

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS - UFAM
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA TREINAMENTO ESPORTIVO**

MARLYSSON JUNIO ALVES SOBRINHO

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO NO
ATLETISMO PARA A FORMAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TREINAMENTO ESPORTIVO EM MANAUS**

MANAUS

2024

MARLYSSON JUNIO ALVES SOBRINHO

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO NO
ATLETISMO PARA A FORMAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TREINAMENTO ESPORTIVO EM MANAUS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal do Amazonas (UFAM), como requisito para obtenção do título de Bacharelado Educação Física Treinamento Esportivo.

Orientador: Prof. Ms. Carlos Masashi Otani

MANAUS

2024

Ficha Catalográfica

Ficha catalográfica elaborada automaticamente de acordo com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

A474r Alves Sobrinho, Marlysson Junio
Relato de experiência do estágio curricular supervisionado no atletismo para a formação do profissional de educação física treinamento esportivo em Manaus / Marlysson Junio Alves Sobrinho . 2024
30 f.: 31 cm.

Orientador: Carlos Masashi Otani
TCC de Graduação (Educação Física - Treinamento Esportivo) - Universidade Federal do Amazonas.

1. Estágio supervisionado. 2. Educação física. 3. Atletismo. 4. Relato de experiência. 5. Formação acadêmica. I. Otani, Carlos Massashi. II. Universidade Federal do Amazonas III. Título

MARLYSSON JUNIO ALVES SOBRINHO

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO NO
ATLETISMO PARA A FORMAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TREINAMENTO ESPORTIVO EM MANAUS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal do Amazonas (UFAM) como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharelado Educação Física Treinamento Esportivo.

Este trabalho foi defendido e aprovado pela banca em 31/07/2024.

BANCA EXAMINADORA



Prof. Ms. Carlos Masashi Otani - UFAM
Orientador

Universidade Federal do Amazonas
Faculdade de Educação e Fisioterapia



Prof. Dr. Vinicius Cavalcanti
SIAPE: 2618790

Prof. Dr. Vinicius Cavalcanti - UFAM
Avaliador



Prof. Dr. Régis Tribuzy de Oliveira - UFAM
Avaliador

Dedicatória

À Deus, que nunca me desamparou,
minha família que sempre me
apoiou nas decisões, aos amigos e
a instituição.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, que me deu forças e paciência para chegar até aqui, mesmo com todas as dificuldades e muitas vezes desencadeadas por mim, me fez acreditar e colocou as pessoas certas em meu caminho.

A minha família, principalmente aos meus pais, Vanderleia Alves Sobrinho e Marcio Junior da Silva Sobrinho, e meu irmão Marcos Daniel Alves Sobrinho que foram os maiores incentivadores dessa árdua caminhada, que me apoiaram sempre nas minhas escolhas e decisões.

Aos amigos que tive a honra de conhecer durante a graduação, que me ajudaram e que sem eles tudo seria bem mais difícil.

Aos professores que tive durante toda a caminhada, e aos professores da Faculdade de Educação Física por me agregarem conhecimento com qualidade, e em especial ao professor Ms. Carlos Masashi que se propôs a ser meu orientador e que me deu as ferramentas necessárias para a conclusão desta.

Epígrafe

“A educação deve possibilitar ao corpo e à alma toda a perfeição e a beleza que podem ter.” (Platão)

RESUMO

O presente estudo tem em vista mostrar, por meio de um relato de experiências, os benefícios do estágio supervisionado no atletismo para a formação do profissional de educação física - treinamento esportivo em Manaus. O estágio supervisionado é essencial para o acadêmico que está prestes a se graduar, pois esta é uma oportunidade de estabelecer o vínculo profissional. E o esporte em questão foi o ATLETISMO. As pessoas que participavam das aulas eram crianças e adolescentes, inclusive crianças com AUTISMO. As informações que norteiam e estruturam o relatório são: análise da conjuntura esportiva; planejamento do processo de treinamento e os diários de campo, além de artigos científicos pesquisados.

Palavras-chave: Estágio Supervisionado; Educação Física; Atletismo; Relato de Experiência; Formação Acadêmica.

ABSTRACT

This study aims to demonstrate, through a report of experiences, the benefits of supervised internship in athletics for the training of physical education professionals - sports training in Manaus. Supervised internship is essential for students who are about to graduate, as it is an opportunity to establish a professional relationship. The sport in question was ATHLETICS. The people who participated in the classes were children and adolescents, including children with AUTISM. The information that guides and structures the report is: analysis of the sports situation; planning of the training process and field diaries, in addition to researched scientific articles.

