

**ENSINO DOS ESPORTES INDIVIDUAIS NO ESTÁGIO SUPERVISIONADO:  
EVIDÊNCIAS PEDAGÓGICAS DE UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Fernanda da Costa Batista <sup>a,b,</sup>  | Vitória Beatriz Rodrigues de Figueiredo | Ana Beatriz de Oliveira Ferreira  | Rayandra Michilles dos Santos <sup>a,b,</sup>  | Fabiano Araújo Negreiros<sup>a,b,c,d,</sup> ; Ozanildo Vilaça do Nascimento <sup>a,b,c,d,</sup>  | Antônio Mário Galvão | Ivan de Jesus Ferreira <sup>a,b,c,d,</sup> 

<sup>a</sup>Universidade Federal do Amazonas (UFAM),

<sup>b</sup>Faculdade de Educação Física e Fisioterapia (FEFF)

<sup>c</sup>Grupo de Pesquisa em Biodinâmica do Movimento Humano

<sup>d</sup>Laboratório de Estudos e Pesquisas em Aptidão Física (LEPAFI)

## RESUMO

O objetivo do estudo foi identificar as metodologias de ensino aplicadas aos esportes individuais no contexto do Estágio Supervisionado em Educação Física com foco no desenvolvimento técnico e formativo do profissional. A metodologia trata-se de estudo consistiu em uma revisão integrativa da literatura, a partir da seleção de artigos publicados entre 2020 a 2025 em bases nacionais e internacionais. Foram incluídos trabalhos que relataram experiências pedagógicas em esportes individuais durante o Estágio Supervisionado em Educação Física. Os estudos foram analisados quanto à modalidade trabalhada, às estratégias de ensino adotadas e às contribuições para a formação docente. Os estudos evidenciaram o uso de metodologias progressivas, incluindo jogos reduzidos, sequências técnico-táticas e rodas de conversa, que favoreceram o desenvolvimento motor e a tomada de decisão. As intervenções revelaram articulação entre teoria e prática, promovendo reflexão crítica e construção da identidade profissional. Identificou-se ainda que o estágio amplia o domínio técnico e fortalece a autonomia docente. O Estágio Supervisionado constitui espaço formativo essencial no ensino dos esportes individuais, permitindo ao acadêmico vivenciar práticas reais e desenvolver competências profissionais que consolidam sua atuação crítica e reflexiva. A experiência contribui para o aperfeiçoamento pedagógico e para a compreensão das dinâmicas presentes nas modalidades esportivas.

**Palavras-chave:** Metodologias de ensino, Esportes individuais, Formação profissional, Estágio supervisionado.

## ABSTRACT

The aim of the study was to identify the teaching methodologies applied to individual sports within the context of Supervised Internship in Physical Education, focusing on the technical and formative development of the professional. The methodology consisted of an integrative literature review, based on the selection of articles published between 2020 and 2025 in national and international databases. Studies reporting pedagogical experiences in individual sports during the Supervised Internship in Physical Education were included. The studies were analyzed in terms of the sport practiced, the teaching strategies adopted, and the contributions to teacher training. The studies highlighted the use of progressive methodologies, including reduced games, technical-tactical sequences, and discussion circles, which supported motor development and decision-making. The interventions revealed an integration of theory and practice, promoting critical reflection and the construction of professional identity. It was also identified that the internship enhances technical mastery and strengthens teacher autonomy. The Supervised Internship constitutes an essential formative space in teaching individual sports, allowing students to experience real practices and develop professional competencies that consolidate their critical and reflective performance. The experience contributes to pedagogical improvement and understanding the dynamics present in sports modalities.

**Keywords:** Teacher training; Physical Education; Pedagogical Residency; Pedagogical practice; Theory and practice; Professional identity.

## INTRODUÇÃO

A formação em Educação Física no Brasil passou por mudanças estruturais importantes nas últimas décadas. Cinco décadas após a criação do primeiro curso superior de licenciatura, a Resolução nº 03/87 instituiu o bacharelado e marcou a diferenciação entre licenciado e bacharel em Educação Física, redefinindo campos de atuação e exigindo novas competências profissionais (Lima *et al.*, 2024). A partir desse marco, os cursos ampliaram seu escopo, incluindo conteúdos voltados às práticas corporais, modalidades esportivas e promoção da saúde, de modo a sustentar intervenções em múltiplos contextos (Mocarzel, 2021).

Esse percurso histórico-reflexivo mostra uma transição de uma formação centrada na aptidão física e no rendimento esportivo para perspectivas que integram dimensões biológicas,

pedagógicas e socioculturais do movimento humano. Nessa abordagem ampliada, o profissional de Educação Física é compreendido como agente de promoção da saúde, mediador de experiências corporais significativas e sujeito implicado no desenvolvimento humano ao longo da vida (Fátima, 2024).

