

UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO MÍDIAS NA EDUCAÇÃO

André Luiz Cirilo da Cruz

**O PAPEL DO EDUCADOR FÍSICO NA LUTA CONTRA O SEDENTARISMO
INFANTOJUVENIL**

JUIZ DE FORA
2019

André Luiz Cirilo da Cruz

**O PAPEL DO EDUCADOR FÍSICO NA LUTA CONTRA O SEDENTARISMO
INFANTOJUVENIL**

Relatório apresentado como requisito parcial para aprovação no Curso de Especialização Mídias na Educação, da Faculdade de Educação, Universidade Federal de Juiz de Fora.

Orientadores: Prof^(a). Dr^(a). Ana Lucia Werneck Veiga
Tutora: Prof^a. MSc. Márcia Fernandes Pinheiro Hara

JUIZ DE FORA
2019

André Luiz Cirilo da Cruz

**O PAPEL DO EDUCADOR FÍSICO NA LUTA CONTRA O SEDENTARISMO
INFANTOJUVENIL**

Relatório apresentado como requisito parcial para aprovação no Curso de Especialização Mídias na Educação, da Faculdade de Educação, Universidade Federal de Juiz de Fora.

Aprovada em:

BANCA EXAMINADORA

Prof(a). Dr(a). orientador(a)

Membro da banca

Membro da banca

RESUMO

Este relatório descreve as atividades desenvolvidas como requisitos parciais do Curso de Especialização Mídias na Educação da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF). O produto descrito aqui é uma reportagem que propõe a discussão acerca do papel do educador físico na luta contra o sedentarismo infantojuvenil em tempos de inovações tecnológicas constantes, buscando apontar suas responsabilidades com a promoção da saúde das crianças e dos jovens através da prática de atividades físicas. O paradigma social que aponta a tecnologia como inimiga da vida saudável também é discutido aqui, para tanto, são apresentadas alternativas tecnológicas que incentivem e auxiliem as pessoas a alcançar um estilo de vida mais ativo. Para a produção de reportagem, foram realizadas entrevistas em áudio com uma criança, dois jovens e um adulto, que transformaram suas vidas através da prática de atividades físicas orientadas, e com o professor Henrique Novaes Mansur, doutor em Saúde pela UFJF. Foi realizada ainda a análise de bibliografia especializada e de dados disponibilizados em fontes da internet. O produto desenvolvido busca promover a discussão e a reflexão sobre o tema, por conseguinte, não busca apresentar respostas conclusivas.

Palavras-chave: Educação Física. Sedentarismo. Tecnologia.

SITE

<https://sites.google.com/view/midiasnaeducacaofisicaeesp/pagina-inicial>

INTRODUÇÃO

O Crescimento e o desenvolvimento humano nos aspectos físico e motor estão diretamente relacionados ao tipo de vivências motoras experimentadas pelos indivíduos durante a infância e a adolescência.

Eu fui criado em uma casa simples com um quintal enorme. Naquela época, depois da escola e depois de fazer os deveres de casa, eu e meus colegas íamos correndo brincar na rua, jogar futebol em terrenos baldios, subir em árvores, entre outras peraltices até o tardar da noite. Naquela época, eu não tinha consciência da contribuição que aquela rotina traria para o meu crescimento e o desenvolvimento de habilidades. Logo o repertório motor adquirido por mim durante a infância fez com que eu começasse a apresentar um bom desempenho nas aulas de Educação Física e, nesse momento, fui levado para um clube da cidade pela minha professora. Nesse local, tive a oportunidade de participar de várias competições nas modalidades Futebol e Atletismo. O amor pelos esportes só crescia e a escolha da profissão a seguir tornou-se algo extremamente fácil. Prestei Vestibular em 1995 e fui aprovado no curso de Educação Física e Desportos da UFJF, onde me formei, e logo comecei a trabalhar.

