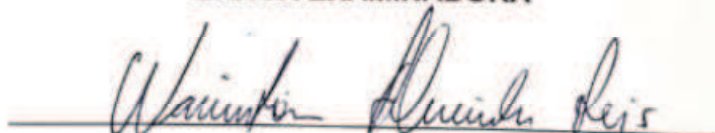
**RELATO DE EXPERIÊNCIA DESENVOLVIDO NA ACADEMIA ES FIT NA CIDADE
DE CAMPINA GRANDE-PB**

Relato apresentado à Banca Examinadora do curso de Bacharelado em Educação Física, pela Universidade Estadual da Paraíba, como exigência para obtenção do título de graduado em bacharelado em Educação Física.

Orientador: Prof. Me. Wasington Almeida Reis

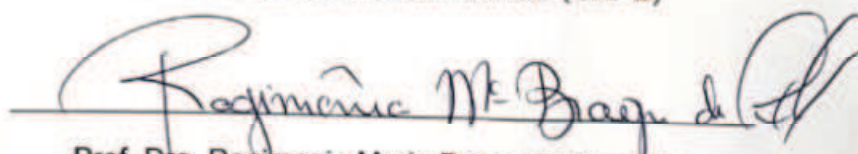
Aprovado em: 11/11/2019

BANCA EXAMINADORA



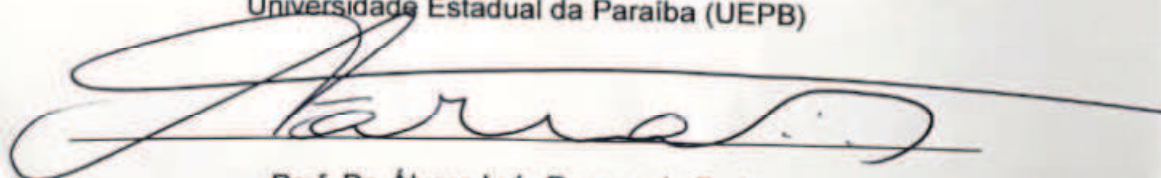
Prof. Me. Wasington Almeida Reis

Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho

Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dr. Álvaro Luis Pessoa de Farias

Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

RESUMO

O presente estudo trata-se de um relato de experiência pessoal vivenciado numa academia de musculação no período de 2014 a 2019, onde foi realizado um trabalho com pessoas de várias idades (15 aos 70 anos entre homens e mulheres). Na academia foram feitas elaboração de exercícios físicos, além de orientações sobre postura não execução das atividades e correta realização dos exercícios propostos, tomando as devidas precauções sobre possíveis limitações físicas e\ou doenças crônicas. Antes dos exercícios são realizados trabalhos aeróbicos (esteira, bicicleta, elíptico ou aulas de ginásticas), seguido pela musculação e ao término destes, os alunos são orientados à realizações de alongamentos. Esse trabalho trouxe uma nova visão e experiência em muitos aspectos, principalmente quanto ao relacionamento interpessoal e aprendizagem sobre exercícios de musculação, sua elaboração e execução.

Palavras-chave: Estágio supervisionado, musculação e saúde.

ABSTRACT

The present study is an account of personal experience experienced in a fitness center from 2014 to 2019, where a work was performed with people of various ages (15 to 70 years among men and women). At the academy were elaborated physical exercises, in addition to guidelines on posture not performing the activities and correct performance of the exercises proposed, taking precautions about possible physical limitations or chronic diseases. Before the exercises are performed aerobic works (treadmill, bicycle, elliptical or gymnastics classes), followed by the bodybuilding and at the end of these, the students are oriented to realizations of stretching. This work brought a new vision and experience in many aspects, mainly regarding the interpersonal relationship and learning about bodybuilding exercises, their elaboration and execution.