Keywords: Supervised Internship; Physical education; Athletics; Experience Report; Academic Education.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

FAAR	Fundação Amazonas de Alto Rendimento
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
SEDECTI	Secretaria de Desenvolvimento, Ciência, Tecnologia e Inovação
CTARA	Centro de Treinamento de Alto Rendimento da Amazônia

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 OBJETIVOS.....	13
2.1 Objetivo Geral.....	13
2.2 Objetivos Específicos	13
3 JUSTIFICATIVA.....	14
4 REVISÃO DE LITERATURA	15
4.1 ANÁLISE DA CONJUNTURA ESPORTIVA.....	15
4.1.1. O BAIRRO	15
4.1.2. O CENTRO ESPORTIVO.....	16
4.1.3. ORGANIZAÇÃO ADMINISTRATIVA DO CENTRO ESPORTIVO	17
4.1.4. ORGANIZAÇÃO PEDAGÓGICA DO CENTRO ESPORTIVO.....	18
4.1.5. ESTRUTURA FÍSICA DO CENTRO ESPORTIVO	18
4.2 PLANEJAMENTO DO PROCESSO DE TREINAMENTO	19
4.2.1 MACROCICLO.....	20
4.2.2 MESOCICLO.....	20
4.2.3 MICROCICLO	20
5 METODOLOGIA	22
6 RESULTADOS E DISCUSSÃO	23
7 PLANO DE AULA E DIÁRIO DE CAMPO.....	25
7.1. RELATÓRIO DESCRITIVO DA OBSERVAÇÃO.....	25
7.2 RELATÓRIO DESCRITIVO DA PARTICIPAÇÃO	25
7.3. RELATÓRIO DESCRITIVO DAS AULAS MINISTRADAS.....	26
8 CONSIDERAÇÕES FINAIS	28
REFERÊNCIAS.....	29

1 INTRODUÇÃO

Este estudo busca demonstrar as informações e conhecimentos adquiridas no estágio curricular supervisionado, que contou com o apoio da Fundação Amazonas de Alto Rendimento (FAAR) com as atividades que são disponibilizadas por lá, com a realização das aulas presenciais na Vila Olímpica, localizada na Avenida Pedro Teixeira, 400, Dom Pedro I, com o CEP 69040-000 Manaus – AM e seus horários de atendimento são de segunda a quinta-feira, das 8h às 17h e as sextas-feiras, das 8h às 14h (site da FAAR). O estágio supervisionado ocorreu no período de outubro e dezembro.

O esporte na qual estávamos a observar e participar foi o ATLETISMO, com o responsável sendo o professor Ítalo. As pessoas que participavam das aulas eram crianças e adolescentes e que inclusive contavam com a presença de crianças com AUTISMO e que participaram até de competições fora do estado para representar o Amazonas. A aula ocorria duas vezes por semana com os alunos, no horário de 7:30 as 10:00 horas da manhã, as vezes variando.

Anversa e colaboradores (2015) relatam que as atividades do estágio são importantes, a partir do momento que aproxima o conhecimento ao espaço de atuação profissional. Sob esta ótica, o componente curricular do Estágio Supervisionado apresenta-se como premissa, para compreender a dinâmica que contempla o estágio na perspectiva ensino/trabalho.

O estágio supervisionado é essencial para o acadêmico que está prestes a se graduar, pois esta é uma oportunidade de estabelecer o vínculo profissional sem que este esteja anulado ao vínculo educacional, tornando-se, portanto, a última oportunidade, durante a graduação, de avaliar os conhecimentos adquiridos, favorecendo e desenvolvendo as habilidades obtidas.

A experiência do estágio é essencial para a formação completa do acadêmico, 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 (BERNARDY, Katieli; PAZ, Dirce Maria Teixeira, 2012).

O relatório presente foi desenvolvido e caracterizado através de informações e análises de experiências e vivências obtidas no estágio, através da modalidade individual, que no caso, foi o atletismo, para analisar o estágio supervisionado no atletismo para a formação do profissional de educação física treinamento esportivo em Manaus. As informações que norteiam e estruturam o relatório são; análise da conjuntura esportiva; planejamento do processo de treinamento e os diários de campo, além de artigos científicos pesquisados.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Relatar os benefícios da experiência do estágio curricular supervisionado no atletismo para a formação do profissional de Educação Física Treinamento Esportivo em Manaus.

2.2 Objetivos Específicos

2.2.1 Analisar as aulas práticas de atletismos e suas metodologias para cada aula.

2.2.2 Relatar as experiências do estágio curricular supervisionado no atletismo.

3 JUSTIFICATIVA

O período do estágio curricular supervisionado é muito importante para se experienciar e vivenciar o que foi obtido durante a caminhada acadêmica, colocando em prática tudo aquilo que aprendeu, por outro lado, nota-se uma certa dificuldade, pois existem receios quanto à falta de experiência por parte de nós alunos do curso de Educação Física.

O presente estudo foi uma ideia sugerida pelo professor Ms. Carlos Masashi Otani, pois é uma ideia de mostrar através de um relato de experiência sobre o meu estágio supervisionado que foi realizado na Fundação Amazonas de Alto Rendimento - FAAR, conversamos sobre as motivações do trabalho e podemos compreender que o estágio tem vários fatores a serem explorados, dessa forma ficou acordado um relato sobre essa experiência.

