

As novas tecnologias no quotidiano do professor de Educação Física

Ana Rodrigues¹; Hélder Lopes¹

¹ UMa

Resumo

O impacto e utilização das novas tecnologias no nosso quotidiano é evidente, contudo a utilização destas ferramentas e instrumentos no exercício da atividade profissional no domínio da atividade física é ainda muito condicionada. Deste modo pretende-se assim, caracterizar a utilização de novas tecnologias pelos profissionais de atividade física, nomeadamente professores de Educação Física, bem como apresentar algumas propostas e reflexões sobre a utilização e rentabilização das novas tecnologias. Neste trabalho, recorreu-se a duas metodologias: (i) grupos de focus com o intuito de caracterizar e compreender a utilização das novas tecnologias (constituída por 9 de ambos os sexos, com uma média de idades de $35,31 \pm 3,44$) e (ii) grupos de debate, para conceção e análise de propostas de utilização das novas tecnologias no contexto da atividade física (constituído por experts, alunos da licenciatura em Educação Física e do Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto).

Como principais resultados destaca-se a utilização muito condicionada das novas tecnologias no contexto laboral pelos profissionais da atividade física, embora seja uma realidade na sua vida pessoal. Os profissionais da atividade física inquiridos, referem como principais entraves a aplicação em contexto laboral: (i) a falta de conhecimento, (ii) de formação, (iii) limitações espaciais e de (iv) recursos materiais. No entanto, as potencialidades destes instrumentos, é igualmente reconhecida pela sua acessibilidade, motivação e incentivo para o utilizador.

A elaboração de propostas de intervenção, considerou a rentabilização de meios, a acessibilidades e do baixo custo, sendo centrados nos conteúdos, conhecimentos e competências inerentes a atividade física, contudo o seu sucesso é um aspeto que carece de testagem e adaptabilidade as especificidades de cada realidade, estando a sua aplicabilidade e avaliação a decorrer.

Palavras-chaves: Novas Tecnologias; Profissionais de Atividade Física; Propostas; Atitude;

Abstrat

The impact and use of new technologies in our daily life is evident, however, the use of these tools and instruments in the exercise of professional activity in the field of physical activity is still very conditioned. In this way, it is intended to characterize the use of new technologies by physical activity professionals, namely Physical Education teachers, as well as to present some proposals and reflections on the use and profitability of new technologies. In this work, two methodologies were used: (i) focus groups with the purpose of characterizing and understanding the use of new technologies (consisting of 9 of both sexes, with a mean age of 35.31 ± 3.44) and (ii) discussion groups for the design and analysis of proposals for the use of new technologies in the context of physical activity (consisting of experts, undergraduate students in Physical Education and Masters in Physical Education and Sports Education).

The main results highlight the very conditioned use of new technologies in the labor context by physical activity professionals, although it is a reality in their personal life. Physical activity professionals interviewed refer to the main obstacles to application in a work context: (i) lack of knowledge, (ii) training, (iii) space limitations and (iv) material resources. However, the potential of these instruments is also recognized by their accessibility, motivation and incentive for the user.

The elaboration of proposals for intervention, considered the profitability of means, accessibility and low cost, focusing on the contents, knowledge and skills inherent to physical activity, however their success is an aspect that needs testing and adaptability the specifics of each reality, and its applicability and evaluation are ongoing.

Keywords: New Technologies; Physical Activity Professionals; Proposals; Attitude;

Introdução

Atualmente registamos constantes inovações tecnológicas a um ritmo frenético, assim deste o surgimento do primeiro computador até o desenvolvimento de telemóveis o intervalo de tempo existente é reduzido. Aparelhos como os telemóveis com funções única e exclusiva de estabelecer ligações telefónicas na génese transformaram-se, sendo hoje possível, aceder através dos smartphones a um universo de informação através da internet e a uma infinidade de funções através da grande oferta de aplicações.

A acessibilidade a estes instrumentos é igualmente algo que se transformou, sendo facilmente acessíveis a população em geral, dados do grupo Marktest (2018), indicam que 73,9% da população portuguesa possui um smartphone e 55% um tablet. Estes dados são superiores entre a população mais jovem, sendo que 97,4% da população entre os 15 e os 24

anos de idade possui um smartphone (Marktest, 2018). Estas constantes transformações tecnológicas alteram o nosso dia a dia, alternando a nossa forma de comunicar e o nosso comportamento. Registrando-se o aumento substancial de acesso a equipamentos eletrônicos, bem como o tempo em comportamentos sedentários associado a estes aparelhos em populações pediátricas (Marshall et al., 2006).

