



**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Sul de Minas Gerais

MANUAL DO  
*Estágio*  
OBRIGATÓRIO



# MANUAL DO ESTÁGIO OBRIGATÓRIO

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de  
Minas Gerais

Pró-Reitoria de Extensão (Proex)  
Estágios e Egressos

Pouso Alegre, MG  
2021

# Apresentação

Bem-vindo (a) estagiário (a)!

O estágio é um período de aprendizagem que possibilita realizar atividades durante o seu processo de estudos, planejados pelos coordenadores, professores ou supervisores do estágio, sendo o primeiro passo para aprimoramento da carreira profissional. Através de vivências relacionadas com o meio social, profissional, cultural e didático-pedagógico, proporcionando a participação dos alunos em situações reais de vida e trabalho em uma organização privada ou pública.

Este manual foi desenvolvido com objetivo de contribuir para um bom desempenho das informações, para que auxilie os discentes sobre seus direitos, funções e responsabilidades, assim como dicas de comportamento e postura profissional e orientações sobre o procedimento do ESTÁGIO OBRIGATÓRIO no período realizado.

Desejamos sucesso em seu novo desafio profissional!

*A melhor maneira de aprender é ensinar.*  
(Maria Montessori)

# Sumário

|   |    |
|---|----|
| 1. O QUE É ESTÁGIO?.....  | 10 |
| 2. QUAL A LEGISLAÇÃO QUE REGULAMENTA O ESTÁGIO DO ESTUDANTE? .....  | 10 |
| 3. QUAIS SÃO OS TIPOS DE ESTÁGIO? .....   | 11 |
| 4. AS ATIVIDADES DE EXTENSÃO, DE MONITORIAS E DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA PODEM SER EQUIPARADAS AO ESTÁGIO? .....         | 11 |
| 5. QUEM PODE SER ESTAGIÁRIO?.....   | 12 |
| 6. O ESTUDANTE PODE CONSEGUIR ESTÁGIO SEM A INTERVENÇÃO DA COORDENADORIA DE ESTÁGIOS E EGRESSOS OU EQUIVALENTE?.....  | 12 |
| 7. O ESTÁGIO É UMA RELAÇÃO DE EMPREGO?.....   | 12 |
| 8. ONDE REALIZAR O ESTÁGIO?.....  | 13 |
| 9. O ESTÁGIO OBRIGATÓRIO PODERÁ SER REALIZADO SOMENTE COM EMPRESAS OU INSTITUIÇÕES CONVENIADAS AO IFSULDEMINAS? ..... | 13 |
| 10. QUANDO SE TORNA OBRIGATÓRIA A CELEBRAÇÃO DE CONVÊNIO JUNTO AO IFSULDEMINAS?.....                                  | 13 |
| 11. O ESTUDANTE PODERÁ ESTAGIAR EM MAIS DE UMA EMPRESA? .....   | 14 |
| 12. POSSO REALIZAR ESTÁGIO NA EMPRESA DE PARENTES?.....   | 14 |