Keywords: Supervised internship, bodybuilding and health.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - visão frontal da academia	10
Figura 2 - visão interna da academia	10
Figura 3 - sala de ginástica	11
Figura 4 - sala do tatame	11
Figura 5 – sala de spinning	12
Gráfico 01 - representação da preferência dos clientes da academia	13
Quadro 01 – relação de profissionais de Educação Física e seus respectivos cargos	14
Quadro 02 - Relação de funcionários do quadro administrativo	14
Quadro 03 – Número total de alunos categorizados por gênero	15

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. REFERENCIAL TEÓRICO	8
2.1. O estágio supervisionado	8
2.2. Educação Física	8
2.3. Licenciatura e Bacharelado	9
3. DESENVOLVIMENTO	10
3.1. Caracterização da academia	10
3.2. Aspectos estruturais e de funcionamento	12
3.3. Modalidades	12
4. MÉTODOS	15
4.1. Relatando sobre a experiência vivenciada no ambiente de academia	16
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	18
6. REFERÊNCIAS	19

1. INTRODUÇÃO

O relato de experiência apresentado atende as exigências do Estágio Supervisionado, em Educação Física do curso de bacharelado determinado pela Universidade Estadual da Paraíba. É de fundamental importância, fazer uma reflexão da vivência dos diversos tipos de contextos realizados no cotidiano durante os estágios, dentro da área da saúde, podendo assim ser realizada uma reflexão como forma de entender os possíveis equívocos e colocar em prática avanços apontados a partir de uma nova práxis comportamental.

Mediante tal reflexão, nota-se assim, a importância da atividade de campo, selecionando-se uma realidade no como campo de estágio para devida atuação do estagiário. Aqui especificamente a realidade selecionada para a atuação foi em uma academia de musculação. De acordo com Krug (2010), atualmente discute-se bastante o processo formativo dos professores de Educação Física buscando uma melhoria da qualidade do ensino. Dessa forma os cursos têm se preocupado cada vez mais, em oferecer uma grade curricular mais adequada a atender essa melhor formação do seu corpo docente.

No decorrer da elaboração deste trabalho, serão abordados pontos relevantes, sobre: características que envolvem a academia, os professores, os alunos, o processo de atuação, tanto por meio observacional quanto prático e a contribuição com as intervenções vivenciadas, juntamente com a realidade do público que busca acima de tudo, promoção da saúde.

O referido teve como objetivo, relatar as experiências vivenciadas ao longo do período de estágio. Em seguida foi descrito o relato identificando a metodologia de trabalho desenvolvido, estabelecendo-se a relação entre os conhecimentos adquiridos e a prática cotidiana na academia.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. O estágio supervisionado

A experiência do estágio é essencial para a formação integral do aluno, considerando que cada vez mais são requisitados profissionais com habilidades e bem preparados. Ao chegar à universidade o aluno se depara com o conhecimento teórico, porém muitas vezes, é difícil relacionar teoria e prática se o estudante não vivenciar momentos reais em que será preciso analisar o cotidiano (MAFUANI, 2011).

Segundo Bianchi et al. (2005) o Estágio Supervisionado é uma experiência em que o aluno mostra sua criatividade, independência e caráter. Essa etapa lhe proporciona uma oportunidade para perceber se a sua escolha profissional corresponde com sua aptidão técnica. Esta atividade é oferecida nos cursos de licenciatura a partir da segunda metade dos mesmos, quando o graduando já se encontra inserido nas discussões acadêmicas para a formação docente e ela é apenas temporária.

Segundo Francisco e Pereira (2004) o estágio supervisionado é o momento de transição do aluno para docente, onde o acadêmico que foi aluno por vários anos descobre-se como docente, vivenciando experiências e conhecendo melhor sua área de atuação. “O Estágio Supervisionado consiste em teoria e prática, tendo em vista uma busca constante da realidade para uma elaboração conjunta do programa de trabalho na formação do educador (GUERRA, 1995)”. A realização do estágio supervisionado é extremamente relevante na formação do educador, onde o educador conhece de perto a realidade da escola, observando suas diversidades e dificuldades (MACIEL, 2012).