O conhecimento profissional, entretanto, não se constrói apenas pela via teórica: depende das experiências concretas vivenciadas nos espaços de atuação. A articulação entre teoria e prática é componente central para o desenvolvimento de competências técnicas, éticas e reflexivas, indispensáveis ao exercício qualificado da profissão. Nesse contexto, o Estágio Curricular Supervisionado constitui momento formativo estratégico, pois possibilita ao estudante aplicar saberes construídos ao longo da graduação, exercitar a tomada de decisão e desenvolver autonomia e senso crítico (Souza, Silva & Checa, 2010).

De acordo com o Projeto Pedagógico do Curso de Bacharelado e com o Regulamento Acadêmico da Graduação (RAG), o estágio supervisionado tem a finalidade de proporcionar experiências vinculadas à realidade concreta da atuação profissional, assumindo caráter formativo e integrador da matriz curricular (UFAM, 2011). Regulamentado pela Lei Federal nº 11.788/2008, o estágio é definido como atividade educativa supervisionada, que deve assegurar condições pedagógicas para a aprendizagem, evitando seu uso como mera substituição de mão de obra (Brasil, 2008; Colombo & Ballão, 2014).

No campo da Educação Física, a diversidade de conteúdo, contextos e modalidades esportivas intensifica o debate sobre organização curricular e autonomia institucional. Como nem todas as modalidades podem ser contempladas em profundidade, muitos cursos adotam matrizes generalistas, priorizando conteúdos amplos em vez de disciplinas altamente específicas (Gesat *et al.*, 2020). Nesse cenário, os esportes individuais ganham destaque por potencializarem autoconhecimento, autoconfiança e responsabilização pelo próprio desempenho, estimulando disciplina, persistência e regulação emocional, além de favorecerem o desenvolvimento motor e cognitivo (Foletto, 2023).

Apesar disso, a formação em Bacharelado em Educação Física ainda se apoia fortemente em estruturas tradicionais orientadas ao domínio técnico e científico das modalidades, o que nem sempre é acompanhado de estratégias pedagógicas que estimulem pensamento crítico, análise reflexiva e leitura ampliada do contexto de intervenção (Anversa *et al.*, 2022). A formação contemporânea demanda ir além da dimensão técnica, incluindo competências relacionadas à compreensão social do corpo, da saúde e do esporte, bem como à atuação em políticas públicas, contextos inclusivos e cenários de promoção da saúde coletiva.

Nesse quadro, o estágio supervisionado em esportes individuais assume papel central ao possibilitar a vivência prática destas modalidades, a observação de métodos de ensino, o entendimento das dinâmicas de treino e a análise das interações entre estagiários, profissionais e praticantes. A experiência aproxima o acadêmico das demandas reais do campo, fortalece a identidade profissional e contribui para o desenvolvimento de uma atuação crítica e eticamente comprometida (Santos, 2024).

Diante do exposto, torna-se relevante sistematizar evidências sobre como os esportes individuais vêm sendo trabalhados no contexto do Estágio Supervisionado em Educação Física, com foco nas metodologias de ensino adotadas e em suas implicações formativas. Assim, o objetivo deste estudo foi identificar as metodologias de ensino aplicadas aos esportes individuais no contexto do Estágio Supervisionado em Educação Física, com foco no desenvolvimento técnico e formativo do profissional.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo seguiu o método de **revisão integrativa**, considerado um dos mais amplos modelos de revisão, por permitir a inclusão de estudos experimentais e não experimentais e oferecer uma compreensão abrangente do fenômeno analisado (Souza, Silva & Carvalho, 2010). Essa abordagem possibilitou reunir, comparar e sintetizar evidências relacionadas às metodologias aplicadas ao ensino dos esportes individuais no contexto do Estágio Supervisionado em Educação Física.

### **Procedimentos de Busca**

Foram selecionados artigos publicados entre 2020 e 2025, localizados nas seguintes bases e repositórios:

- Portal CAPES,
- Sceinc
- Webofsceinc
- Scopus
- LILACS,
- Repositórios institucionais públicos e privados.

Os descritores utilizados na busca, isolados e combinados, foram: “metodologias de ensino”, “esportes individuais”, “formação profissional”, “estágio supervisionado em Educação Física”.

Essa seleção buscou evidências que descrevessem intervenções pedagógicas, práticas formativas e estratégias didáticas aplicadas aos esportes individuais durante o estágio supervisionado.

### **Critérios de Inclusão**

Foram considerados elegíveis:

- artigos originais e de revisão;
- estudos de autores brasileiros;
- publicações no intervalo de 2020 a 2025;
- trabalhos que abordassem metodologias de ensino nas modalidades individuais dentro do Estágio Supervisionado em Educação Física;
- relatos de experiência, pesquisas qualitativas ou quantitativas e documentos acadêmicos que descrevessem práticas formativas e estratégias pedagógicas.

### **Critérios de Exclusão**

Foram excluídos:

- estudos que tratassesem de esportes coletivos;
- práticas não supervisionadas;
- trabalhos que não apresentassem relação direta com o estágio ou com metodologias de ensino;
- publicações fora do período estabelecido;
- artigos em idiomas diferentes do português.