|   |    |
|---|----|
| 13. PARA ESTAGIAR DEVO PAGAR SEGURO CONTRA ACIDENTES PESSOAIS? .....  | 14 |
| 14. É POSSÍVEL CUMPRIR TODA CARGA HORÁRIA DO ESTÁGIO NO INSTITUTO FEDERAL? .....  | 15 |
| 15. POSSO APROVEITAR O MEU TRABALHO OU JOVEM APRENDIZ COMO ESTÁGIO? .....   | 15 |
| 16. QUAIS REQUISITOS DEVEM SER OBSERVADOS PELA EMPRESA CONCEDENTE NA CONCESSÃO DO ESTÁGIO? .....  | 16 |
| 17. O QUE É TERMO DE COMPROMISSO DE ESTÁGIO? .....  | 16 |
| 18. QUAL A CARGA HORÁRIA DO ESTÁGIO? .....  | 17 |
| 19. QUAL A CARGA HORÁRIA DIÁRIA MÁXIMA PERMITIDA? .....   | 17 |
| 20. QUAL A CONSEQUÊNCIA PREVISTA PARA A EMPRESA CONCEDENTE NO DESCUMPRIMENTO DO DISPOSTO NA LEI Nº 11.788/2008? .....   | 18 |
| 21. QUEM JÁ TERMINOU O CURSO E FOI DIPLOMADO PODE SER CONTRATADO COMO ESTAGIÁRIO? .....   | 18 |
| 22. O PLANO DE ESTÁGIO É NECESSÁRIO? .....  | 18 |
| 23. QUAIS DOCUMENTOS SÃO NECESSÁRIOS PARA O ESTUDANTE APRESENTAR NO LOCAL DE ESTÁGIO? .....   | 19 |
| 24. SERÁ ACEITO TERMO DE COMPROMISSO DE ESTÁGIO RETROATIVO? .....   | 19 |
| 25. QUAL PRAZO E QUAIS DOCUMENTOS QUE O ESTUDANTE TERÁ E DEVERÁ ENTREGAR NA COORDENADORIA DE ESTÁGIOS E EGRESSOS OU EQUIVALENTE DE CADA CAMPUS APÓS REALIZAR O ESTÁGIO? ..... | 20 |
| 26. COMO PROCEDER NO CASO DE ESTÁGIOS A SEREM REALIZADOS POR ESTRANGEIROS NO ÂMBITO DO IFSULDEMINAS? .....  | 20 |

|   |    |
|---|----|
| 27. QUANDO O ESTUDANTE DO IFSULDEMINAS IRÁ FAZER O ESTÁGIO NO EXTERIOR .....            | 22 |
| 28. É POSSÍVEL REALIZAR ESTÁGIOS NO FORMATO HOME OFFICE? .....                          | 23 |
| 29. COMO REALIZAR UM PROJETO DE ESTÁGIO? .....  | 23 |
| 30. COMO APROVEITAR A EXPERIÊNCIA COMO DOCENTE? .....                                   | 23 |
| 31. QUAL O PAPEL DO PROFESSOR ORIENTADOR NA REALIZAÇÃO E NA AVALIAÇÃO DO ESTÁGIO? ..... | 24 |
| 32. QUAL O PAPEL DO SUPERVISOR NA REALIZAÇÃO DO ESTÁGIO? .....                          | 24 |
| Dicas para seu dia a dia no estágio .....   | 25 |
| CONHEÇA OS 10 ERROS IMPERDOÁVEIS COMETIDOS EM UM ESTÁGIO .....                          | 26 |

## 1. O QUE É ESTÁGIO?

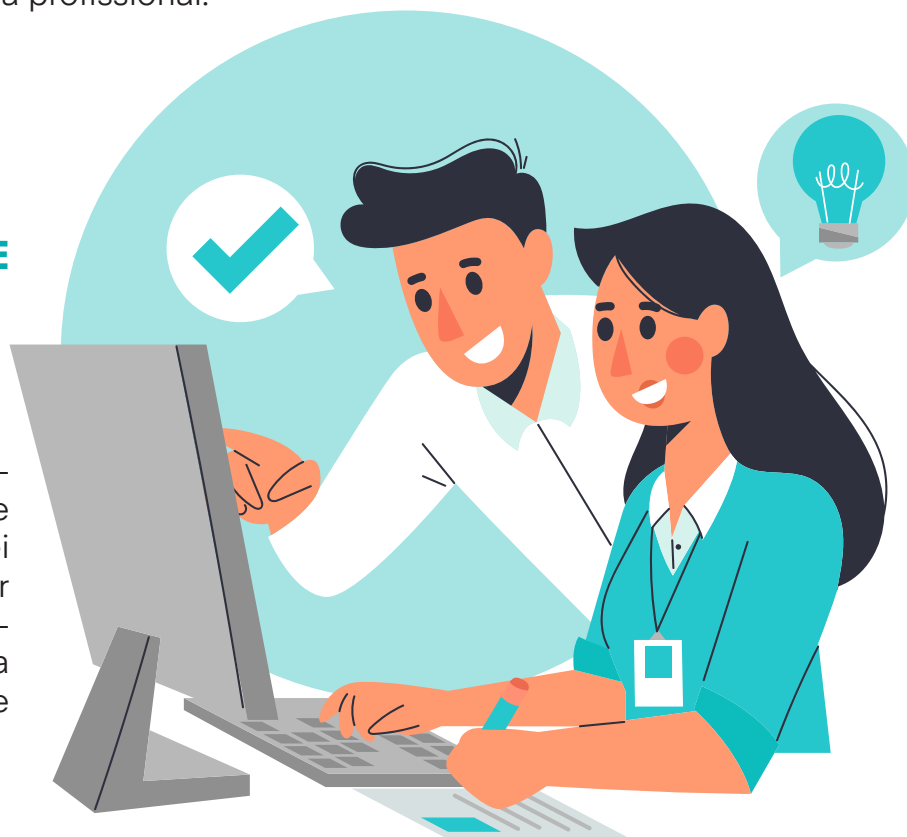
“Estágio é o ato educativo escolar supervisionado, desenvolvido no ambiente de trabalho, que visa à preparação para o trabalho produtivo de educandos”.

