

ORIENTAÇÕES DE ESTÁGIO

DISCIPLINA: GINÁSTICA DE ACADEMIAS II

SÉRIE: 8º semestre

PROFESSOR RESPONSÁVEL: CRISTIANE T. A. CAMARGO

CARGA HORÁRIA: 32h

ORIENTAÇÕES GERAIS:

TOTAL DE HORAS: 32

TIPO DE ESTÁGIO OBSERVAÇÃO / PARTICIPAÇÃO

LOCAL A ESTAGIAR: Prefeituras, clubes, asilos, academias e Studio que tenham atividade / exercícios físicos orientados por profissionais de Educação Física devidamente cadastrado pelo **CREF**.

ATIVIDADES / MODALIDADES OBRIGATÓRIAS:

Spinning; Pilates; Jump; Localizada; Step e Circuito

ATIVIDADES / MODALIDADES COMPLEMENTARES: 20h

Obs: As 20 horas livres deverão ser distribuídas entre as modalidades relacionadas acima e/ou entre outras que não constam desta relação. No entanto, não poderão cumprir essas 20h em apenas 1 modalidade, deverá ser distribuída em no mínimo 4 diferentes.

DISTRIBUIÇÃO DAS HORAS:

1 – Caso o aluno opte somente pelas atividades/ modalidades obrigatórias, deverá distribuir a carga horária total igualmente entre as seis.

2 – Caso opte pelas atividades/ modalidades obrigatórias e complementares.

Poderá estagiar no máximo 20 horas da modalidade complementar e o restante das horas nas modalidades obrigatórias contendo no mínimo 2 horas para uma delas.