2.2. Educação Física

Bracht (1999) cita que “o nascimento da Educação Física se deu, por um lado, para cumprir a função de colaborar na construção de corpos saudáveis e dóceis, ou melhor, com uma educação estética”. Para Bracht, (1992), a Educação Física tem sido tratada em dois sentidos, um “restrito” e outro “amplo”. No seu

sentido “restrito”, contempla as atividades pedagógicas, relacionadas ao movimento corporal realizado na instituição educacional. No seu sentido “amplo” indica manifestações de cultura corporal, também chamada cultura de movimento, atrelada à ludo motricidade humana.

Segundo o BLOG Educação Física (2007), essa disciplina tem como objetivo o equilíbrio e a saúde do corpo, a disposição física para ação e desenvolvimento dos valores morais. Como também o melhoramento da aptidão física dos indivíduos, elevação do nível técnico e utilização do tempo de lazer.

Para Kunz (2005) a importância da Educação Física se revela através da atuação profissional em vários âmbitos educacionais, proporcionando as crianças e jovens, cultura, lazer e uma melhor qualidade de vida. O mesmo autor ainda afirma que “o curso de Educação Física deverá formar profissionais com conhecimentos pedagógicos capazes de atuar em diferentes ambientes educacionais, com formação cultural, científica e técnica”

2.3. Licenciatura e Bacharelado

Segundo Pessoa Filho e Pellegrine (1997) a formação acadêmica de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física tem como objetivo formar profissionais para atuar em áreas específicas, atendendo a uma nova legislação e o mercado de trabalho. Para Vieira (1997) a Licenciatura é voltada para a preparação do profissional de ensino Fundamental e Médio, onde o mesmo elabora e executa os programas adequados para seus alunos.

Massa (2002) afirma que o licenciado em Educação Física deve se preocupar com a educação escolar tendo uma relação “professor/aluno”, já o bacharel deve considerar a relação “professor/aluno cliente”. Este autor ainda cita que o formando de Bacharelado em Educação Física ou Licenciatura esteja apto e ciente de suas responsabilidades profissionais, para aplicar seus conhecimentos teóricos e práticos.

“O aluno bacharelado em Educação Física é preparado para atuar na manutenção e promoção de saúde, elaborando, executando, avaliando e coordenando projetos e atividades físicas para diferentes populações” (USP, 2006).

2. DESENVOLVIMENTO

3.1. Caracterização da academia

O local do estágio, foi na academia ES- FIT, situada na rua Freira Francisca Gusmão, no bairro do Bodocongó em Campina Grande – PB. O espaço tem aproximadamente 700 m² e conta com aproximadamente 480 alunos ativos, nos horários que compreende entre 05h30min às 22h00min, de segunda a sexta e aos sábados de 8h00min às 16h00min.

Figura 1 – visão frontal da academia



Figura 1 – visão interna da academia



Figura 3 – sala de ginástica



Figura 4 – área do tatame



Figura 5 – área de spinning



3.2. Aspectos estruturais e de funcionamento

A academia tem uma área de ocupação de 700 m² dividida em 4 salas (1 sala de musculação, 1 de ginástica tendo em média 30 alunos, 1 de spinning e 1 tatame). Todos os espaços são climatizados e estão em excelentes condições quanto as instalações elétricas e hidráulicas. Possui ainda 1 sala de avaliação física, 1 para a diretoria (atrás da recepção) e 1 lojinha de roupas e acessórios de musculação, além de vestiários (1 masculino e 1 feminino) bem equipados e adequados para o local. Além disso, o local dispõe de som, 2 TVs de LED, 10 esteiras, 6 bicicletas, 2 elípticos, barras e anilhas de ferro fundido e as máquinas são da marca Life Fitness e Garra, além de ter acesso a estacionamento e ser bem localizada.