O estágio dá aos estudantes oportunidade da visão real e crítica do que acontece fora do ambiente escolar e possibilita adquirir experiência por meio do convívio com situações interpessoais, tecnológicas e científicas sobre a realidade do universo do trabalho e da profissão;

Além disso, é uma oportunidade para que os estudantes apliquem em situações concretas os conhecimentos adquiridos nas aulas teóricas, de maneira que possam vivenciar no dia a dia, a teoria, absorvendo melhor os conhecimentos, podendo refletir e confirmar a sua escolha profissional.

## 2. QUAL A LEGISLAÇÃO QUE REGULAMENTA O ESTÁGIO DO ESTUDANTE?

Dentre dos instrumentos legais que regem o estágio, a lei responsável por definir e classificar as relações de estágio é a de nº 11.788, de 25 de setembro de 2008.



## 3. QUAIS SÃO OS TIPOS DE ESTÁGIO?

O estágio pode ser **obrigatório e não-obrigatório**, conforme determinação das diretrizes curriculares do projeto pedagógico do curso (artigo 2º da Lei nº 11.788/08).

**Estágio Obrigatório:** É aquele definido no projeto do curso, cuja carga horária é requisito para aprovação e obtenção de diploma, sem ônus para a concedente e em conformidade com a Instrução Normativa nº 213, de 17/12/2019.

**Estágio não-obrigatório:** É aquele desenvolvido como atividade opcional, acrescida à carga horária regular e obrigatória. O estágio, obrigatório ou não, não gera vínculo empregatício de qualquer natureza.

Em conformidade com o parecer nº 408 D /2014/PGF/PF-IFSULDEMINAS e com a RESOLUÇÃO Nº 097/2019, DE 18 DE DEZEMBRO DE 2019, o aluno poderá utilizar o estágio não obrigatório como obrigatório, desde que esteja no período de realização do estágio obrigatório.

## 4. AS ATIVIDADES DE EXTENSÃO, DE MONITORIAS E DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA PODEM SER EQUIPARADAS AO ESTÁGIO?

As atividades de extensão, de monitorias e de iniciação científica na educação superior, desenvolvidas pelo estudante, somente poderão ser equiparadas ao estágio em caso de previsão no projeto pedagógico do curso, **conforme artigo 2º, §3º da Lei nº 11788, de 25 de setembro de 2008.**

## 5. QUEM PODE SER ESTAGIÁRIO?

Todo estudante regularmente matriculado e frequente, em instituição superior, de educação profissional, de ensino médio de educação especial, e dos anos finais do ensino fundamental, na modalidade profissional da educação de jovens e adultos (EJA) pode realizar estágio.

## 6. O ESTUDANTE PODE CONSEGUIR ESTÁGIO SEM A INTERVENÇÃO DA COORDENADORIA DE ESTÁGIOS E EGRESSOS OU EQUIVALENTE?

É de responsabilidade do estudante pesquisar e entrar em contato com Instituições Públicas ou Privadas, Cooperativas e ou Propriedades rurais, Instituições de Ensino onde possa realizar estágio, após definir o local e data, deverá dirigir-se a Coordenadoria de Estágios e Egressos ou equivalente para receber as orientações necessárias.