Sendo assim, este estudo busca demonstrar as informações e conhecimentos adquiridas no estágio curricular supervisionado, que contou com o apoio da Fundação Amazonas de Alto Rendimento (FAAR), através de um relato de experiência na modalidade de Atletismo.

4 REVISÃO DE LITERATURA

A formação inicial do curso de graduação na modalidade bacharelado em Educação Física baseada na resolução nº 63/2007 do CONSEPE, prevê em sua estrutura 405 (quatrocentos e cinco) horas destinadas a disciplina de Estágio Supervisionado que inclua conteúdos básicos profissionais.

O processo de estágio ocorre sob a orientação do professor ministrante da disciplina, onde este dar o encaminhamento para o início do estágio, assim como discuti as atividades a serem desenvolvidas no campo, além de orientar sobre a construção do relatório que deve ser entregue ao final da disciplina. Durante a prática os alunos devem observar e intervir nas atividades, sob a supervisão de professores dos locais de estágio (DA SILVA, 2019).

Segundo Albuquerque, Lira e Resende (2012) o estagiário, em sua formação, apropria-se de conhecimentos e atividades, que os apresentam as experiências prévias da profissão. Em outra análise, Fávoro (2006) aponta em sua pesquisa, que o estágio deve estimular o aluno a desenvolver habilidades e destrezas, com competência para assumir uma ação reflexiva frente à prática social.

Nesta perspectiva, o componente curricular do Estágio desenvolver competências operacionais que permitam aos discentes a união do conhecimento da área à prática no mundo do trabalho.

4.1 ANÁLISE DA CONJUNTURA ESPORTIVA

4.1.1. O BAIRRO

As aulas e vivencias do estágio supervisionado ocorreu na Vila Olímpica de Manaus, administrada e coordenada pela FAAR (Edilene Mafra, 2022), localizada na zona centro-oeste, especificamente, na avenida Pedro Teixeira, 400, Dom Pedro I. De acordo com estimativas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), sua população era de 20,179 habitantes em 2017 (SEDECTI, 2017). As características geográficas: área total: 98 hectares, com rendimento médio mensal: R\$ 1.747,41(WIKIPEDIA,2023).

Integram o bairro: os conjuntos Dom Pedro I e II, além dos loteamentos Parque Jerusalém e Tropical; não esquecendo dos condomínios situados no bairro. Quanto ao nome do bairro foi dado em homenagem ao imperador Dom Pedro I, pois no mesmo ano que se iniciava a construção do conjunto, o Brasil comemorava os seus 150 anos de independência de Portugal. Porém a inauguração oficial se deu no dia 20 de março de 1974, quando os conjuntos habitacionais foram entregues aos moradores. A cultura local conta com as praças de alimentação do bairro que atrai e serve tanto a moradores quanto a pessoas vindas de todas as partes da cidade com variedades nos pratos como: carne na chapa, pizzas, sanduiches, salgados, yakissoba, pastel, tacacá, chopp, dentre outras vendas rentáveis para quem é comerciante no local (Redação JCAM).

4.1.2. O CENTRO ESPORTIVO

A Vila Olímpica de Manaus que hoje é coordenada pela Fundação Amazonas de Alto Rendimento (FAAR), localizada na Avenida Pedro Teixeira, bairro Dom Pedro, zona Centro-Oeste, foi fundada/inaugurada no ano de 1990, mas exato no dia 26 de março de 1990. Sendo referência nacional, como um centro de treinamento e competições oficiais para diversas modalidades, a Vila Olímpica de Manaus completou 32 anos de existência em março de 2022. Além de atender atletas de alto rendimento, o complexo de esporte e lazer conta com uma área de 202.775 metros quadrados, projetos de iniciação esportiva e programação para o público geral (FAAR, 2022).

Em 1990, a inauguração da Vila Olímpica contou com o 1º Meeting Internacional de Atletismo de Manaus, que recebeu 143 atletas de 21 países, vários deles recordistas e campeões mundiais e olímpicos. Entre os espectadores desse dia, com apenas 13 anos, estava o amazonense Sandro Ricardo Rodrigues Viana, que meses depois conseguiu uma vaga para treinar na escolinha da Vila, tornando-se anos depois uma das maiores referências do esporte amazonense, chegando à conquista do bronze olímpico no revezamento 4x100m, nos Jogos de Pequim, em 2008. Foi na Vila Olímpica que ele teve a oportunidade de praticar, além do atletismo, basquete, futsal e natação. Além do bronze na Olimpíada de Pequim, ele conquistou

também o ouro nos Jogos Pan-Americanos do Rio de Janeiro (2007) e de Guadalajara (2011), na prova de revezamento 4x100m.