3.3. Modalidades

A procura por uma vida mais saudável e diária está cada vez mais em evidência. Pois o público hoje conta com mais acesso à informação sobre vida saudável e está se cuidando mais, e assim melhorando a autoestima, saúde e condicionamento físico. Dessa maneira os parques, jardins, ciclovias, praças e academias (musculação e ginástica) estão cada vez mais frequentados.

E, uma das principais referências das academias para o que vai crescer ou cair em desuso no fitness é uma lista anual elaborada pelo Colégio Americano de Medicina Esportiva. Desde 2006, o órgão revela quais aulas devem se destacar no ano, além de fazer um balanço sobre o crescimento ou declínio das modalidades.

As tendências de 2016 foram definidas a partir de enquetes com 3 800 profissionais em mais de 35 países, inclusive o Brasil. No topo do ranking além da musculação, destaca-se o Crossfit e o treino intervalado de alta intensidade, caracterizado por aulas de curta duração (30 a 60 minutos) com exercícios intensos e pequenos períodos de descanso entre eles.

A ES-FIT academia oferece as modalidades de musculação, arte marcial, pilates e as ginásticas (Bodypump, Jump, spinning, entre outras). Sabendo disso, foi investigado com dados provenientes da administração da academia quais modalidades têm a preferência do público, representados no gráfico 1.

Extraído da ES-FIT academia, 2019

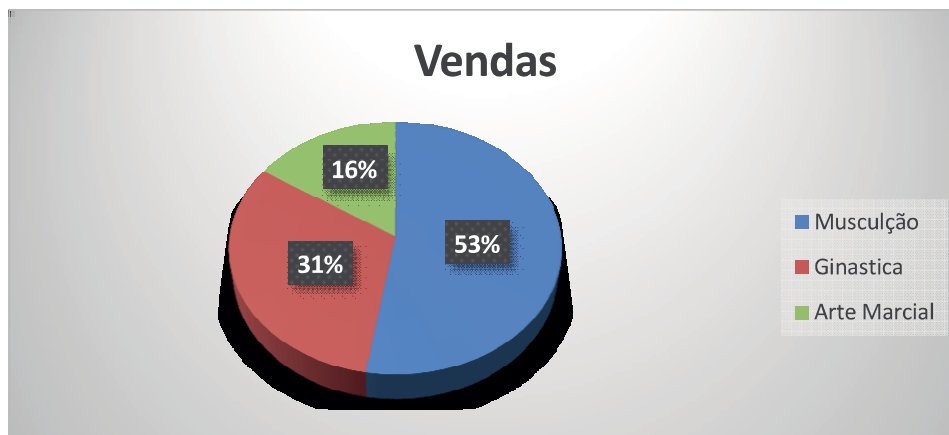


Gráfico 01 - representação da preferência dos clientes da academia

A empresa é composta por uma equipe de 8 professores (04 professores fixos e 04 estagiários), que são representados no (quadro 1).

Quadro 01 – Relação de profissionais de Educação Física e seus respectivos cargos.

N^o	NOME	SEXO	TURNO	FORMAÇÃO
1	Washington Carvalho	M	Tarde e noite	Professor
2	Dianderson Carlos	M	Manhã e noite	Professor
3	Thiago Eloy	M	Tarde e noite	Professor
4	Ewerton Eloy	M	Noite	Professor
5	Sayonara Alexandre	F	Tarde	Estagiária
6	Thierry Sander	M	Tarde e noite	Estagiário
7	Ana Beatriz Alves	F	Tarde e noite	Estagiária
8	Pétala Godareli	F	Manhã e noite	Estagiária

Extraído da ES-FIT academia, 2019

Além do quadro de funcionários de profissionais, têm a equipe administrativa responsável pelas questões burocráticas com 4 pessoas, representada no quadro 02.