### **Processo de Seleção dos Estudos**

A busca inicial identificou 741 registros. Após leitura de títulos e resumos, 288 estudos foram excluídos por não apresentarem aderência ao tema.

Dos 453 artigos selecionados para leitura, 440 foram removidos por estarem fora do recorte temporal ou por não atenderem aos critérios de elegibilidade.

Assim, 13 estudos compuseram a amostra final da revisão.

O processo de identificação, triagem e seleção está representado no fluxograma PRISMA adaptado, presente no documento original (Figura 1).

### **Procedimentos de Análise**

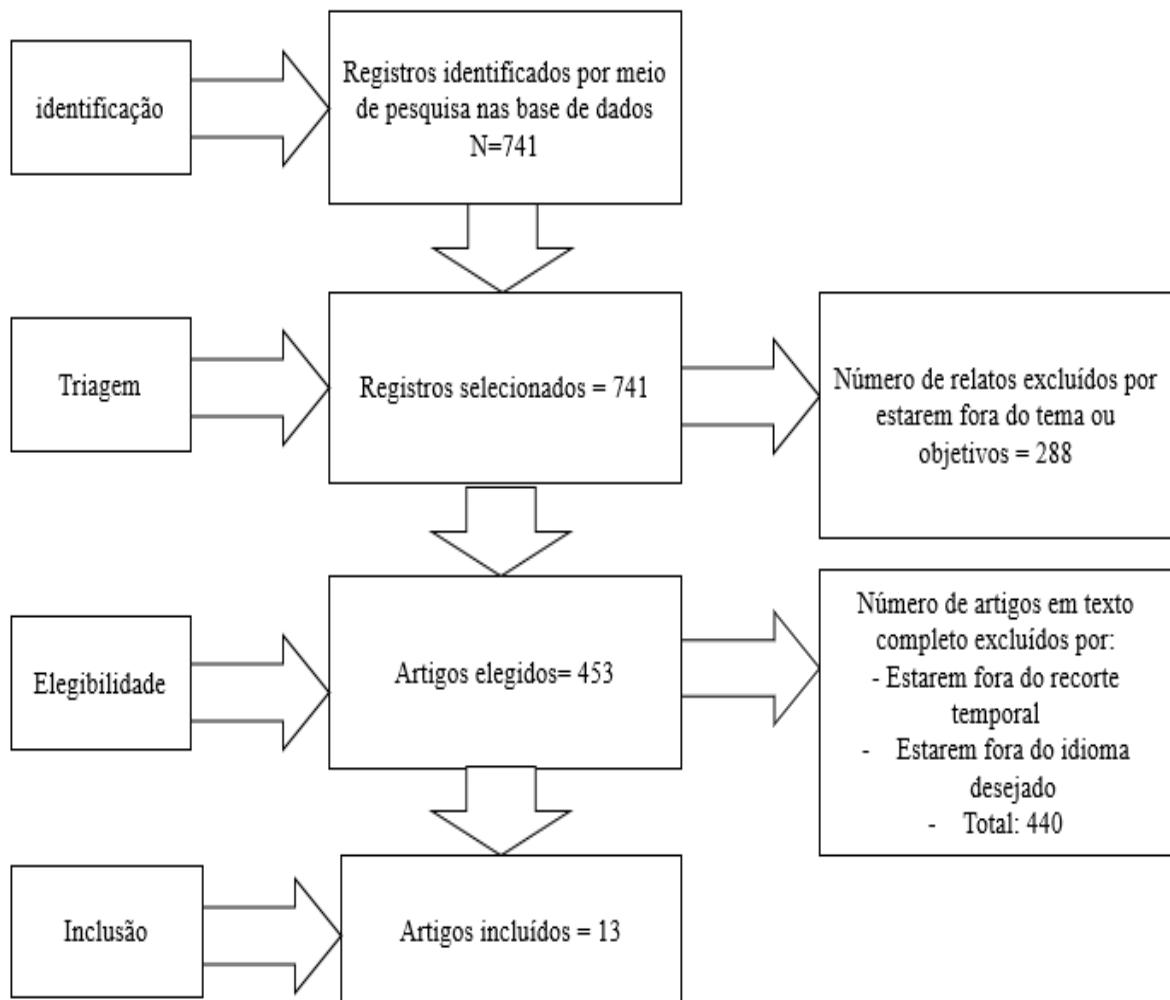
Os artigos incluídos foram lidos integralmente e analisados conforme:

- modalidade esportiva abordada;
- metodologias e estratégias pedagógicas empregadas;
- contexto do estágio;

- contribuições para a formação docente;
- resultados e implicações educacionais.

Os dados foram organizados de forma descritiva e interpretativa, permitindo identificar padrões, tendências e lacunas nas metodologias aplicadas aos esportes individuais no contexto do estágio supervisionado.