Outra atleta descoberta na Vila Olímpica foi a mesatenista Amanda Marques. Entre os inúmeros títulos estaduais, nacionais e internacionais, o primeiro contado de Amanda com o esporte começou ainda na escola. Em 2003, ela viu um anúncio sobre as inscrições das Escolinhas de Iniciação Esportiva da Vila e decidiu se matricular. Um ano após praticar tênis de mesa no espaço, garantiu o título brasileiro mirim e começou a investir ainda mais no esporte (FAAR, 2021).

A estrutura da Vila Olímpica de Manaus também tem sido fundamental, ao longo dos anos, para o paradesporto. Um dos mais promissores na atualidade é o atleta de parapowerlifting, Lucas Manoel dos Santos, de 17 anos. Treinando na Vila há cinco anos, ele já conquistou na sua breve jornada o bronze nos Jogos Parapan-Americanos de Lima, no Peru (2019), o bicampeonato Mundial Júnior no México (2017) e no Cazaquistão (2019), além do bicampeonato Brasileiro Júnior em São Paulo (2017 e 2018) (FAAR, 2021). Como se pode notar a Vila Olímpica de Manaus tem-se como grande referência e benefício para o esporte de alto rendimento, como para a iniciação no Estado do Amazonas e que ao longo dos anos ajudou muitas crianças e adolescentes no seu desenvolvimento como cidadão e atleta e que o centro esportivo ainda é disponibilizado para o público em geral para a prática de atividades físicas.

4.1.3. ORGANIZAÇÃO ADMINISTRATIVA DO CENTRO ESPORTIVO

A Fundação Amazonas de Alto Rendimento (FAAR) tem a finalidade de elaborar estudos, planejar, coordenar, supervisionar o desenvolvimento do esporte de alto rendimento e executar ações para a promoção de eventos esportivos. Incentiva programas desenvolvidos nos complexos desportivos, ginásios de esportes e nas áreas desportivas sob sua administração, por órgãos públicos, entidades de administração desportivas e entidades interessadas no desenvolvimento do esporte.

Instituída em novembro de 2019 com finalidade a preservação, a manutenção e a disciplina de utilização da Vila Olímpica de Manaus, Arena da Amazônia, Arena Amadeu Teixeira, e os seus respectivos equipamentos. Assim como as demais áreas desportivas construídas ou que venham a ser construídas pelo Governo do Estado,

como Estádio Carlos Zamith, Estádio Ismael Benigno, Estádio Oswaldo Frota, Ginásio Poliesportivo Renê Monteiro.

A estrutura organizacional é composta pelo Diretor(a) Presidente: JORGE ELIAS COSTA DE OLIVEIRA; Diretor(a) Administrativo-Financeiro: LOURENA CRISTINA LIMA AFONSO; e Diretor Técnico-Esportivo: FÁBIO ALBUQUERQUE (site FAAR).

4.1.4. ORGANIZAÇÃO PEDAGÓGICA DO CENTRO ESPORTIVO

O professor Ítalo era o responsável pela modalidade de atletismo, pois o mesmo tinha conhecimento e experiência, além de estudo sobre a modalidade e que foi contratado pela FAAR na condição de estagiário e seu contrato tinha a duração de 6 meses e que logo depois foi ocupado por outra professora chamada Grazi, e que era formada em licenciatura e tinha conhecimento na área do atletismo e ficou responsável pela turma e mesmo com o fim do seu contrato o professor Ítalo continuou ajudando a professora Grazi como voluntário até o recesso das atividades.

4.1.5. ESTRUTURA FÍSICA DO CENTRO ESPORTIVO

Referência na iniciação esportiva e no alto rendimento, a Vila Olímpica tem uma área total de 202.775 metros quadrados, com quadras para as práticas de esportes coletivos e individuais; um centro de ginástica; um ginásio para a prática de tênis de mesa; sala de xadrez; uma sala para o treinamento de boxe e outro para as aulas de jiu-jitsu e judô; uma pista de atletismo com arquibancada para um público de 1.500 pessoas; um kartódromo que estava sendo reformado; uma quadra de futsal e handebol e outra de basquete e vôlei e uma piscina olímpica, herdada dos Jogos Olímpicos Rio 2016. Em alguns pontos da vila encontra-se bebedouros, em relação as instalações algumas necessitariam de reparos, como em alguns banheiros, nas ruas do complexo que precisam de melhorias e assim como em alguns pontos da pista de atletismo que se encontra alguns pequenos buracos.

Além dos espaços para as práticas esportivas, o complexo conta ainda com três prédios administrativos, onde funcionam a sede da Faar e do Ctara, academia de

musculação e alojamentos, utilizados pelos atletas, que recebem também acompanhamento de uma equipe multiprofissional.

4.2 PLANEJAMENTO DO PROCESSO DE TREINAMENTO

Sem sombra de dúvida a planificação de treinamentos é um dos segredos para a evolução em qualquer esporte. Entretanto é apenas uma das peças chaves para alcançar o objetivo traçado. Muitos profissionais de educação física aconselham: ter um objetivo a curto, médio ou longo prazo é essencial para manter a motivação em treinamentos.