## 7. O ESTÁGIO É UMA RELAÇÃO DE EMPREGO?

Não, pois não gera ônus para a parte concedente. O estágio não caracteriza vínculo de emprego de qualquer natureza, não gerando encargos sociais, trabalhistas e previdenciários, desde que observados os requisitos legais. (arts. 3º e 15º da Lei nº 11.788/2008).

## 8. ONDE REALIZAR O ESTÁGIO?

Em empresas de pessoa jurídica de direito privado ou órgãos da administração pública direta, autárquica e fundacional de qualquer dos poderes da união, dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios ou até mesmo com profissionais liberais de nível superior devidamente registrados em seus respectivos conselhos de fiscalização profissional, de acordo com o Art. 9º da Lei nº 11.788/08 e Instrução Normativa nº 213, de 17 de dezembro de 2019.

## 9. O ESTÁGIO OBRIGATÓRIO PODERÁ SER REALIZADO SOMENTE COM EMPRESAS OU INSTITUIÇÕES CONVENIADAS AO IFSULDEMINAS?

Não, o estágio obrigatório poderá ser realizado independentemente de convênio entre o IFSULDEMINAS com empresas ou instituições.

## 10. QUANDO SE TORNA OBRIGATÓRIA A CELEBRAÇÃO DE CONVÊNIO JUNTO AO IFSULDEMINAS?

A celebração de convênio junto ao IFSULDEMINAS se torna obrigatória, quando se tratar de estágio obrigatório para os cursos de licenciatura a serem realizados em instituições públicas.

## 11. O ESTUDANTE PODERÁ ESTAGIAR EM MAIS DE UMA EMPRESA?

Sim, desde que o período não seja coincidente e não ultrapasse a carga horária máxima permitida no dia (06 horas) e na semana (30 horas).

## 12. POSSO REALIZAR ESTÁGIO NA EMPRESA DE PARENTES?

Sim, o estagiário poderá desenvolver suas atividades de estágio, em empresas e, ou instituições dirigidas por parentes, desde que não exista nenhum grau de parentesco com o Supervisor de Estágio.

## 13. PARA ESTAGIAR DEVO PAGAR SEGURO CONTRA ACIDENTES PESSOAIS?

Não, todo estudante deve estar assegurado contra acidentes pessoais, sendo a responsabilidade pela contratação do seguro da instituição de ensino ou da concedente, conforme artigo 9º, parágrafo único da Lei nº 11.788/08.

## 14. É POSSÍVEL CUMPRIR TODA CARGA HORÁRIA DO ESTÁGIO NO INSTITUTO FEDERAL?

Não, o aluno deverá cumprir no mínimo 50% do total da carga horária fora da Instituição, só assim ele estará vivenciando a real situação do mercado de trabalho, aplicando o aprendido em sala de aula, revendo e experimentando novas técnicas. No caso de alunos com deficiência poderão realizar carga horária total de estágios dentro do campus, desde que seja atestado por meio de parecer do NAPNE, informando a necessidade de ser exclusivamente efetuado dentro da instituição, exceto para os cursos da área da saúde.

## 15. POSSO APROVEITAR O MEU TRABALHO OU JOVEM APRENDIZ COMO ESTÁGIO?

Sim, os estudantes que exercem atividades profissionais em áreas correlatas ao seu curso, na condição de empregados devidamente registrados ou na condição de Jovem aprendiz, poderão utilizar como estágio as respectivas atividades, desde que observe os requisitos legais para a realização do mesmo.