**Figura 1 - Fluxo de identificação e inclusão dos estudos selecionados para a revisão  
(Modelo PRISMA adaptado).**



**Fonte:** autor.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos 13 estudos selecionados revela que o estágio supervisionado nos esportes individuais se caracteriza por metodologias que combinam progressões técnicas, vivências práticas e reflexão pedagógica. No conjunto das pesquisas, observa-se que o estágio funciona

como eixo de integração entre teoria e prática, permitindo ao acadêmico desenvolver competências docentes em contextos reais (Sobrinho, 2024; Fernandes, 2022).

A organização dos dados (**Tabela 1**) mostra que as intervenções convergem em três grandes eixos:

**Tabela 1 - Síntese Geral dos Achados**

ANO	AUTOR	TÍTULO	ESPORTE	METODOLOGIA UTILIZADA
2024	SOBRINHO, Marlysson Junio Alves.	Relato de experiência do estágio curricular supervisionado no atletismo para a formação do profissional de Educação Física Treinamento Esportivo em Manaus	Atletismo	O estudo foi desenvolvido durante o estágio supervisionado na modalidade atletismo, realizado na Vila Olímpica de Manaus, vinculada à Fundação Amazonas de Alto Rendimento. A população atendida envolvia crianças e adolescentes, incluindo participantes com Transtorno do Espectro Autista (TEA), em aulas realizadas duas vezes por semana. As metodologias de ensino observadas e aplicadas incluíram: alongamento ativo, aquecimento geral com corrida leve, exercícios técnicos de adaptação às provas de corrida (200m e 400m), treinos funcionais, além de sessões de tiros curtos e atividades de volta à calma com alongamentos orientados. As práticas destacaram a importância da periodização, progressão de cargas e adequação das atividades conforme as capacidades individuais dos praticantes.
2022	FERREIRA, A. Valter Fernando Sá.	Análise da intensidade de esforço percecionado pelos alunos Badminton entre aulas de modalidade desportiva individual	Badminton	A pesquisa foi realizada em uma escola pública localizada em Santa Maria da Feira. A população participante foi composta por 24 estudantes, com média de idade de 17 anos, que participaram de aulas de Badminton. No ensino do Badminton, foram empregadas metodologias organizadas em uma unidade didática estruturada, contemplando instrução direta, demonstração técnica, progressão de exercícios, jogos reduzidos e avaliação da Percepção Subjetiva de Esforço (PSE) ao longo das práticas. As aulas ocorreram em contexto escolar real, com ênfase na experiência motora, no controle da carga de esforço e no desenvolvimento da autonomia dos estudantes na execução dos fundamentos da modalidade individual.
2022	FERNANDES, Eduardo Luís Abreu Castro.	Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizado na Escola Secundária da Lixa	Atletismo	O estágio foi realizado na Escola Secundária da Lixa, em turmas do 9º e 11º ano, com organização do ensino por Unidades Didáticas. O Atletismo foi trabalhado como modalidade individual em espaço externo com pista e caixa de areia disponíveis. As aulas incluíram planejamento sistematizado com avaliação diagnóstica, definição de objetivos, progressões técnicas, técnicas de corrida e trabalhos de impulsão/velocidade, articulados a momentos de correção e feedback. O professor-estagiário seguiu o modelo de prática reflexiva, ajustando as estratégias ao nível de desempenho e às necessidades reais dos estudantes.

			O estágio ocorreu nos projetos de extensão de natação da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da UFRGS, com atuação como bolsista. As atividades foram desenvolvidas no Centro Natatório da universidade, envolvendo aproximadamente oito turmas, entre iniciação infantil, iniciação adulta e condicionamento, atendendo em torno de 12 a 18 alunos por turma, com aulas de 45 minutos. A metodologia empregada incluía a organização do aquecimento articular prévia, demonstração prática de movimentos, orientação técnica durante o nado, além da progressão pedagógica de habilidades aquáticas, como respiração, flutuação, propulsão e domínio dos nados (crawl, costas, peito e borboleta). Nas turmas de iniciação, as atividades eram conduzidas com suporte direto na água, adaptadas à experiência de cada aluno, priorizando segurança, ambientação e evolução motora. As turmas de condicionamento, o enfoque era o aumento da resistência e refinamento técnico, com planos de aula estruturados semanalmente pelos bolsistas e coordenadores.
2024	LEMOS, Paulo Filgueiras de.	Projetos de Extensão de Natação da ESEFID UFRGS: Relato de Experiência	Natação
2024	RAMOS, Jorge Marcos.	O estágio na área de natação para pessoas com deficiência: narrativas dos estagiários	Natação
2023	BARROS, Miguel Machado Mello Gomes de.	O caminho da educação? Um relato de experiência sobre aulas de Judô sobre aulas de Judô no Ginásio Tesourinha	Judô
2024	SANTOS, Edina Lima dos.	Estágio Curricular Supervisionado : Relato de Experiência	Natação