Segundo Gomes (2009), o planejamento do treinamento gradativamente sofreu mudanças e foi, ao longo do tempo, desenvolvido por diversos estudiosos: Kotov (1916), Gorinevski (1922), Pihkala (1930), Grantyn (1939), Ozolin (1949), Letonov (1950). A partir da década de 60, o treino passou a ser planejado e periodizado, através de Matvéiev considerado por muitos como o pai da periodização, mudando para sempre a forma de potencializar o rendimento desportivo dos vários atletas (PINHEIRO, Afonso; 2011).

Para que objetivos de curto, médio e longo prazo sejam alcançados, deve ser realizado um planejamento que leve em consideração a estruturação, execução, controle e avaliação do treinamento (BEYER, 1987). Por isso, destaca-se a importância dos seguintes elementos estruturais: preparação plurianual, preparação anual (temporada), macrociclo, mesociclo e microciclo de treinamento, além da própria sessão de treinamento (PLATONOV, 2008; NAVARRO, 1996). A primeira a macroestrutura que são de grandes ciclos de treinamento mais famoso chamado de (macrociclo) tem um planejamento anual, semestral e quadrimestral, a segunda mesoestrutura que são de media duração de planejamento de treinamento e envolve os chamados (mesociclo) e a terceira microestrutura que são as sessões de treinamento de forma isolada os treinos (microciclo).

4.2.1 MACROCICLO

Segundo Navarro (1996), macrociclo é o termo utilizado para descrever um longo ciclo de treinamento que inclui uma fase competitiva, que geralmente tem de 3 a 12 meses de duração. Por isso, dentro de um macrociclo devem estar presentes três fases de desenvolvimento da forma esportiva: período preparatório, período competitivo e período transitório (ZAKHAROV, 1992; NAVARRO, 1996; PLATONOV, 2008). É a estrutura que engloba todos os objetivos de um ciclo de treino a longo prazo. No atletismo durante uma época desportiva existe, normalmente, dois macrociclos.

4.2.2 MESOCICLO

O mesociclo é unidade estrutural da preparação desportiva e constitui-se de vários microciclos (NAVARRO, 1996). O mesociclo apresenta-se como uma etapa relativamente completa do processo de treinamento, geralmente com duração de três a seis semanas. A estrutura do mesociclo pode possuir de 2 a 6 microciclos sendo bem comum de duração de 1 mês.

4.2.3 MICROCICLO

Os microciclos são uma das unidades estruturais utilizadas para o planejamento a curto prazo (NAVARRO, 1996). Segundo Zakharov (1992), o microciclo é constituído por uma série de sessões de treinamento que visam à solução de tarefas de um determinado mesociclo, com duração de 1 a 4 semanas. É composto por uma série de sessões de treino ordenadas adequadamente, formando uma unidade de carga de curta duração. No atletismo a duração normal é uma semana.

A periodização do treinamento desportivo desde o seu surgimento até hoje, passou por muitas adaptações que ocorreram em correspondência com as mudanças e exigências no esporte de alto rendimento e amador, o grande avanço da tecnologia veio para agregar e ajudar a evolução de atletas. A Periodização vai de acordo a cada

modalidade e cada atleta, cada organismo responde ao treinamento diferente de outras, quando se fala em treinamento personalizado a organização precisa ser feita perfeita para o tipo de atleta e suas características para podermos ter rendimento.

5 METODOLOGIA

O estudo foi executado com a formação teórica e prática sobre o tema levantado, iniciando-se pelas experiências e vivências obtidas na prática do estágio curricular supervisionado. Na qual foram feitos relatos, diários de campos e participação com aulas ministradas para a obtenção das devidas experiências na área da futura formação acadêmica.

E por meio de uma pesquisa bibliográfica e análise preliminar sobre o tema da pesquisa. Buscou-se qual metodologia se aplicaria melhor na referida pesquisa e concluiu-se que a metodologia aplicada seria a linha de pesquisa descritiva, através de pesquisa bibliográfica, baseado em artigos de diversos autores.

Foram utilizados artigos, realizando um trabalho de revisão de literatura, haja vista a busca de conhecimentos sobre o tema explorado. Esta revisão bibliográfica explora referências bibliográficas obtidas a partir das seguintes bases de dados eletrônicas: Google e Google acadêmico.

Os trabalhos e artigos foram escolhidos com base em revisão de títulos, resumos, conclusões e conteúdo completo. Esta abordagem metodológica inclui as seguintes etapas: identificação do problema, pesquisa documental, análise de dados e apresentação de resultados e discussão. Os artigos que não se encaixassem nesse quesito eram excluídos do estudo.

6 RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com (FREIRE, 2007; VERENGUER, 2007), o estágio curricular supervisionado é uma das principais oportunidades que o estudante tem para poder se preparar para o mercado de trabalho, pois é o momento que possibilita a aplicação e criação de conhecimentos, frente a complexidade do cenário social em que se pretende atuar.