## 16. QUAIS REQUISITOS DEVEM SER OBSERVADOS PELA EMPRESA CONCEDENTE NA CONCESSÃO DO ESTÁGIO?

Cumprimento dos incisos estabelecidos do artigo 3º da Lei nº 11.788/08:

I – Matrícula e frequência regular do educando;

II – Celebração do Termo de Compromisso de Estágio pela Coordenadoria de Estágios e Egressos ou equivalente (obrigatório), entre o estudante, a parte concedente (empresa) e a Instituição de Ensino;

III – Compatibilidade entre as atividades desenvolvidas no estágio com o seu curso e previstas no “Plano de Estágio”;

IV – Estar assegurado contra acidentes pessoais (apólice de seguro).

## 17. O QUE É TERMO DE COMPROMISSO DE ESTÁGIO?

É um acordo celebrado entre o educando, a parte concedente do estágio e a instituição de ensino, prevendo as condições de adequação do estágio à proposta pedagógica do curso.

*OBS: A ausência do Termo de Compromisso de Estágio caracteriza vínculo empregatício e sujeita a Empresa às sanções previstas na CLT.*

## 18. QUAL A CARGA HORÁRIA DO ESTÁGIO?

O estudante deverá consultar o **Projeto Pedagógico do Curso do seu ano de ingresso** para saber a carga horária total de estágio obrigatório. A carga horária total de estágio não deve ultrapassar o quantitativo previsto na matriz curricular do Projeto Pedagógico do Curso, pois o limite ultrapassado é caracterizado como estágio não obrigatório e o mesmo deverá ser remunerado.

O estudante e o professor orientador são os responsáveis pelo acompanhamento da realização da carga horária total de estágios para que sua totalidade não ultrapasse o quantitativo previsto no Projeto Pedagógico do Curso.

## 19. QUAL A CARGA HORÁRIA DIÁRIA MÁXIMA PERMITIDA?

A jornada de atividade em estágio será definida de comum acordo entre a instituição de ensino, a parte concedente e o aluno estagiário ou seu representante legal, devendo constar do termo de compromisso de estágio, ser compatível com as atividades escolares e não ultrapassar:

I – 4 horas diárias e 20 horas semanais, no caso de estudantes de educação especial e dos anos finais do ensino fundamental, na modalidade profissional da educação de jovens e adultos;

II – 6 horas diárias e 30 horas semanais, no caso de estudantes do ensino superior, da educação profissional de nível médio e do ensino médio regular.

§1º O estágio relativo a cursos que alternam teoria e prática, nos períodos em que não estão programadas aulas presenciais, poderá ter jornada de até 40 horas semanais, desde que previsto no projeto pedagógico do curso da instituição de ensino.

## 20. QUAL A CONSEQUÊNCIA PREVISTA PARA A EMPRESA CONCEDENTE NO DESCUMPRIMENTO DO DISPOSTO NA LEI Nº 11.788/2008?

A manutenção de estagiário em desconformidade com esta Lei caracteriza vínculo empregatício do educando com a parte concedente do estágio para todos os fins da Legislação Trabalhista e Previdenciária (parágrafo 1º do art. 15º da Lei nº 11.788/2008).

## 21. QUEM JÁ TERMINOU O CURSO E FOI DIPLOMADO PODE SER CONTRATADO COMO ESTAGIÁRIO?

Não. Os estágios são direcionados exclusivamente para quem ainda está matriculado e estudando. Para quem já se formou, o ideal são os programas de trainee, voltados para os recém-formados.

## 22. O PLANO DE ESTÁGIO É NECESSÁRIO?

Sim. Esse documento tem o objetivo de apresentar as atividades a serem desenvolvidas pelo aluno na empresa ou instituição. O plano de estágio deve demonstrar que o aluno terá a oportunidade de desenvolvimento profissional, incrementando sua formação com realização das atividades programadas. Portanto, este documento deve ser preenchido pelo supervisor antes do início do estágio para que o orientador possa acompanhar para efeito de avaliação das atividades a serem realizadas na empresa.

## 23. QUAIS DOCUMENTOS SÃO NECESSÁRIOS PARA O ESTUDANTE APRESENTAR NO LOCAL DE ESTÁGIO?

O estudante deverá se dirigir à empresa na data solicitada, munido dos seguintes documentos:

- I – Via do Termo de Compromisso de Estágio devidamente assinado;
- II - Cópia do Plano de Estágio com as atividades definidas pelo supervisor de estágio a serem realizadas.