		<p><b>COSTA, Myke Carlos da Silva et al.</b> (2025). <i>Perspectiva pedagógica no ensino da disciplina de lutas: um relato de experiência</i>. <i>Judô</i></p>	<p>O estudo foi desenvolvido durante a atuação do monitor na disciplina Fundamentos das Lutas no curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRJ). A população envolvida foi composta por aproximadamente 60 estudantes da graduação. As metodologias de ensino adotadas incluíram avaliação diagnóstica inicial, seguida de atividades teóricas (resenhas de artigos, seminários e análise de videoaulas), aulas práticas estruturadas com jogos de oposição e vivências corporais, e organização e participação de um torneio de Judô, possibilitando aos licenciandos vivenciarem planejamento, regência e reflexão pedagógica no esporte de combate.</p>
		<p><b>OLIVEIR A, Nathalia Dória; CUNHA, Sergio Melo da; ARAUJO, Allyson Carvalho de.</b> (2020). <i>Estágio Supervisionado na Educação Física: atuação e possibilidades por meio do uso das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação</i>. <i>Judô, Boxe, Muay Thai, Capoeira, Karatê</i></p>	<p>O estágio foi realizado no Centro de Excelência Professora Maria Ivanda de Carvalho Nascimento, escola pública de Aracaju/SE, envolvendo 20 estudantes do 1º ano do Ensino Médio. As aulas contemplaram o conteúdo Lutas, estruturado a partir do uso das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDIC), combinando práticas corporais e pesquisa orientada. As metodologias desenvolvidas incluíram questionário diagnóstico, jogos de oposição para construção dos fundamentos corporais das lutas, debates mediados por vídeos, e produção colaborativa de vídeos finais sobre modalidades específicas. A intervenção permitiu vivência pedagógica ativa no ensino do esporte individual, favorecendo compreensão crítica e participação dos estudantes.</p>
		<p><b>SILVA, Jaqueline et al.</b> (2020). <i>Ensino das lutas na Educação Física Escolar: um relato de experiência fundamentado no ensino centrado no aprendiz</i>. <i>Sumô, Kung Fu, Esgrima, Boxe, Judô, Aikido, Capoeira e Taekwondo</i></p>	<p>O estudo apresenta um relato de experiência, desenvolvido nas aulas de Educação Física Escolar em uma escola pública municipal de Blumenau – SC, envolvendo 313 estudantes dos 6º, 7º e 8º anos do Ensino Fundamental. O ensino das lutas foi estruturado com base no modelo de ensino centrado no aprendiz, adotando práticas que valorizavam os conhecimentos prévios dos alunos e promoviam participação ativa. As metodologias incluíram aulas teóricas e práticas, debates, uso de vídeos, produção de materiais recicláveis para confecção de equipamentos, rodas de conversa, atividades em duplas e grupos e realização de um Festival de Lutas com profissionais convidados.</p>
		<p><b>LIMA, George Almeida et al.</b> (2024). <i>Tematização do tênis de mesa na Educação Física escolar: um relato de experiência</i>. <i>Tênis de Mesa</i></p>	<p>A pesquisa foi desenvolvida em uma escola pública de Ensino Médio no município de Campos Sales – CE, envolvendo 45 estudantes do 1º ano, sendo 19 meninas e 26 meninos. As aulas ocorreram ao longo de seis encontros, planejados e registrados em diário de campo. As metodologias utilizadas incluíram apresentação histórica e problematização crítica da modalidade, confecção de raquetes com materiais recicláveis, adaptação de espaços da escola, vivências práticas sobre fundamentos técnicos, e organização de jogos com revezamento cooperativo. A abordagem adotada se baseou em um currículo crítico, buscando romper com a hegemonia dos esportes promover reflexão, participação ativa e emancipação dos estudantes.</p>

	<p>2025</p> <p><b>SANTAN</b> A, Joana da Rocha Marques <i>et al</i></p> <p>Inserção das práticas corporais de Surfe, skate, slackline, barco a vela, parkour e paraquedis- mo</p> <p>2023</p> <p><b>PEREIRA</b> , Camila Fernanda Pena <i>et al.</i></p> <p>O surf em tempos de aprendizagens remotas: experiências do estágio curricular supervisionado em Educação Física.</p>	<p>O estágio foi realizado em um Núcleo de Educação Infantil Municipal (NEIM), localizado em Florianópolis – SC, envolvendo 14 crianças de três anos, no período vespertino, ao longo de sete semanas, totalizando 15 intervenções. As aulas foram planejadas a partir da observação inicial, análise do PPP e planejamento conjunto com a professora supervisora. As metodologias empregadas incluíram rodas de conversa para levantamento de conhecimentos prévios, exibição de vídeos e imagens contextualizadoras, vivências práticas adaptadas com materiais da instituição ou construídos pelos estagiários, exploração de espaços internos e externos, além de adaptações lúdicas para garantir segurança e participação efetiva de todas as crianças.</p> <p>O estágio foi realizado no Colégio Universitário da Universidade Federal do Maranhão (COLUN/UFMA), localizado em São Luís – MA, com turmas do Ensino Fundamental – anos finais, durante o primeiro semestre letivo de 2021, em formato remoto devido à pandemia. A unidade didática foi organizada em quatro aulas, combinando momentos síncronos (Google Meet) e assíncronos (SIGAA). As metodologias aplicadas incluíram aulas expositivas com slides, exibição de vídeos sobre a história e fundamentos do surf, debates sobre práticas corporais de aventura, construção de pranchas com materiais disponíveis em casa, e vivências corporais de equilíbrio e simulação de movimentos do surf no espaço doméstico. Essas estratégias permitiram abordar o surf de forma progressiva, contextualizada e inclusiva, mesmo fora do ambiente natural</p>
--	--	---