O estágio deve ser concebido como um momento que propicia o contato do graduando com profissionais em exercício, com uma experiência acumulada, o que torna possível a aprendizagem de conhecimentos relevantes para a futura intervenção profissional. (FREIRE, 2007; VERENGUER, 2007).

“A proposta de estágio supervisionado se fundamenta na necessidade de que o graduando, durante a formação inicial, conheça o ambiente real de intervenção profissional.” (FREIRE, 2007). A experiência do estágio supervisionado é essencial para a formação completa do acadêmico, considerando que cada vez mais são requisitados profissionais com habilidades e bem preparados para identificar, interpretar e propor soluções para os problemas que enfrentará no cotidiano da profissão.

No entanto, é importante reconhecer que o estágio curricular supervisionado não é uma solução única e que seu sucesso depende de uma abordagem cuidadosa e integrada. Pois o estágio curricular supervisionado é definido como pré-requisito no projeto pedagógico do curso para aprovação e obtenção do diploma, já o não obrigatório ou extracurricular é opcional. Normalmente é incentivado pelas instituições de ensino e, geralmente, é o que faz a diferença na capacitação do futuro profissional.

Outro aspecto que merece destaque é que ele deve estimular o desenvolvimento da competência para a investigação científica, sendo um momento de criação ou recriação de conhecimentos, essencial para que o profissional possa pesquisar e compreender sua própria intervenção e construir novas propostas para a área.

O planejamento do treinamento esportivo desde o seu surgimento até hoje, passou por muitas adaptações que ocorreram em correspondência com as mudanças e exigências no esporte de alto rendimento e amador, o grande avanço da tecnologia veio para agregar e ajudar a evolução de atletas (OLIVEIRA, 2021; STOCCO, 2021).

Como citado a cima, a importância do plano de treino ou planejamento do processo de treinamento durante a preparação de atletas para competições e afins, contudo, não foi apresentado nenhum plano ou planejamento que leve em consideração a estruturação, execução, controle e avaliação do treinamento no período em que estávamos presente com o professor em suas aulas de atletismo no centro esportivo, no caso, a vila olímpica de Manaus, sendo apenas falamos qual seria a aula que iria ser executado naquele dia de aula.

A Periodização vai de acordo a cada modalidade e cada atleta, cada organismo responde ao treinamento diferente de outras, quando se fala em treinamento personalizado a organização precisa ser feita perfeita para o tipo de atleta e suas características para podermos ter rendimento.

Por isso, por mais que alguém tenha sido referência no passado em algum esporte, se não estudar e se reciclar constantemente, está fadado a ser considerado obsoleto. Assim o objetivo principal da periodização é harmonizar o treinamento, de tal forma que os melhores resultados sejam alcançados exatamente no período determinado (BARBANTI, 1997; BOMPA, 2002).

7 PLANO DE AULA E DIÁRIO DE CAMPO

7.1. RELATÓRIO DESCRITIVO DA OBSERVAÇÃO

Observação 1

Na primeira aula do professor Ítalo ficamos observado como era seu método de ensino, na qual foi iniciado com uma apresentação dos alunos para nós e logo em seguida, ele iniciou com um alongamento ativo, como o mesmo mencionou ao iniciar a aula, em que, consistia de os alunos iniciarem os alongamentos em movimento e logo depois fez um aquecimento com os alunos, fazendo-os dar uma volta na rua com uma corrida trotando (corrida leve) e iniciou-se a aula pratica, onde os alunos eram colocados a fazer as aulas de adaptação das modalidades que se encontram no atletismo, no caso, as corridas de 200 e 400 metros e pôr fim a aula finalizou com alongamentos novamente.

Observação 2

Na observação da aula seguinte, ficamos com o professor, na qual a aula se iniciou novamente com os alongamentos ativos, e que o professor falou para a gente, que era o método que ele iniciava suas aulas, em seguida foi feito um trabalho de preparo físico, em que os alunos faziam uma aula de funcional e alguns tiros de curta distância, e por fim, finalizou sua aula com uns alongamentos de membros inferiores e superiores para que os alunos tivessem uma melhor recuperação.

7.2 RELATÓRIO DESCRITIVO DA PARTICIPAÇÃO

Participação 1

Na aula de participação, começamos com o professor dando as instruções de como seria a aula daquele dia. A aula iniciou com os alongamentos ativos, na qual era feitos alongamentos dos membros superiores e inferiores, e no aquecimento sendo feito a corrida leve na rua, foram dadas 4 voltas na rua em que eram feitas as atividades, pois a pista de atletismos estava sendo ocupada para o taf. A aula se finalizava sempre com o alongamento de todo o corpo e dessa vez com a instrução de cada um aluno escolhendo o alongamento.