## 24. SERÁ ACEITO TERMO DE COMPROMISSO DE ESTÁGIO RETROATIVO?

Não, o Termo de Compromisso de Estágio deverá ser formalizado antes do início do estágio, resguardando portanto as partes envolvidas no estágio.



## 25. QUAL PRAZO E QUAIS DOCUMENTOS QUE O ESTUDANTE TERÁ E DEVERÁ ENTREGAR NA COORDENADORIA DE ESTÁGIOS E EGRESSOS OU EQUIVALENTE DE CADA CAMPUS APÓS REALIZAR O ESTÁGIO?

Terá o prazo de até 60 dias para entrega do relatório de estágio, ficha de frequência, ficha de avaliação e declaração de conclusão do estágio ou de outros documentos equivalentes utilizados de acordo com cada campi. Os estudantes que estiverem em fase de conclusão do curso poderão ter esse prazo de entrega reduzido, obedecendo a data-limite estabelecida no calendário acadêmico de cada campus.

## 26. COMO PROCEDER NO CASO DE ESTÁGIOS A SEREM REALIZADOS POR ESTRANGEIROS NO ÂMBITO DO IFSULDEMINAS?

Aplicam-se as disposições da Instrução Normativa nº 213, de 17/12/2019 aos estudantes estrangeiros regularmente matriculados em instituição de ensino superior no país, em cursos autorizados ou reconhecidos pelo Ministério da Educação, observado o prazo do visto temporário de estudante, na forma da legislação aplicável.

Ao estrangeiro que seja admitido no Brasil para estágio poderá ser concedido o visto temporário previsto no § 4º do art. 14 da Lei nº 13.445, de 24 de maio de 2017.

Para os estágios com duração superior a 120 (cento e vinte) dias, o estagiário estrangeiro deverá estar matriculado em instituição de ensino superior no Brasil, nos termos da Resolução Normativa CNlg nº 115, de 9 de dezembro de 2014.

Somente será permitido a realização de estágio por estudantes de uma universidade estrangeira no âmbito do IFSULDEMINAS, se houver a existência de convênio ou documento correspondente firmado e assinado pelo representante legal de ambas as partes, aprovado por parecer jurídico e intermediado pela assessoria internacional.

### PROCEDIMENTOS:

Deverão primeiramente, proceder o preenchimento digitado do Requerimento de Estágio/Declaração do(a) Professor(a) Orientador(a) do Estágio e do Plano de Estágio com as atividades definidas pelo supervisor(a) e entregar na Coordenadoria de Estágios e Egressos ou equivalente do Campus em que estejam vinculados, para que proceda à elaboração do Termo de Compromisso de Estágio – TCE.

Depois de elaborado o TCE e colhidas as assinaturas, o estagiário(a)/estrangeiro(a) deverá entregar 01 via na Coordenadoria de Estágios e Egressos ou equivalente do Campus para que esteja apto a iniciar o estágio.

Após o término do período de realização do estágio, deverá antes da data marcada do retorno ao seu país, entregar obrigatoriamente assinados pelo professor orientador e supervisor o Relatório de Estágio, Ficha de Frequência e Ficha de Avaliação na Coordenadoria de Estágios e Egressos ou equivalente do Campus, para que possam em tempo hábil preparar e disponibilizar documento(s) de seu interesse.

## 27. QUANDO O ESTUDANTE DO IFSULDEMINAS IRÁ FAZER O ESTÁGIO NO EXTERIOR:

Preliminarmente destaca-se que neste momento ainda não existe uma resolução disciplinando o estágio no exterior por parte do estudante matriculado em cursos do IFSULDEMINAS.

Nesse sentido, ante à ausência de uma normativa interna no IFSULDEMINAS que oriente os procedimentos em relação ao estágio no exterior, deve o estagiário, portanto, seguir as regras da instituição do país onde pretende ir.

