



FACULDADES INTEGRADAS REGIONAIS DE AVARÉ

Praça Prefeito Romeu Bretas, nº. 163 - Centro - Caixa Postal 124 - CEP 18700-902
FONE: (14) 3711-1828 - www.frea.edu.br

Regulamento do Estágio Supervisionado (RESUMO) – Educação Física Bacharelado

O estágio é um ato educativo supervisionado, desenvolvido em ambiente de trabalho, que possibilita ao aluno vivenciar o cotidiano real de sua prática profissional a fim de consolidar as habilidades, competências e atitudes exigidas para o pleno exercício profissional (Lei nº 11.788/2008 - Lei do Estágio).

Carga horária:

- 400 horas, distribuídas ao longo do curso, nos diferentes campos de atuação – condicionamento físico, esporte, lazer e saúde.
- não poderá ultrapassar 30 horas semanais e deverá ser compatível com o horário do estabelecimento.

Objetivos:

- reconhecimento da diversidade do campo de atuação da Educação Física
- vivência do cotidiano da prática profissional supervisionado por profissionais experientes
- observação de diferentes formas de atuação profissional; a integração e a contextualização dos conhecimentos teóricos e práticos construídos; entre outros

São deveres do estagiário:

- Solicitar orientação e auxílio, sempre que necessário, a professora de estágio (**Prof. Marisa Cortez de Souza**), que estará disponível semanalmente, nos seguintes horários: : **Segunda-feira das 19h às 22:30 e Quarta-feira das 19 às 21 horas**; Apresentar-se formalmente e uniformizado a entidade concedente ou ao responsável pelo estágio;
- Realizar as atividades que constam no Plano de Estágio e praticar competências, habilidades e atitudes profissionais: estudo, pesquisa, observação, cooperação, proatividade, pontualidade, honestidade, disponibilidade, imparcialidade, discrição, documentação e outras fundamentais para um profissional de excelência;
- Intervir somente quando autorizado pelo responsável e sob sua supervisão;
- Documentar todas as atividades realizadas e entregar a documentação à coordenação de curso ao final de cada semestre (data a ser estabelecida em Portaria pela Direção Pedagógica).

Documentação a ser entregue:

- Termo de Compromisso e Plano de Estágio devidamente assinado devidamente assinados pelas partes;
- Ficha de Estágio Supervisionado devidamente preenchida e assinada pelo(s) supervisor(es) do estágio da entidade;
- Portfólio de Estágio Supervisionado em padrão definido e orientado pela professora de estágio que deve conter: identificação da faculdade, do curso, do termo cursado, do ano letivo, do estagiário, do ambiente que estagiou, do período de estágio; e as anotações gerais, como habilidades desenvolvidas, impressões; descrição de situações interessantes e incidentes críticos.
- **ENTREGA 1º SEMESTRE/2026 – 22 à 26/06/2026.**
2º SEMESTRE/2026 - 23 à 27/11/2026

ÁREAS DE ATUAÇÃO NO ESTÁGIO:

- **Área de Condicionamento Físico e Fitness:** aulas para crianças, jovens, adultos e 3ª idade de ginástica localizada, alongamento, musculação, personal training, hidroginástica, lutas, danças e outras atividades.
- **Área de Esportes:** aulas de iniciação, aperfeiçoamento e treinamento das diferentes modalidades esportivas.
- **Área de Lazer:** agentes de lazer em acampamentos, hotéis ou afins; gincanas, atividades recreativas; organização de eventos, campeonatos esportivos.
- **Área de Saúde:** atividades de ginástica compensatórias; em atividades compensatórias para grupos especiais, recuperação da saúde; avaliação física, ginástica postural e laboral etc.

ÁREAS	CARGA HORÁRIA	
	300 horas (adap)	400 horas
Condicionamento Físico	80 horas	100
Esportes	80 horas	100
Lazer	80 horas	100
Saúde	60 horas	100



FACULDADES INTEGRADAS REGIONAIS DE AVARÉ

Praça Prefeito Romeu Bretas, nº. 163 - Centro - Caixa Postal 124 - CEP 18700-902 FONE: (14) 3711-1828 - www.frea.edu.br

DECLARAÇÃO DE HORAS REALIZADAS (CONCEDENTE)

Condicionamento físico

Esporte

Lazer

Saúde

O responsável legal do(a) _____
(parte concedente do estágio) **DECLARA** que o(a) aluno (a)
_____, RG _____,
do ____ termo do curso de _____, realizou ()
_____ horas de estágio supervisionado, conforme Artigo 65 da
Lei nº 9394/96, a Lei nº 11.788/08, a Resolução CNE nº 7/2004 e o Plano de
Estágio.

Avaré, ____ de _____ de 2026.

Responsável Legal (CONCEDENTE)
ASSINATURA E CARIMBO (ou CNPJ)



FACULDADES INTEGRADAS REGIONAIS DE AVARÉ

Praça Prefeito Romeu Bretas, nº. 163 - Centro - Caixa Postal 124 - CEP 18700-902 FONE: (14) 3711-1828 - www.frea.edu.br

DECLARAÇÃO DE HORAS REALIZADAS (ESTAGIÁRIO)

A professora de estágio da FIRA (Marisa Cortez de Souza) **DECLARA**, mediante avaliação de documentos que, o(a) aluno (a) _____, RG _____, do _____ termo do curso de _____, realizou () _____ horas de estágio supervisionado, conforme Artigo 65 da Lei nº 9394/96, a Lei nº 11.788/08, a Resolução CNE nº 7/2004 e o Plano de Estágio.

DISCRIMINAÇÃO DAS ATIVIDADES

ATIVIDADES	Nº de horas
Condicionamento Físico	
Esportes	
Lazer	
Saúde	

Avaré, ____ de _____ de 2026.

Professora de Estágio Supervisionado

FACULDADES INTEGRADAS REGIONAL DE AVARÉ

modelo

nome

RELATÓRIO DE ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO

EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO

AVARÉ 2026



FACULDADES INTEGRADAS REGIONAIS DE AVARÉ

Praça Prefeito Romeu Bretas, nº. 163 - Centro - Caixa Postal 124 - CEP 18700-902

FONE: (14) 3711-1828 - www.frea.edu.br

DIVISÃO DA CARGA HORÁRIA DO ESTÁGIO

100h área do Lazer: Recreação em acampamentos, hotéis, praças, organização de eventos esportivos ou comunitários, campeonatos esportivos e etc.

100h área da Saúde: Atividades em grupos especiais, pilates, reabilitação, avaliação física, ginástica laboral

100h área de Esportes: Escolinhas ou treinamento das diversas modalidades esportivas.

100h área de Condicionamento Físico: Musculação, preparação física, alongamentos, personal trainer, crossfit e atividades realizadas em academia.