No contexto nacional, verifica-se que crianças e jovens passam em média entre 8,76 e 9,5 horas em atividades sedentárias, sendo que entre os 10 e os 17 anos de idade entre 47 e 91,3% dos rapazes são insuficientemente ativos e entre 76,9% e 98,2% das raparigas são insuficientemente ativos (Baptista et al., 2011). O tempo passado na internet assume particular relevo, nos comportamentos sedentários, verificando-se que em média os utilizados de internet em Portugal passam 5,93 horas por dia online sendo que sensivelmente um em cada três minutos é passado em redes sociais (Grupo Marktest, 2016), em que 97% das crianças e jovens entre os 9 e os 16 anos possui perfil no Facebook, 19% no Instagram e 2% no Twitter (Simões et al., 2014). Neste contexto, sendo a utilização de novas tecnologias um comportamento evidente entre as crianças e jovens, qual é a atitude dos profissionais de atividade física face a estas tecnologias? E da utilização das mesmas na gestão do processo ensino-aprendizagem pelo docente? Em particular nas aulas de Educação Física?

Verifica-se no contexto escolar que ainda é muito limitado o acesso a tecnologias, mesmo das mais acessíveis, como das tecnologias móveis sem fios com acesso a internet, sendo a sua utilização proibida ou condicionado segundo 88% dos jovens na escola (Simões et al., 2014). Verificando-se que “O potencial tecnológico, pedagógico e motivacional dos telemóveis e dos smartphones não é ainda utilizado plenamente na educação formal em Portugal” (Simões et al., 2014). No entanto, não deixa de ser controverso considerando a realidade atual da nossa sociedade do conhecimento, em que a internet se apresenta como ferramenta crucial de desenvolvimento.

Diversos motivos têm sido apresentados como barreiras para a utilização das novas tecnologias na gestão do processo ensino-aprendizagem, nomeadamente razões financeiras, recursos materiais, formação, razões derivadas das próprias tecnologias e do elevado ritmo de desenvolvimento tecnológico, razões de natureza de política educativa e razões com base cultural e de natureza psicológica (Costa, 2004). No entanto, diversos estudos têm demonstrado a aplicação e vantagens das novas tecnologias ao contexto escolar, e em particular na Educação Física, assim por exemplo, Vagheti e colaboradores (2010), reportam a utilização de ambientes virtuais na aprendizagem de novos movimentos, gestos desportivos ou mesmo como ferramenta de potencialização do dispêndio energético.

No entanto, são ainda reduzidos estudos que exploram a utilização e rentabilização destas novas tecnologias em contexto escolar, em particular no contexto das aulas de Educação Física, assim com este trabalho pretende-se caracterizar a utilização de novas tecnologias pelos profissionais de Atividade Física nomeadamente os docentes de Educação Física, bem como apresentar algumas propostas e reflexão sobre a utilização e rentabilização de tecnologias na Educação Física.

Metodologia

Este trabalho recorreu a duas metodologias distintas: (i) numa primeira fase recorreu-se a metodologia de grupo focus, com um intuito de caracterizar e compreender a utilização e atitude dos docentes de Educação Física face às novas tecnologias, (ii) e numa segunda fase em grupos de trabalho reduzido (3 a 4 professores), em que se procurou conceber algumas propostas de implementação.

Na primeira fase do estudo participaram 9 docentes de ambos os sexos (4 homens e 5 mulheres) com idades compreendidas entre os 31 e os 44 anos ($35,31 \pm 3,44$), que foram inquiridos sobre a utilização das novas tecnologias (redes sociais, software, aplicações e instrumentos de monitorização da atividade física), para uso pessoal e na gestão do processo ensino-aprendizagem, os participantes foram igualmente inquiridos sobre as potencialidades e limitações que na sua perspectiva estão associados a utilização destas novas tecnologias, no contexto das aulas de Educação Física. Posteriormente os dados foram processados através do software estatístico SPSS versão 24.0, e o nível de significância adotado de 5%. De modo a caracterizar a amostra, a atitude e a aplicação das novas tecnologias numa perspectiva pessoal e profissional recorreu-se a média, do desvio padrão e frequência. Relativamente à informação obtida pelo grupo de focus, a mesma foi transcrita por dois sujeitos e posteriormente confrontada de modo a evitar erros, posteriormente a mesma foi analisada e categorizada,