A procura pela vaga de estágio no exterior é sinalizada pelo próprio discente ou o seu orientador ou ainda pelo IFSULDEMINAS, através do contato com a assessoria internacional.

Além disso, deve haver a autorização do coordenador do curso no sentido de averiguar se o estágio poderá ser contabilizado como obrigatório ou somente no formato não obrigatório.

Ressalta-se novamente que para a validação do estágio como obrigatório é necessária a existência de um acordo celebrado entre o IFSULDEMINAS e a instituição estrangeira.

No tocante à formalização do TCE, tal documento é elaborado pela instituição estrangeira para onde o estudante se dirige, mas sempre com o acompanhamento das atividades prestadas pelo orientador aqui no Brasil.

Por fim, ao concluir o período previsto de estágio estabelecido no TCE, o estagiário deverá trazer a Declaração de Conclusão do estágio e apresentá-la à coordenação do curso do IFSULDEMINAS para computar a carga horária, se autorizada, e incluí-la no histórico escolar do estudante.

## 28. É POSSÍVEL REALIZAR ESTÁGIOS NO FORMATO HOME OFFICE?

Sim. Aos estudantes dos cursos técnicos e superiores de informática, dos cursos de comunicação visual e produção publicitária é ofertada a possibilidade de realização de estágio home office

## 29. COMO REALIZAR UM PROJETO DE ESTÁGIO?

Se a empresa concedente do estágio não dispuser de um profissional que atenda às especificações da Lei nº 11.788/2008 para atuar como supervisor, então o estudante poderá realizar o estágio através de projeto. Nessa situação, o professor orientador atua também como supervisor, essa ação será válida somente em casos excepcionais devidamente autorizados pela coordenação de curso.

## 30. COMO APROVEITAR A EXPERIÊNCIA COMO DOCENTE?

Os cursos com vinculação ao programa de Segunda Licenciatura terão a carga horária do estágio curricular supervisionado obrigatório de 300 horas, conforme estabelecido na Resolução CNE/CP nº 02, de 1º de julho de 2015. Os portadores de diploma de licenciatura, com exercício comprovado no magistério e que estejam exercendo atividade docente regular na educação básica, poderão ter aproveitada o máximo de 100 (cem) horas de carga horária destinada ao estágio supervisionado obrigatório, desde que autorizado pelo colegiado de curso.

### 31. QUAL O PAPEL DO PROFESSOR ORIENTADOR NA REALIZAÇÃO E NA AVALIAÇÃO DO ESTÁGIO?

O professor orientador deverá acompanhar de forma efetiva, orientar e avaliar o estágio em todo o seu processo de realização.

Aprovar as atividades a serem desenvolvidas pelo estagiário e definidas pelo supervisor no Plano de Estágio antes do início do estágio.

A avaliação do estágio é obrigatória sendo necessário a atuação do orientador neste processo avaliativo dos documentos de estágio (relatório de estágio, ficha de frequência e ficha de avaliação do estágio).

### 32. QUAL O PAPEL DO SUPERVISOR NA REALIZAÇÃO DO ESTÁGIO?

O supervisor é a pessoa responsável pelo acompanhamento, supervisão e orientação das atividades a serem realizadas na empresa em conformidade com o plano de estágio definido por ele e que tenha formação ou experiência profissional na área de conhecimento desenvolvida no curso do estagiário. Após a realização do estágio deverá aprovar e assinar a ficha de frequência, a ficha de avaliação a serem entregues pelo estudante na Coordenadoria de Estágios e Egressos ou equivalente de cada campus com a aprovação e assinatura do orientador.

### Dicas para seu dia a dia no estágio

- Cuidar sempre de sua aparência pessoal ao realizar o seu estágio.
- Seja cordial.
- Cumprimente diariamente seus superiores e colegas.
- Seja discreto na sua forma de vestir.
- Colabore com as pessoas com as quais se relaciona na empresa.
- Chame as pessoas pelo nome, converse com elas olhando nos olhos.
- Preste atenção no que estão falando e em caso de dúvidas, pergunte.
- Apresente sugestões quando solicitado, no que diz respeito à execução das atividades.
- Zele pelos equipamentos da empresa.
- Procure aperfeiçoar sua forma de comunicação e sua postura corporal.
- Se prometer, procure cumprir ou avise assim que se sentir impossibilitado de fazê-lo.
- Aceite críticas, pense a respeito e tire proveito dos ensinamentos.