Durante todos esses anos, a sociedade sofreu diversas transformações. Brincar na rua não é mais seguro, morar em casas com espaço para brincar tornou-se um privilégio de poucos, praticar esporte em clubes ou escolinhas tem um custo com que nem todos ou muito poucos podem arcar. Todas essas mudanças são importantes, e contribuíram muito para que nossas crianças e adolescentes movimentassem-se cada vez menos, apresentando um estilo de vida sedentário. Entretanto, o maior vilão apontado por diversos especialistas em periódicos, matérias de TV e alguns artigos é o grande desenvolvimento tecnológico ocorrido no período. A utilização indevida da *internet*, dos *smarthphones*, dos *videogames*, para muitos, mantém nossa juventude, horas a fio, frente a diversos tamanhos de monitores, comportamento que afasta os indivíduos das vivências motoras.

É nesse cenário que o sedentarismo infantojuvenil cresce de forma preocupante. O estilo de vida sedentário é o principal fator de risco no desenvolvimento de doenças como a obesidade, a hipertensão arterial e o diabetes melitos, hoje observadas em indivíduos cada vez mais jovens.

A observação do aumento no número de crianças e jovens sedentários nas escolas em que atuo despertou em mim os seguintes questionamentos:

Qual é a minha responsabilidade juntamente com os meus colegas de profissão na luta contra o sedentarismo infantil?

A tecnologia deve ser vista apenas como inimiga ou existem recursos tecnológicos que facilitam ou incentivam a prática de atividades físicas?

Um dos maiores pesquisadores na área é o Professor PhD de Educação Física David Lee Gallahue, autor de 11 livros, criador do Modelo Teórico do Desenvolvimento Motor de Gallahue, leitura obrigatória nas faculdades de Educação Física em vários países do mundo. Em entrevista¹ concedida durante o Terceiro Congresso de Motricidade da Serra Gaúcha, o Professor Gallahue falou sobre a importância do Educador Físico;

Os Educadores Físicos terão sua importância, à medida que tiverem conhecimento e paixão pelo que fazem para fazer a diferença na vida das crianças e adolescentes. Com uma Educação Física de qualidade as crianças e adolescentes terão habilidades e confiança suficientes para se tornarem pessoas ativas durante o resto de suas vidas. (Gallahue)

A reportagem realizada apresenta os seguintes objetivos:

Objetivo Geral:

- Discutir o papel do Educador Físico na luta contra o sedentarismo infantojuvenil em tempos de novas tecnologias.

Objetivos Específicos:

- Refletir sobre as responsabilidades do Educador Físico.
- Discutir o lugar da tecnologia na evolução do sedentarismo infantojuvenil.

Buscando atingir os objetivos propostos, foram coletados depoimentos de indivíduos que passaram a realizar atividades físicas orientadas as quais alteraram sua rotina e de um especialista em saúde que trouxe informações importantes para o enriquecimento do debate e fomentou a reflexão sobre o tema.

A Realização dos Produtos

¹ Entrevista disponível em Youtube < https://www.youtube.com/watch?v=1_R9-BBKyLM > Acesso em 03/01/2018

Para descrever o processo de criação dos produtos, os processos serão divididos em três partes definidas como Pré-produção, Produção e Pós-produção.

Pré-Produção

O primeiro passo foi a busca por dados² e pesquisas que contribuíssem para a melhor compreensão do tema da reportagem, de modo a oferecer sustentação às argumentações apresentadas. Quando falamos de assuntos relacionados ao campo da Saúde, a fonte de pesquisa mais confiável é a Organização Mundial da Saúde (OMS), agência subordinada à Organização das Nações Unidas (ONU), especializada em saúde. Confirmado o aumento do sedentarismo infantojuvenil, foram procuradas pessoas com um histórico de sedentarismo e, quando possível, que transformaram sua rotina através da prática regular de atividades físicas. Felizmente, tais pessoas foram encontradas: um pai e três filhos que há aproximadamente dois anos iniciaram um programa de atividades físicas orientadas por um Educador Físico. Foi realizado o contato com Tadeu Rossi, 55 anos, assim como foram disponibilizadas a ele todas as informações sobre o trabalho. Também foi questionado se ele autorizaria a participação de sua família em um ensaio fotográfico e em uma entrevista em áudio. A resposta foi positiva, preenchemos as autorizações para a utilização da imagem do próprio Tadeu e dos filhos menores, autorizados por ele, Maria Clara 15 anos, Vincenzo 12 anos e Maria Laura 10 anos. Em seguida marcamos o encontro para realização das fotos e da entrevista em uma praça da cidade.