Apresentação e discussão de resultados

Verifica-se que a utilização das redes sociais para uso pessoal é referenciada por todos os sujeitos (100%; n=9), sendo que apenas dois sujeitos (22,2%; n=2) reportam utilizar as redes sociais (Facebook) na gestão do seu processo ensino-aprendizagem. Na utilização de software todos os docentes reportam a sua utilização (100%; n=9), referenciando a utilização de word, excel e powerpoint, para elaboração de documentos de apoio, folhas de cálculo de assiduidade e de classificações, apresentações em powerpoint, são algumas das situações reportadas pelos docentes para a utilização de software em contexto de ensino-aprendizagem. A utilização de aplicações para uso pessoal é de 100% (n=9) e de 22,2% (n=2) de instrumento

de monitorização da atividade física, sendo esses valores inferiores da utilização destas tecnologias em contexto do profissional respetivamente de 11,1% e 0%. Similares resultados são reportados por Torres e colaboradores (2016), ao verificarem que raramente os professores utilizam tecnologias da informação e comunicação nas aulas.

Quando inquiridos sobre as potencialidades das novas tecnologias para o contexto do processo ensino-aprendizagem são referenciadas como: (i) “sendo extremamente apelativas e motivantes para os alunos” (António, 2016); (ii) acessíveis “...todos os alunos têm um smartphone, que pode ser utilizado nas aulas...” (Joana, 2016); (iii) possibilidade de fomentar a aprendizagem para espaços e tempos extracurriculares “Os alunos podem ter tarefas para realizarem fora das aulas, como TPCs ou debaterem tarefas ou exercícios...” (Joana, 2016). Paralelamente, os mesmos docentes reportaram como limitações: (i) lacunas de formação, “...gostava de utilizar mais as novas tecnologias, mas tenho dificuldades em saber trabalhar com algumas ferramentas como algumas aplicações não sei o que fazer. Era importante haver ações de formação...” (Alex, 2016); (ii) operacionalização “...tentei aplicar, mas não temos acesso a internet no pavilhão, não podemos utilizar, não temos internet, também não temos material suficiente” (Ana, 2016). Limitações de recursos materiais e espaciais, são igualmente fatores mencionados noutros estudos (Torres et al., 2016).

Numa segunda fase, procurou-se conceber proposta de trabalho que contemplem a aplicação das novas tecnologias aos conteúdos apresentados e contemplados no PNEF (Jacinto et al., 2001). Neste contexto, passamos a descrever as propostas de implementação, assentes na rentabilização de recursos tecnológicos.

Utilização das redes sociais (como Facebook, WhatsApp e Twitter), nomeadamente para apresentação e divulgação de documentação (como regulamentos, pequenos debates e vídeos). Um elevado número de alunos, possuem por exemplo perfil de Facebook (97% segundo Simões et al., 2014), sendo na nossa opinião uma forma acessível, prática, com baixo custo e que potencializa a aprendizagem para um contexto extracurricular, o caráter “imediato”, com que conseguimos comunicar apesar de podermos estar todos em diferentes espaços é igualmente um aspeto a considerar. No entanto, o funcionamento dos grupos fechados nestas redes sociais, deve ser redigido por regras claras, com o intuito de evitar divergências dos objetivos das tarefas.

Utilização de ferramentas para edição de vídeos e imagens, a disciplina de Educação Física centra-se em padrões de movimento e consciencialização desse padrão de movimento, no entanto, muitas vezes torna-se difícil para o professor promover a visualização e consciencialização do movimento realizado ou pretendido. A utilização de imagens ou vídeos, que representem a demonstração, auto demonstração ou mesmo a instrução é uma estratégia

que pode ser rentabilizada pelos docentes, com a utilização de tablets ou smartphones que os alunos podem rentabilizar em contexto de aula, seja para visualizar o movimento que se pretende, o movimento realizado pelo aluno ou para instruir o aluno. A utilização destas ferramentas, podem na nossa perspetiva ser elaborada pelo professor, bem como pelos próprios alunos em transdisciplinaridade com outras disciplinas como TIC.