**Fonte: autor.**

No atletismo e no badminton, os estudos mostram o uso de unidades didáticas, exercícios de progressão técnica e controle da carga de esforço. Essas estratégias facilitam a aprendizagem dos fundamentos, tornando o processo mais estruturado e ajustado às capacidades dos alunos (Ferreira, 2022). Em ambos os casos, o estágio contribui para que o futuro profissional desenvolva autonomia, observação ativa e capacidade de ajustar a intervenção pedagógica.

Nas modalidades aquáticas, os achados destacam a importância da adaptação pedagógica. Lemos (2024) e Santos (2024) apontam que a ambientação, a progressão motora e o domínio técnico são centrais para o ensino da natação. Já na natação adaptada, a atuação demanda sensibilidade para lidar com diferentes deficiências, reforçando que o estágio possibilita “aprendizagem situada” e compreensão da diversidade funcional (Ramos, 2024).

Nas lutas, os estudos indicam que o ensino não se limita ao domínio técnico. Barros (2023), Costa *et al.* (2025) e Silva *et al.* (2020) destacam que valores éticos, respeito, disciplina e cooperação precisam ser mediados pedagogicamente. O uso de debates, vídeos, jogos de

oposição e atividades cooperativas mostra que as lutas, quando bem conduzidas, favorecem reflexão crítica e construção de autonomia dos estudantes.

O tênis de mesa, analisado por Lima *et al.* (2024), apresentou abordagem inovadora baseada na tematização crítica. A confecção de materiais recicláveis, a adaptação dos espaços e a participação ativa dos alunos evidenciam ruptura com modelos tradicionais centrados no rendimento. Isso reforça a ideia de que o esporte pode ser trabalhado como manifestação cultural e prática pedagógica inclusiva.

As práticas corporais de aventura e o surf ampliam o repertório de intervenção no estágio. Santana *et al.* (2025) mostram que vivências lúdicas, adaptações de materiais e exploração de espaços diversificados favorecem desenvolvimento motor e emocional das crianças. Já Pereira *et al.* (2023) demonstram que é possível ensinar surf de forma remota, utilizando vídeos, debates e simulações corporais, o que reforça a flexibilidade pedagógica do estágio.

Apesar das convergências positivas, há lacunas importantes. Os estudos carecem de instrumentos padronizados para avaliação do impacto das metodologias. A maioria das intervenções descreve práticas, mas poucas apresentam métricas objetivas de aprendizagem. Além disso, faltam análises aprofundadas sobre dificuldades dos estagiários e comparações diretas entre modalidades (Oliveira *et al.*, 2020).

De modo geral, os resultados indicam que o estágio supervisionado é espaço decisivo para a formação crítica e prática do futuro profissional. Ele permite compreender a complexidade das modalidades individuais, desenvolver autonomia docente e articular teoria, técnica e sensibilidade pedagógica. Contudo, os achados mostram a necessidade de pesquisas que avaliem com maior rigor o impacto das abordagens metodológicas e ampliem a discussão sobre desafios formativos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo analisou 13 trabalhos que abordam metodologias aplicadas ao ensino dos esportes individuais no Estágio Supervisionado em Educação Física, evidenciando que o estágio constitui um espaço formativo essencial para articular teoria e prática, fortalecer a identidade profissional e ampliar a autonomia do futuro educador. No contexto do Bacharelado em Educação Física, essa articulação torna-se ainda mais significativa, especialmente quando o estágio ocorre em ambientes voltados à prática esportiva, como a escolinha de esportes situada dentro de uma escola particular onde desenvolvi minhas

vivências. Nesse ambiente, o foco não se concentrou na docência escolar, mas na intervenção esportiva, no desenvolvimento motor e no acompanhamento técnico das modalidades, características que qualificaram o processo formativo.

As metodologias identificadas na literatura, incluindo progressões técnicas, jogos reduzidos, adaptações pedagógicas, tematização crítica e o uso de tecnologias, demonstram que o ensino das modalidades individuais depende de planejamento estruturado e da capacidade reflexiva do estagiário. Minha vivência prática mais aprofundada ocorreu no badminton, onde pude aplicar progressões, exercícios de coordenação, demonstrações e situações simplificadas de jogo, confirmando a eficácia das estratégias apresentadas nos estudos analisados. Em modalidades como natação, tênis de mesa e lutas, participei de forma observacional, o que contribuiu para ampliar a compreensão sobre organização pedagógica, mediação de valores e adaptação às necessidades dos alunos. Já esportes como atletismo, práticas de aventura e surf não fizeram parte da minha prática direta, mas os estudos permitiram compreender suas especificidades e metodologias próprias.