Participação 2

A aula iniciou com o professor fazendo os alongamentos e pediu que cada um dos alunos escolhessem um alongamento para passar aos demais, a aula iniciou, dessa vez sem o aquecimento, e já com as aulas de adaptação novamente como foi observado na primeira vez, em que os exercícios eram os de corrida de 200 e 400 metros, sendo feitos por partes e que no fim todos fizeram a corrida completa. E no final da aulas foram feitos os alongamentos.

Participação 3

Nessa aula, iniciou com os alongamentos ativos, e em seguida o aquecimento com as voltas na rua, logo em seguida, o professor deu a continuidade das aulas de adaptação a corrida e por fim as aulas de tiro, porém, essas foram somente de 200 metros e no final da aula foram feitos novamente os alongamentos.

Participação 4

Nessa aula, participamos com os alunos na aula para incentiva-los mais, a aula com os alunos iniciou com os alongamentos e que todos escolhemos os alongamentos, a aula pratica foi feita um treino funcional, onde eram feitos treinos na escada e treinos físicos, com uma corrida em torno da arquibancada onde foi feito o início da aula pratica, por fim os professores nos pediram pra fazer um alongamento final com os alunos.

7.3. RELATÓRIO DESCRITIVO DAS AULAS MINISTRADAS

Aula 1

Com supervisão dos professores foram feitos exercícios de alongamento e aquecimento na qual os alunos tiveram a corrida como foco de ambos. A aula início com os alunos correndo e fazendo os alongamentos na pista de atletismo e que a cada comando os alongamentos eram mudados, e depois a aula passou a ser no campo, onde os alunos fizeram algumas atividades físicas, como abdominal, flexões, corridas e etc. E que por fim tiveram a aula prosseguidas pelo professor, como complementação da aula, e que no final pediu para fazer o alongamento para recuperação dos alunos.

Aula 2

Já nessa aula, foi feita uma aula com foco na adaptação para a corrida, iniciando a aula sempre com o alongamento e no início com instruções do professor também, a aula começou com os alunos fazendo tiros de curta distância para a adaptação da saída, assim como o professor já havia os instruídos em suas aulas anteriores. Por fim os alunos fizeram uma corrida de 400 metros, na qual a cada 100 metros os alunos faziam o revezamento entre corrida leve e forte. E no final da aula foi feita uma aula de volta a calma, na qual os alunos relaxaram ajudando um ao outro no alongamento.

Aula 3

Já nessa aula, a atividade começou com o alongamento e o aquecimento na pista de atletismo e logo depois tivemos que ajudar a aula de parte física na qual cada um ficou com um aluno, o instruindo e o corrigindo na atividade física que eles estavam fazendo passada pelo professor, e que depois mais foram feitas atividades na escada e na ladeira para treinar a potência dos alunos, e ao final da aula os alunos fizeram alongamento passados pelo professor.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As considerações finais deste estudo sobre o Estágio Curricular Supervisionado na formação do profissional de Educação Física Treinamento Esportivo como meio de ganho de experiências e vivências para promover a atividade física, melhorar a saúde e promover o bem-estar, afim de destacar a importância de reconhecer o potencial e os desafios associados à sua área de atuação profissional.

O estágio curricular supervisionado demonstra ser uma alternativa viável e eficaz para a aquisição de experiência e vivência na área de atuação e com isso buscar meios de engajar diferentes públicos.

Segundo Albuquerque, Lira e Resende (2012) o estagiário, em sua formação, apropria-se de conhecimentos e atividades, que os apresentam as experiências prévias da profissão. Em outra análise, Fávaro (2006) aponta em sua pesquisa, que o estágio supervisionado deve estimular o aluno a desenvolver habilidades e destrezas, com competência para assumir uma ação reflexiva frente à prática social.

Em última análise, os estágios curriculares supervisionados representam uma ferramenta valiosa para promover planejamentos de aulas, abordagens interpessoais e estilos de vida mais ativos e saudáveis, mas seu sucesso depende da colaboração entre os profissionais de sua respectiva área de atuação e escolha, para desenvolver abordagens integradas e sustentáveis que possam beneficiar amplamente a população.

O treinamento esportivo necessita de muita atenção ao longo do processo de prescrição dos treinamentos. É necessário levar em conta vários fatores, dentre eles os psicológicos, biológicos, sociais e fisiológicos (SOUZA, 2015). Além disso, temos os meios e métodos de treinamentos a serem seguidos, pois cada idade requer um certo cuidado. Pois, a falta de atenção pode implicar numa fraca performance do atleta no decorrer da competição e até mesmo de forma negativa no seu processo de formação esportiva. (MATVVEIV,1986; BARBANTI, 1997).

De acordo com as pesquisas de SOUZA, 2015, que demonstrou através de quatro professores, a caracterização da periodização dos treinadores de atletismo de Manaus, que alguns treinadores não individualizam o planejamento de acordo com as categorias dos atletas, e que tal falta de atenção e de conhecimento pode acarretar numa especialização precoce, ou até mesmo na desistência do atleta.