A utilização de aplicações com o intuito de potencializar conteúdos, conhecimentos e aptidões definidos pelo PNEF (Jacinto, 2001), é igualmente outro aspeto que na nossa opinião deverá ser igualmente contemplado. A utilização de por exemplo pedómetros ou aplicações de pedómetros com intuito de avaliar e consciencializar os alunos para a necessidade de um estilo de vida ativo é na nossa opinião uma estratégia a equacionar, pela quantificação da atividade física embora esteja inerente algumas limitações como o não considerar a intensidade com que a atividade física é realizada. Um outro exemplo da rentabilização das aplicações é a C:Geo, associada a atividade de geocaching que estimula o desenvolvimento de competências como leitura e interpretação de mapas e bússolas e orientação espacial, conteúdos inerentes a algumas matérias de ensino como a orientação. A utilização de aplicações na nossa opinião apresenta diversas vantagens nomeadamente ser acessível a praticamente todos os alunos que possuam um smartphone, bem como a motivação dos alunos para a utilização destes recursos. A possibilidade de transdisciplinaridade é igualmente uma realidade que pode e deve ser explorada segundo a nossa perspetiva.

No entanto, a utilização de aplicações poderá igualmente potencializar o dissipar de atenção para outros aspetos pelo que esta deverá ser igualmente definidas regras de utilização. A utilização de monitores da atividade física, permitem a quantificação da atividade física, bem como a aplicação de monitores da frequência cardíaca permitem a quantificação de dados como a intensidade que certamente serão uteis para a compreensão do exercício físico como promotor de saúde, será igualmente uma oportunidade de transdisciplinaridade com outras disciplinas como a biologia (ex: sistema circulatório e respiratório).

Considerações Finais

Considerando a aptidão, acessibilidade e motivação dos alunos para a utilização das novas tecnologias no seu dia a dia, será certamente uma mais valia a utilização das mesmas na gestão do processo ensino-aprendizagem, em particular no contexto da sala de aula. No entanto, a recetividade e utilização por parte dos docentes é ainda realizada de uma forma muito condicionada, neste contexto talvez seja relevante o desenvolvimento de estudos que explorem as vantagens e desvantagens inerentes as novas tecnologias nas salas de aulas, e que mais valias representam para os alunos no seu desenvolvimento de competências cognitivas,

motoras e sociais. Será igualmente interessante explorar a atitude e motivação para aprender por parte dos alunos, quando estas ferramentas são utilizadas.

Alguns aspetos deverão ser igualmente equacionados, nomeadamente as regras de utilização das novas tecnologias, um fator a debater e a considerar na utilização e aplicação destes instrumentos e ferramentas em contexto escolar. As diretrizes e normas de funcionamento das instituições escolares, bem como as condições espaciais e materiais, são parâmetros que poderão equacionar a utilização e rentabilização destas mesmas tecnologias. A utilização das novas tecnologias em contexto escolar é vista por muitos como uma oportunidade, por outros como uma limitação a aprendizagem, talvez a rentabilização destas estratégias e ferramenta passe por uma utilização consciente e claramente orientada para a tarefa pelos alunos, bem como pela supervisão orientada e inovadora dos docentes.

Referencias Bibliográficas

Batista F., Silva, A.L. & Santos, D.A. (2011) Livro verde de atividade física. Instituto do Desporto de Portugal. Lisboa, Portugal

Costa F.A. (2004). Razões para o fraco uso dos computadores na escola. Revista Diálogo Educacional, 4 (12), 35-47

Jacinto J., Comédias J., Mira J. & Carvalho L. (2001) Programa Nacional de Educação Física – Ensino Básico 3ºCiclo. Ministério da Educação. Lisboa, Portugal

Marktest (2016). Smartphone continua a crescer em Portugal. In <http://www.marktest.com/wap/a/n/id~2046.aspx> retirado em 01 de março de 2018

Marktest (2018) Penetração de telemóvel nos 96,5%. In <http://www.marktest.com/wap/a/n/id~2377.aspx> retirado em 01 de março de 2018

Marshall, S.J., Gorely, T. & Biddle, S.J. (2006). A descriptive epidemiology of screen-based media use in youth: A review and critique. *J Adolesc*, 29 (3), 333-349 <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.08.016>

Simões, J.A., Ponte C., Ferreira E., Doretto J. & Azecedo C. (2014). Net children go mobile. Crianças e Meios Digitais Móveis em Portugal: Resultados Nacionais do Projeto Net Children Go Mobile. Centro de Estudos de Sociologia da Universidade Nova de Lisboa. Lisboa, Portugal

Torres, A.L., Mota, M.M., Ferreira, H.S., Ferreira, A.F. & Dario S.C. (2016). As tecnologias da informação e comunicação e a Educação Física escolar: A realidade de professores da rede pública municipal de fortaleza. *Educação Temática Digital*. 18 (1), 198-214