Com o intuito de enriquecer o conteúdo da reportagem e apresentar outro ponto de vista, foi convidado o Professor Henrique Novaes Mansur, Doutor em Saúde pela UFJF, Educador Físico, que aceitou participar da reportagem, entretanto, devido a sua agenda cheia de compromissos, concederia a entrevista por um aplicativo de mensagens e enviaria sua foto por e-mail. Prontamente as perguntas foram elaboradas e enviadas juntamente com a autorização de utilização de imagem por e-mail. Dois dias depois, ele enviou os áudios e a autorização.

Produção

² Fonte: Organização Mundial da Saúde. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/oms-80-dos-adolescentes-no-mundo-nao-praticam-atividades-fisicas-suficientes/> Acesso em 03 dez. 2018

O processo de produção da reportagem iniciou-se com a escrita dela com foco nos dados coletados até aquele momento. O primeiro material recebido foi o áudio do Professor Henrique Mansur, que precisou passar por um processo de edição antes de ser publicado. Para a edição, foi necessário utilizar um editor de áudio indicado durante o Curso de Especialização Mídias na Educação, o *Audacity* (Figura 1).

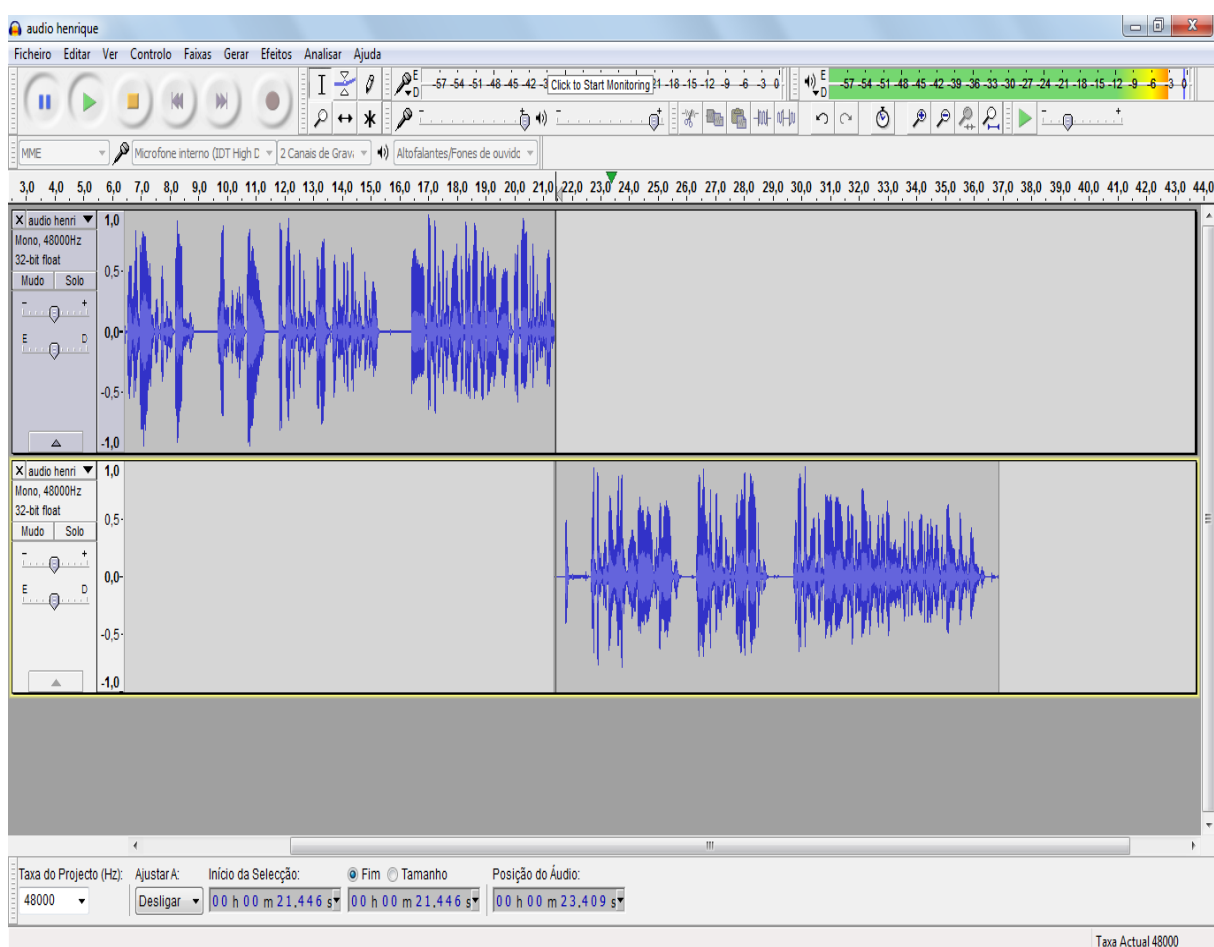


Figura 1 – Captura de tela do Audacity durante edição de áudio (Fonte: Autor)

Com o áudio da entrevista editado, a etapa seguinte consistiu na criação de um *Podcast*³ para que o conteúdo pudesse ser publicado no *site* criado durante o

³ *Podcast* é uma forma de transmissão de arquivos multimídias pela internet criados pelos próprios usuários. (Tecmundo). Disponível em: < <https://www.tecmundo.com.br/internet/1252-o-que-e-podcast-.htm> >