Ao articular minha experiência com as evidências encontradas, reconheço que a metodologia mais adequada ao ensino dos esportes individuais no contexto em que atuei é a metodologia mista, pois integra progressões técnicas, prática contextualizada, feedback contínuo e momentos de reflexão breve. Essa abordagem mostrou-se viável porque favorece a aprendizagem ativa, permite ajustar o nível de complexidade conforme o desenvolvimento dos alunos, promove participação significativa e possibilita trabalhar tanto aspectos técnicos quanto motores e decisórios. Dessa forma, a metodologia adotada dialoga diretamente com as demandas reais do estágio e com as recomendações da literatura.

Embora os estudos revisados apontem avanços importantes no campo das metodologias aplicadas aos esportes individuais, ainda existem lacunas a serem exploradas, como a falta de instrumentos padronizados de avaliação, a escassez de análises comparativas entre modalidades e a pouca investigação acerca das dificuldades enfrentadas pelos estagiários durante o processo formativo. Esses aspectos indicam a necessidade de novas pesquisas que aprofundem a compreensão sobre o impacto das metodologias utilizadas e que subsidiem estratégias mais consistentes para o ensino dos esportes individuais.

Por fim, o estágio supervisionado em esportes individuais, especialmente no âmbito do Bacharelado em Educação Física, representa um componente central da formação profissional, oferecendo vivências ricas, diversificadas e alinhadas às competências exigidas na atuação contemporânea. Ao permitir a integração entre teoria, prática e reflexão crítica, o estágio contribui decisivamente para o desenvolvimento de um profissional mais preparado,

consciente e capaz de intervir com qualidade nos diferentes contextos esportivos e educacionais.

## REFERÊNCIAS

ANVERSA, Ana Luíza Barbosa *et al.* Identidade profissional e formação inicial em educação física bacharelado: a compreensão do estudante-estagiário. **Movimento**, v. 28, p. e28046, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/mov/a/jnmGhMRSg7bB4c88MJFds6c/>. Acesso em: 10 novembro de 2025.

BARROS, Miguel Machado Mello Gomes de. **O caminho da educação? Um relato de experiência sobre aulas de Judô no Ginásio Tesourinha**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança, Porto Alegre, 2023. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/276958>. Acesso em: 10 nov. 2025.

BRASIL. Lei nº 11.788, de 25 de setembro de 2008. Dispõe sobre o estágio de estudantes e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 26 set. 2008. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2007-2010/2008/lei/l11788.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2008/lei/l11788.htm). Acesso em: 27 out. 2025.

COLOMBO, Irineu Mario; BALLÃO, Carmen Mazepa. Histórico e aplicação da legislação de estágio no Brasil. **Educar em Revista**, n. 53, p. 171-186, 2014. Disponível em: [http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S0104-40602014000500011&script=sci\\_abstract](http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S0104-40602014000500011&script=sci_abstract). Acesso em: 10 nov. 2025.

COSTA, Myke Carlos da Silva *et al.* Perspectiva pedagógica no ensino da disciplina de lutas: um relato de experiência. **Revista Caderno Pedagógico**, Curitiba, v. 22, n. 8, p. 1-19, 2025. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/17375>. Acesso em: 10 nov. 2025.

FÁTIMA, Cíntia Regina de. **A consciência do corpo e do movimento**: contribuições da teoria histórico-cultural para a Educação Física escolar. 2024. Relatório de Pós-Doutorado (Ciências Humanas) – Faculdade de Ciências e Tecnologia, Universidade Estadual Paulista, Presidente Prudente, 2024. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/entities/publication/760248dd-922f-4869-9730-9e4252bb29c2>. Acesso em: 10 nov. 2025.

FERNANDES, Eduardo Luís Abreu Castro. Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizado na Escola Secundária da Lixa. 2022. Relatório (Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário) – Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, 2022. Disponível em: <https://repositorio.utad.pt/server/api/core/bitstreams/84f00591-cb48-42b2-bc6b-318a36f582bc/content>. Acesso em: 10 nov. 2025.

FERREIRA, Valter Fernando Sá. **Análise da intensidade de esforço percecionado pelos alunos entre aulas de modalidade desportiva individual e coletiva**. Relatório Final de Prática de Ensino Supervisionada (Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e

Secundário) – Instituto Piaget / ISEIT Almada, Almada, 2022 Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/server/api/core/bitstreams/f31db070-0fef-4f4c-9134-9f8ec95b41c2/content>. Acesso em: 10 nov. 2025.

FOLETTI, Igor Oliveira. **Relato de estágio curricular supervisionado**: Fundação Vila Olímpica – CTARA; esporte individual. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Universidade Federal do Amazonas, Manaus, 2023. Disponível em: <https://riu.ufam.edu.br/handle/prefix/7283>. Acesso em: 10 nov. 2025.