Quadro 02 - Relação de funcionários do quadro administrativo e manutenção

N^o	NOME	SEXO	FUNÇÃO	TURNO DE TRABALHO	GRAU DE ESCOLARIDADE
1 -	Mônica	F	Diretora	Noite e tarde	Médio Completo
2 -	Amilton	M	Diretor	Manhã e Noite	Superior Incompleto
3 -	Monalisa	F	Secretária	Manhã e Tarde	Superior Incompleto
4 -	Mércia	F	Empregada	Manhã e Noite	Médio Incompleto

Extraído da ES-FIT academia, 2019

A relação do número de alunos matriculados nos três turnos foi extraída pela administração da academia e representada no quadro 03.

Quadro 03 – Número total de alunos categorizados por gênero

SEXO	Nº DE ALUNOS			TOTAL
	M	T	N	
Feminino	60	70	130	260
Masculino	40	60	120	220

Extraído da ES-FIT academia, 2019

4. MÉTODOS

Foi utilizado como instrumento da pesquisa a observação participativa e o diário de campo durante a realização do estágio. Constituíram a disciplina sessenta horas de orientação, observação, planejamento, intervenção e elaboração de relatórios no período entre setembro e outubro de 2019, com frequência de 01 dia por semana. O local escolhido para a realização do estágio foi a academia de musculação denominada ES -FIT, na cidade de Campina Grande - PB.

A realização das atividades seguiu o cronograma planejado em conjunto com o professor da disciplina. Que junto com a minha familiarização com o local de trabalho, os métodos e a realização das atividades na academia fizesse um bom trabalho. Em seguida foi realizado o trabalho de acompanhamento e observação das ações do orientador de campo ao longo das suas atividades diárias, para finalmente ter início à fase da intervenção.

Durante o período de realização do estágio, nós escrevemos relatórios sobre os aspectos inerentes a sua observação e a sua intervenção. Para a coleta de dados de campo e relato das atividades realizadas, foi utilizado um diário de campo, onde descreveu-se as atividades realizadas, suas observações e os fatos que me chamaram a atenção no decorrer do processo de realização do estágio. Para elaboração dos relatórios foram feitas buscas de artigos científicos na base de dados do Google Acadêmico, visando enriquecer as informações contidas no trabalho, assim como respaldar os conceitos, informações e dados utilizados na elaboração dos relatórios e reflexões na literatura científica.

4.1. Relatando sobre a experiência vivenciada no ambiente de academia

Fazendo uma reflexão sobre minha experiência na academia ES-FIT, percebi que vivenciei e ainda vivencio muitas coisas que sempre me servem como aprendizado. Com a ajuda de outros profissionais (professores e estagiários) dependendo do horário, o trabalho fica ainda mais produtivo e corre com mais facilidade, pois, é possível orientar melhor os alunos e não sobrecarrega o meu serviço. Apesar, de ter bem mais alunos que professores em determinados horários, a experiência faz com que o professor possa realizar um acompanhamento e trabalho mais dedicado, e dessa maneira não deixa que o aluno se sinta isolado ou desorientado durante seu treino.

Na ES-FIT existe um excelente sistema de avaliação física para o aluno, aonde são abordados e realizados com uma metodologia de treino bem elaborada e dinâmica, que se possibilita uma grande variedade de rotina de exercícios, fazendo com que os alunos não caiam na monotonia do exercício repetitivo. São usados na avaliação física: Perimétrica, dobras cutâneas, flexiteste, anamnese e posturógrafo. E assim podendo ter bastante informações sobre o aluno que ajuda na elaboração do seu treino, evolução e melhora do corpo físico. Há um treino também para o aluno iniciante que chega na academia e não faz inicialmente uma avaliação, dessa maneira, possibilita que ele comece a desenvolver a familiaridade com os equipamentos e seu corpo comece a se adaptar à rotina de exercícios de maneira não abrupta.

Na academia existe uma boa estrutura de espaço e equipamentos para realização de um bom trabalho. Máquinas boas e limpas, 2 banheiros (masculino e feminino) com chuveiro, ventilação agradável (deixando o ambiente confortável e arejado), funcionários competentes e um ambiente limpo e de acordo com todas as regras propostas para as academias de musculação.