curso, para tanto, foi utilizado o *Soundcloud*⁴, uma plataforma *online* de publicação de áudios. Isso feito, a entrevista estava pronta para ser publicada. A opção foi pela transcrição das entrevistas de forma literal, como consequência garantiu-se a autenticidade dos depoimentos.

No dia marcado para o ensaio fotográfico com a família Rossi (Figura2), organizei o material acessório para as fotos como bolas e arcos e me encaminhei para o local marcado, onde todos me aguardavam, com toda boa vontade e disposição. Foram feitas várias fotos que, por sorte, ficaram muito boas. Em seguida, gravamos as entrevistas presencialmente. Não foi realizado nenhum tipo de tratamento nas fotos, e os áudios das entrevistas passaram pelo mesmo processo do áudio do Professor Henrique Mansur. Com as fotos e entrevistas prontas, tudo foi publicado.



Figura 2 – Família Rossi no dia do Ensaio Fotográfico (Fonte: Arquivo pessoal do autor)

Na entrevista de família Rossi, ficou evidente o seu posicionamento quanto à influência que a tecnologia exerce sobre o seu estilo de vida. Todos destacaram que o grande número de recursos tecnológicos atua como inibidores das atividades físicas e ao ar livre. Tal posicionamento surge como um paradigma social atual, e a reportagem mostra que essa pode ser uma concepção falaciosa, visto que existem aplicativos para celular, programas de computador, *sites* na internet que funcionam

⁴ Disponível em: < <https://soundcloud.com/> >

como ferramentas importantes que contribuem positivamente para a obtenção de um estilo de vida ativo.

Aplicativos, como o *Goggle Fit*, permitem que o usuário monitore facilmente sua rotina de exercícios, os *videogames* com sensores de movimento estimulam as crianças e os jovens a realizar movimentos com diversos níveis de dificuldade, vídeos ensinam a dançar, entre outras possibilidades.