GESAT, René Augusto Martins *et al.* Retrato das disciplinas de tênis dos cursos de graduação em Educação Física do estado do Paraná. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 18, n. 2, p. 11-17, 2020. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/236833>. Acesso em: 10 nov. 2025.

LEMOS, Paulo Filgueiras de. **Projetos de Extensão de Natação da ESEFID UFRGS**: Relato de Experiência. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança, Porto Alegre, 2024. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/280831>. Acesso em: 10 nov. 2025.

LIMA, George Almeida; SOARES, Stela Lopes; FERREIRA, Heraldo Simões; MALDONADO, Daniel Teixeira. Tematização do tênis de mesa na Educação Física Escolar: um relato de experiência. **Revista Triângulo**, [S. l.], v. 17, n. 2, p. 273–288, 2024.

MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva (org.). **Bacharelado em Educação Física**. 1. ed. Curitiba: Appris, 2021.

OLIVEIRA, Nathalia Dória; CUNHA, Sergio Melo da; ARAUJO, Allyson Carvalho de. Estágio-supervisionado na Educação Física: atuação e possibilidades por meio do uso das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação. In: **CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E TECNOLOGIAS / ENCONTRO DE PESQUISADORES EM EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA (CIET:EnPED)**, 2020, São Carlos. Anais [...]. São Carlos: UFSCar, 2020. Disponível em: <https://cietenped.ufscar.br/submissao/index.php/2020/article/view/1246/927>. Acesso em: 10 nov. 2025.

PEREIRA, Camila Fernanda Pena; SILVA, Samara Rubia; FARIAS, Mayrhom José Abrante; MADEIRA, Ernesto Vandré Teixeira. O surf em tempos de aprendizagens remotas: experiências do estágio curricular supervisionado em Educação Física. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 21, e29595, 2023. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8766238>. Acesso em: 10 nov. 2025.

RAMOS, Jorge Marcos. O estágio na área de natação para pessoas com deficiência: narrativas dos estagiários. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**, Marília, v. 25, n. 3, p. 37-56, jan./jun. 2024. Disponível em: <https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/sobama/article/view/15595>. Acesso em: 10 nov. 2025.

SANTANA, Joana da Rocha Marques; SOUZA, Guilherme Luiz de; MARTINS, Alessandra Catarina; ARALDI, Franciane Maria. Inserção das práticas corporais de aventura na Educação Física Infantil: experiências do estágio supervisionado. **Revista Humanidades e Inovação**, Palmas, v. 12, n. 3, p. 413–423, 2025. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/10369>. Acesso em: 10 nov. 2025.

SANTOS, Edina Lima dos. **Estágio Curricular Supervisionado: Relato de Experiência**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Treinamento Esportivo) – Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Universidade Federal do Amazonas, Manaus, 2024. Disponível em: <https://riu.ufam.edu.br/handle/prefix/7696>. Acesso em: 10 nov. 2025.

SILVA, Jaqueline; CARDOSO, Allana Alexandre; PEREIRA, Marcos Paulo Vaz de Campos; FARIA, Gelson Oliveira. **Ensino das lutas na Educação Física Escolar: um relato de experiência fundamentado no ensino centrado no aprendiz**. Revista Prática Docente, Confresa, v. 5, n. 2, p. 823-842, maio/ago. 2020. Disponível em: <http://periodicos.cfs.ifmt.edu.br/periodicos/index.php/rpd/article/view/434>. Acesso em: 10 nov. 2025.

SOBRINHO, Marlysson Junio Alves. **Relato de experiência do estágio curricular supervisionado no atletismo para a formação do profissional de Educação Física Treinamento Esportivo em Manaus**. 2024. 30f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física – Treinamento Esportivo) – Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Universidade Federal do Amazonas, Manaus, 2024. Disponível em: <https://riu.ufam.edu.br/handle/prefix/7682>. Acesso em: 10 nov. 2025.

SOUZA, César Augusto Fernandes de; SILVA, Sheila Aparecida Pereira dos Santos; CHECA, Felipe Marques. Situação do estágio supervisionado em IES privadas da grande São Paulo. **Motriz: Revista de Educação Física**, v. 16, p. 682-688, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/motriz/a/ZjxnF4TBfxfpbvkQ5VwtHFS/?lang=pt>. Acesso em: 10 nov. 2025.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein** (São Paulo), v. 8, p. 102-106, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTbkVJZqcWrTT34cXLjtBx/?lang=pt>. Acesso em: 10 nov. 2025

UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS. **Regulamento Acadêmico da Graduação – RAG. Aprovado pela Resolução nº 017/2011 – CONSEPE, de 25 de outubro de 2011**. Manaus: UFAM, 2011. Disponível em: <https://conselhos.ufam.edu.br/images/deliberacoes/res0172011sep-.pdf>. Acesso em: 27 out. 2025.