Um ponto positivo destaque é a união entre toda equipe da academia, possibilitando-me a realizar um trabalho com mais confiança e liberdade de escolha de execução do trabalho, como por exemplo, ordem dos exercícios, tempo de descanso, algumas avaliações dentre outros serviços, acrescentando que sempre com o acompanhamento do profissional dando o suporte, colocando-se prontamente disponível.

Já um ponto negativo é a falta de motivação aos funcionários, com simples gestos de agradecimento pelo bom trabalho diário e incentivo a continuar fazendo sempre o seu melhor. Outros pontos negativos são a falta de reuniões mensais onde poderiam ser abordados os problemas da academia, planejamentos e conselhos para um melhor trabalho, bem como a falta de interesse dos donos da empresa em não incentivar e até orientar os seus funcionários a realizarem capacitações com ações específicas, cursos e até congressos, haja vista uma característica adotada por academias e espaços de promoção de saúde que têm uma filosofia robusta e moderna.

Quanto à elaboração dos relatórios, foi bastante tranquilo e não encontrei dificuldade, procurei relatar ao máximo o que me pareceu ser mais importante. Esse registro faz-se necessário para a avaliação do docente e relevante para o discente, na medida em que temos registrados nossos relatos e experiências que poderão servir em situações futuras.

A experiência na academia ajudou muito como aprendizado para a realização de um melhor aproveitamento do meu trabalho no presente e futuro e assim me realizar profissionalmente.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência obtida na vivência profissional foi bastante proveitosa e agradável, foi possível aprender e aprimorar meus conhecimentos relacionando teoria à prática. A relação interpessoal com os profissionais envolvidos mostrou-se desenvolvida de forma clara, respeitosa e cordial, facilitando o desenvolvimento do estudo e observação.

O lado positivo de lidar com um ambiente favorável é justo o conhecimento que se ganha em relações interpessoais melhores, melhor desenvolvimento do trabalho conjunto que alia a teoria à prática, e uma melhor aplicação que irá reverberar no desenvolvimento das atividades propostas, tornando-as mais profissionais, especializadas, específicas e direcionadas a real necessidade do aluno/cliente. A equipe, o maquinário, academia em ordem e diretores capacitados possibilita ao profissional e/ou formando aplicar seu conhecimento e adquirir conhecimento que se torna importante para o aluno/cliente/público em geral.

Foi possível concluir ao longo dessa análise profissional e acadêmica que não se deve dispensar, para um bom aproveitamento profissional, nenhuma etapa da formação a exemplo do estágio, onde o ambiente de academia de ginástica e musculação possibilita ajudar no direcionamento da atividade na qual o formando irá desenvolver maior afinidade e identificação, e assim, ter a condição para se especializar e buscar sua rota profissional a ser tratada.

Conclui-se portanto, que a vivência no ambiente prático possibilita ao aluno formando a desenvolver as habilidades e conhecimentos adquiridos no ambiente acadêmico e assim, fixar e absorver todo o conhecimento adquirido.