Pós-produção

A reportagem foi publicada no *site* produzido durante o curso para a avaliação dos tutores e dos professores e está disponível para a consulta de todos os interessados. Foi um projeto desafiador e, em alguns momentos, bastante difícil. Depois de concluído, é possível apontar alguns pontos positivos e negativos.

Pontos positivos

Durante o desenvolvimento dos produtos, pude experimentar momentos de muita alegria e satisfação. Aprendi que para a realização de uma reportagem é preciso estudar, pesquisar e ouvir as fontes sobre o tema, o que me proporcionou uma oportunidade de incrementar meu conhecimento. Além disso, preciso destacar a disponibilidade e a boa vontade das pessoas que contribuíram com a reportagem, o Professor Henrique Mansur e o Senhor Tadeu Rossi e filhos. Nessa tarefa, ganhei de presente novos amigos. Obrigado a todos vocês.

Pontos Negativos

No decorrer do curso, fui levado a utilizar ferramentas tecnológicas que não conhecia como editores de áudio, de fotos e de vídeo. A manipulação dessas mídias utilizando tais ferramentas em alguns momentos trouxe dificuldades, apesar dos tutoriais de boa qualidade disponibilizados na plataforma. Entretanto, a frustração inicial dava lugar a uma satisfação proporcional ao concluir as tarefas. Outro ponto negativo foi a escolha dos assuntos e das abordagens presentes na reportagem, decidi disponibilizar muitas informações e quase houve a perda de foco. Após o *feedback* da minha orientadora, voltei a atenção ao que era mais relevante e consegui concluir o trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Chego ao final do Curso de Especialização Mídias na Educação, certo de que ele contribuiu bastante para o meu crescimento profissional e pessoal. Na minha área de atuação, a Educação Física, a tecnologia sofre muito preconceito, sendo vista como uma inimiga da vida saudável, posicionamento que hoje considero totalmente equivocado. Existem produtos e recursos tecnológicos desenvolvidos para os mais variados fins e durante o curso conheci ferramentas úteis e interessantes, capazes de potencializar a efetividade dos processos de ensino e aprendizagem dos elementos da cultura corporal e do movimento humano.

Atualmente, nossos jovens atuam em um ambiente no qual as mídias digitais fazem parte do seu dia a dia, tornando-os nativos digitais. Tais indivíduos, totalmente familiarizados com os diversos recursos tecnológicos têm acesso a uma infinidade de informações que possibilitam desenvolverem-se de forma autônoma e participativa. O grande desafio é direcionar a utilização da tecnologia para os objetivos traçados, criando estratégias pedagógicas que contribuam para a formação de pessoas mais criativas e envolvidas com as novas formas de aprender e de interagir com a sociedade.

Sendo mais específico e falando dos produtos que escolhi para o Trabalho de Conclusão de Curso, o maior aprendizado foi a noção da responsabilidade que todos aqueles que produzem e publicam material nas diversas redes carregam. Quando publicamos alguma informação e “assinamos” essa publicação, nós nos tornamos responsáveis por aquele conteúdo. O respeito às fontes é muito importante, ouvir diferentes pontos de vista com imparcialidade é fundamental.

Como Especialista em Mídias na Educação, é possível projetar diversas formas de utilizar a tecnologia em prol da promoção de um estilo de vida ativo para o maior número de pessoas possível, proporcionando momentos nos quais, a utilização de recursos tecnológicos, contribuam positivamente para o desenvolvimento de hábitos saudáveis que possam ser levados para outros momentos da vida dos nossos educandos.

REFERÊNCIAS

GALLAHUE, David. David Gallahue na FSG. 2011. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=1_R9-BBKyLM. Acesso em 4 jan. 2018.

GALLAHUE, D.; OZMUN, J. Compreendendo o Desenvolvimento Motor. São Paulo: Phorte, 2005.

Organização Mundial da Saúde. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/oms-80-dos-adolescentes-no-mundo-nao-praticam-atividades-fisicas-suficientes/> Acesso em 03 dez. 2018