REFERÊNCIAS

- AFONSO, Rui. **MODELOS DE PERIODIZAÇÃO CONVENCIONAIS E CONTEMPORÂNEOS**. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Nº 159, agosto de 2011. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd159/modelos-de-periodizacao-contemporaneos.htm>. Acesso em: 03/02/2023
- CARDOSO, Frederico M. C.; **Periodização: UMA REVISÃO CRÍTICA, 2010**. Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da UFMG.
- Barbanti, V. J. **Teoria e Prática do Treinamento Desportivo** (2a. ed.). São Paulo: Edgard Blucher. 1997.
- Bompa, T. O. **Periodização: Teoria e Periodização do Treinamento** (S. F. Batista, Trad.). São Paulo: Phorte Editora. 2002.
- SOUZA, Adenildo A.; **Caracterização da Periodização dos Treinadores de Atletismo que Trabalham com Provas de Meio Fundo e Fundo na Cidade De Manaus, 2015**. Membro do Grupo de Pesquisa; Educação Física e suas relações interdisciplinares/FEFF/UFAM.
- MACHINESK², Rute S.; MACHADO³, Amélia C. T. A.; DA SILVA, Rosangela T. M.; **A Importância do Estágio e do Programa de Iniciação Científica na Formação Profissional e Científica, 2011**. Artigo de revisão apresentado no curso de especialização em gestão estratégica de pessoas do Instituto Superior de Educação do Paraná – INSEP.
- PEREIRA, Micaelle C.P.; **A Importância do Estágio Para a Formação Pessoal e Profissional, 2016**. Graduanda do 3º ano de História pela Universidade Estadual de Goiás.
- FAAR** – Fundação Amazonas de Alto Rendimento, 2019. Disponível em: < <http://www.faar.am.gov.br/a-instituicao/>>. Acesso em: 25/01/2023
- BERNARDY, Katieli; PAZ, Dirce Maria Teixeira. **Importância do Estágio Supervisionado para a Formação de Professores, 2012**.
- SEDECTI** - Secretaria de Estado de Desenvolvimento Econômico, Ciência, Tecnologia e Inovação, 2017. Disponível em: < <https://www.seducti.am.gov.br/>>. Acesso em: 25/01/2023
- WIKIPEDIA**, Dom Pedro (Manaus). Wikipédia, a enciclopédia livre (wikipedia.org), 2023. Disponível em: <[https://pt.wikipedia.org/wiki/Dom_Pedro_\(Manaus\)](https://pt.wikipedia.org/wiki/Dom_Pedro_(Manaus))>. Acesso em: 25/01/2023

Blog – EDILENE MAFRA. Disponível em: <
<https://edilenemafra.com/esportes/confira-os-dias-e-horarios-de-funcionamento-da-vila-olimpica-de-manaus/>> Acesso em: 25/01/2023

Redação JCAM – Redação do Jornal mais tradicional do Estado do Amazonas, em atividade desde 1904 de forma contínua. Disponível em: <
<https://www.jcam.com.br/noticias/badalado-bairro-d-pedro-e-suas-pracas/>>. Acesso em: 25/01/2023

FAAR 2022 – VILA OLIMPICA DE MANAUS – Disponível em:
<http://www.faar.am.gov.br/vila-olimpica-de-manaus-completa-32-anos-de-historia-no-alto-rendimento-do-amazonas/>. Acesso: 28/01/2023

FAAR 2021 - Em 30 anos de história, Vila Olímpica de Manaus formou atletas de destaque nacional e internacional. – Disponível em: <http://www.faar.am.gov.br/em-30-anos-de-historia-vila-olimpica-de-manaus-formou-atletas-de-destaque-nacional-e-internacional/>. Acesso em: 28/01/2023

CARTAS DE SERVIÇOS – FAAR – Disponível em: <http://www.faar.am.gov.br/wp-content/uploads/2021/12/CARTA-EDITADA.pdf>. Acesso em: 28/03/2023

SANTOS, Lucas L. C.; MENDOZA, Talissa M.; CONDE, Maíra L. G.; SOARES, Carolina R. B.; **A Importância do Estágio Interdisciplinar de Vivência na Formação Profissional, 2021.** Revista Biodiversidade - v.20, n.3, 2021 - pág. 72

STOCCO, Alexandre; OLIVEIRA, Aurélio L.; **A Periodização do Treinamento Desportivo, 2021.** Acadêmico do 8º. Período do Curso de Bacharelado em Educação Física – Faculdade Sant’Ana.

FREIRE, Elisabete dos S.; VERENGUER, Rita de C. G.; **Estágio Supervisionado: A Nova Proposta para o Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Presbiteriana Mackenzie.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – v.6, n.2, 2007 – pág. 115-119.

DA SILVA; Elidacris F. G.; **O Estágio Supervisionado do Curso de Bacharelado em Educação Física Da UFPB: A Opinião dos Discentes, 2019.** Acadêmico do 8º. Período do Curso de Bacharelado em Educação Física - Universidade Federal Da Paraíba.