6. REFERÊNCIAS

- BERNARDY, Katieli; PAZ, Dirce Maria Teixeira. **Importância do estágio supervisionado para a formação de professores**. 2012. Disponível em internet. <https://home.unicruz.edu.br/seminario/anais/anais-2012/ccs/importancia%20do%20estagio%20supervisionado%20para%20a%20formacao%20de%20professores.pdf>, acessado em 21/09/2019 às 10h00min.
- BARROS, Nysherdson Fernandes de; AQUINO, Vanessa Borges de; FERREIRA, Jesanio Kadson Xavier; RODRIGUES, Carlos Eduardo da Silva; AGUIAR, Michelle Salles Barros de. **Estágio supervisionado na educação física: Um relato da prática docente no ensino fundamental**. 2015. Disponível em internet. http://www.editorarealize.com.br/revistas/conedu/trabalhos/TRABALHO_EV056_MD1_SA4_ID504_26042016232510.pdf, acessado em 21/09/2019 às 11h30min.
- FRANCISCO, C. M. e PEREIRA, A.S. **Supervisão e Sucesso do desempenho do aluno no estágio**, 2004. Disponível em internet. <http://www.efdeportes.com/efd69/aluno.htm>, acessado em 20/09/2019 às 16h30min.
- FREIRE, Elizabete do Santos et al. Educação Física: **Pensando a profissão e a preparação profissional**. Revista Mackenzie de Educação Física e Esportes. Barueri, v 1, n. 1 p 39-45, Setembro, 2002. Disponível em internet. http://www.mackenzie.br/editoramackenzie/revistas/edfisica/edfis1n1/art3_edfis1n1.pdf#search=%22Educa%C3%A7%C3%A3o%20fisica%3Apensando%20a%20profissao%22, acessado em 23/09/2019 às 16h50min.
- GUERRA, Miriam Darlete Seade. **Reflexões sobre um processo vivido em estágio supervisionado: Dos limites às possibilidades**, 1995. Disponível em internet. <http://www.anped.org.br/23/textos/0839t.PDF>. Jul. 2006, acessado em 23/09/2019 às 18h30min.
- GRUPO VOLL. **A importância da educação física na sociedade**. 2017. Disponível em internet. <https://blogeducacaofisica.com.br/importancia-da-educacao-fisica/>, acessado em 23/09/2019 às 16h30min.
- KUNZ, Elenor. **Análises, Considerações e Sugestões para a Reformulação Curricular (Curso de Licenciatura) em Educação Física do CDS/UFSC, 2005**. Disponível em internet. <http://www.nepef.ufsc.br/arquivos/licenciatura.doc>. Jul. 2006, acessado em 24/09/2019 às 05h30min.
- LOMBARDI, Roseli Ferreira. Formação Inicial: **Uma observação da prática docente por discurso de alunos estagiários do curso de Letra**, 2005. Disponível em internet. <http://www.congresso/ed2005.puc.c/pdf/ferreira%20lombardi.pdf>. Jul. 2006. acessado em 2/09/2019 às 08h30min.
- MANOEL, Edílson de Jesus e TANI, Go. **Preparação Profissional em Educação Física e Esportes: Passado, Presente e Desafios para o futuro**. Revista Paulista de Educação Física. São Paulo, v. 13, p13-19, Dezembro, 1999. Disponível em internet.

<http://www.usp.br/eef/rpef/v13esp30anos/v13p13.pdf>. Ago. 2006, acessado em 24/09/2019 às 09h30min.

PESSOA Filho, Dalton M. e PELLEGRINI, Ana Maria. **Evolução, Tendências e contribuição do trabalho de formatura nos cursos de Educação Física da UNESP/ RC**. Revista Motriz. Rio Claro, v. 3, n. 1 p 1-9, Junho, 1997. Disponível em internet. <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/03n1/artigo1.pdf>, acessado em 24/09/2019 às 09h45min.

SOUZA, Jânua Coeli Andrade; BONELA, Luciane Aparecida; PAULA, Alexandre Henriques de. **A importância do estágio supervisionado na formação do profissional de educação física: uma visão docente e discente**. 2007. Disponível em internet. https://www.unileste.edu.br/movimentum/Artigos_V2N2_em_pdf/movimentum_V2_N2_souza_janua_luciane_bonela_2_2006.pdf, acessado em 23/09/2019 às 10h30min.

VASCONCELOS, Antônio Cleano Mesquita; GOMES, Igor Carneiro. **Fundamentos e prática da educação física**. 2015. Disponível em internet. <http://md.intaead.com.br/geral/fundamentos-metodologicos-do-ensino-e-prat-ed-fisica/pdf/fundamento-e-pratica-da-educacao-fisica.pdf>, acessado em 23/09/2019 às 06h18min.