## CONHEÇA OS 10 ERROS IMPERDOÁVEIS COMETIDOS EM UM ESTÁGIO

Um estágio pode significar a primeira etapa para atingir o objetivo do estagiário em sua carreira ou tornar-se uma experiência desastrosa. Isso depende de como o estagiário se prepara para lidar com o novo ambiente de trabalho e os colegas com quem irá dividir espaço. É normal sentir-se inseguro sobre como se portar. Afinal, está realizando o estágio para adquirir experiência prática sobre o que tem aprendido na teoria. No entanto, não deixe que a imaturidade e a falta de responsabilidade tome espaço no seu dia a dia e comprometa o seu desempenho profissional.

### 1. Acomodar-se

Entender que o estágio serve para aprender e o fato de estar nesta posição significa que o estagiário deve demonstrar interesse por novos conhecimentos. Não acomodar-se a ponto de achar que a empresa vai adivinhar as necessidades e as dificuldades dele.

### 2. Entrar de “salto alto”

Entender que está na condição de aprendiz. O estagiário deve ouvir mais do que falar. Aquele estagiário que reclama de todas as tarefas, não se enturma e ainda por cima é resistente às políticas da empresa tem menos chance de ser bem-sucedido em relação ao candidato que é humilde, gentil e cortês.

### 3. Abusar de linguagem vulgar

É pela maneira com a qual se comunica que suas mensagens serão recebidas e decodificadas pelo outro. Por isso, é fundamental evitar o uso de gírias e de palavras inapropriadas para o ambiente. Agindo assim, com certeza, fará com que o jovem seja ‘percebido’ de uma maneira positiva, visto que é nesta fase que ele deve se preocupar em evoluir.

### 4. Prender-se ao estágio pela bolsa-auxílio

É nessa hora que ele deve priorizar seu aprendizado. “Tem muito estudante que se preocupa mais com o quanto ganha do que com aquilo que realmente aprende no estágio.

Se você passou pelo estágio e se prendeu naquele que pagava mais, mas que não te ensinou muito, certamente você sofrerá consequências no futuro”. O jovem precisa evoluir.



## 5. Adotar postura inflexível

Uma competência fundamental que o estagiário deve ter é flexibilidade para mudanças. As empresas são muito dinâmicas, logo, as prioridades de trabalho mudam rápido demais e o estagiário pode não acompanhar ou até mesmo não entender.

## 6. Ser individualista

Entenda que no ambiente de estágio todas as funções são importantes, portanto, valorize as suas atividades e a de seus colegas. Procure agregar e, se possível, tenha envolvimento com projetos de outras áreas. Lembre-se: sozinho ninguém muda nada.

## 7. Deixar o trabalho para depois

O estágio é o momento em que o estudante deve trabalhar em tempo real, quer dizer, não deve deixar para depois o que ele pode fazer hoje.

## 8. Ter vergonha de perguntar

Não tenha vergonha de perguntar o que não sabe. Só tenha o cuidado de escolher o momento certo para fazer suas perguntas, para não atrapalhar as atividades de quem vai responder.

## 9. Perder tempo na internet (redes sociais, youtube e afins)

Cuidado com o tempo perdido com redes sociais, youtube e afins. Essa não é uma postura que se espera de um estagiário em um ambiente de trabalho, salvo se for necessária e indispensável para realização do mesmo. O estagiário deve se perguntar ao final de cada dia: Adquiri novos conhecimentos hoje? Desenvolvi da melhor forma possível o meu trabalho? Administre bem o seu tempo.

## 10. Fugir das responsabilidades

O estagiário deve ter claro que esta é a fase em que ele abrirá portas para o mercado. Saber aproveitar oportunidades e decidir com maturidade o que é mais importante em cada momento..









**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Sul de Minas Gerais