



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO

Faculdade de Educação Física

Campus de Cuiabá-MT

EVELIN FERREIRA GONÇALVES

INTEGRANDO RECURSOS EDUCACIONAIS
DIGITAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO
FÍSICA: possibilidades pedagógicas para atingir os
objetivos de aprendizagem

CUIABÁ – MT
2024

EVELIN FERREIRA GONÇALVES

INTEGRANDO RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO

FÍSICA: possibilidades pedagógicas para atingir os
objetivos de aprendizagem

Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF da Universidade Federal de Mato Grosso, como requisito parcial para a obtenção do Título de Mestre em Educação Física.

Área de Concentração: Educação Física Escolar.

Orientador: Prof. Dr. Evando Carlos Moreira.

Dados Internacionais de Catalogação na Fonte.

G635i Gonçalves, Evelin Ferreira.

Integrando recursos educacionais digitais nas aulas de educação física [recurso eletrônico] : possibilidades pedagógicas para atingir os objetivos de aprendizagem / Evelin Ferreira Gonçalves. -- Dados eletrônicos (1 arquivo : 154 f., il. color., pdf). -- 2024.

Orientador: Evando Carlos Moreira.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Mato Grosso, Faculdade de Educação Física, Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Cuiabá, 2024.

Modo de acesso: World Wide Web: <https://ri.ufmt.br>.

Inclui bibliografia.

1. Educação. 2. Educação Física. 3. Tecnologias. 4. Recursos Educacionais Digitais.. I. Moreira, Evando Carlos, *orientador*. II. Título.

Ficha catalográfica elaborada automaticamente de acordo com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

Permitida a reprodução parcial ou total, desde que citada a fonte.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO

PRÓ-REITORIA DE ENSINO DE PÓS-GRADUAÇÃO

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - PROEF

FOLHA DE APROVAÇÃO

TÍTULO: INTEGRANDO RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: POSSIBILIDADES PEDAGÓGICAS PARA ATINGIR OS OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

AUTORA: MESTRANDA EVELIN FERREIRA GONÇALVES

Dissertação defendida e aprovada em 06 de dezembro de 2024.

COMPOSIÇÃO DA BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Evando Carlos Moreira (Presidente da Banca e Orientador)

Prof. Dr. Juliano Silveira (Examinador Externo)

Prof. Dr. Matheus Lima Frossard (Examinador Interno)

Profª Dra. Marcia Cristina Rodrigues da Silva Coffani (Examinadora Suplente)

Profª Dra. Raquel Stoilov Pereira Moreira (Examinadora Suplente)

Cuiabá, 06 de dezembro de 2024.



Documento assinado eletronicamente por **Juliano Silveira, Usuário Externo**, em 06/12/2024, às 15:57, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **MATHEUS LIMA FROSSARD, Docente da Universidade Federal de Mato Grosso**, em 06/12/2024, às 16:57, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **EVANDO CARLOS MOREIRA, Docente da Universidade Federal de Mato Grosso**, em 07/12/2024, às 06:42, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufmt.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **7457694** e o código CRC **A9E823B0**.



Dedico este trabalho à minha mãe, Vera Lúcia Ferreira, pela sua incansável luta em sempre buscar o melhor para mim e minhas irmãs. Agradeço-lhe por nunca ter desistido de nós, por todo o amor, cuidado e pela educação que nos deu. Agradeço, também, por me dar a vida e por me ensinar a amar a Deus. Sou eternamente grata por todo o esforço e dedicação que ela demonstrou ao longo da vida, tanto comigo quanto com minhas irmãs. Você é o nosso maior exemplo de força, perseverança e amor

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus por me permitir ingressar neste mestrado, que foi uma grande bênção em minha vida, e por ter me capacitado e fortalecido em todos os momentos de dificuldade. Agradeço também à professora Adriana Ferreira Soares, que, como instrumento de Deus, me apresentou o PROEF e me incentivou a realizar a prova para ingressar na turma de 2023.

Agradeço a todos os professores da Universidade Federal de Mato Grosso, vinculados ao PROEF, que contribuíram de forma significativa para o meu processo de aprendizagem durante a pós-graduação: Ana Carrilho, Cléo, Evando, Márcia, Luciane, Larissa e Tarcísio. Em especial, minha gratidão ao professor Evando Carlos Moreira, coordenador do programa e meu orientador, a quem nutro uma profunda admiração. Todas as palavras que desejo expressar podem ser resumidas de forma simples em um sincero "obrigada".

Agradeço a todos os mestrandos que trilharam este caminho ao meu lado, pela parceria, apoio, troca de experiências e pelos laços construídos ao longo dessa jornada: Paloma, Marione, Ana, Viviane, Elaine, Laura, Evander, Hemerson, Paulo, Márcio, Éder, Luiz, Golias e Davidson.

Agradeço aos membros da banca, professores Juliano Silveira e Matheus Lima Frossard, pela atenção, contribuições valiosas e pelo tempo dedicado a esta pesquisa. Suas observações e sugestões foram fundamentais para o aprimoramento deste estudo, e sou grata pela oportunidade de aprender com suas experiências e conhecimentos.

Agradeço a todos os estudantes da Escola Estadual Dr Anísio José Moreira, que fizeram parte desta pesquisa. Vocês foram peças fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho, com sua participação, empenho e disposição. Sem a contribuição de cada um de vocês, este estudo não seria possível.



Agradeço a Capes/PROEB – Programa de Educação Básica pelo oferecimento do Programa de Pós-Graduação em Educação Física em Rede Nacional – ProEF.



Senhor é o meu pastor, nada me faltará. Deitar-me faz em verdes pastos; guia-me mansamente a águas tranquilas. Refrigera a minha alma; guia-me pelas veredas da justiça, por causa do seu nome. Ainda que eu andasse pelo vale da sombra da morte, não temeria mal algum, porque tu estás comigo; a tua vara e o teu cajado me consolam. Preparas uma mesa perante mim na presença dos meus inimigos; unges a minha cabeça com óleo; o meu cálice transborda. Certamente que a bondade e a misericórdia me seguirão todos os dias da minha vida, e habitarei na casa do Senhor para sempre. (Bíblia Sagrada, Salmos

23:1-6

RESUMO

A pesquisa desenvolvida nesta dissertação investiga a integração dos recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física no contexto da era digital contemporânea, uma vez que as inovações tecnológicas remodelam a vida cotidiana e os processos educacionais. Reconhecendo que a mera adoção técnica dessas tecnologias é insuficiente, a pesquisa enfatiza a necessidade de um enfoque didático-pedagógico que abarque tanto o conhecimento pedagógico quanto o técnico. O estudo foi motivado por questionamentos surgidos durante a disciplina D01 do Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF, e visa explorar como recursos educacionais digitais podem ser integrados efetivamente nas aulas de Educação Física, especialmente para atender os nativos digitais. O objetivo geral da pesquisa é integrar os recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física, em uma turma dos anos finais do ensino fundamental, ampliando as estratégias de ensino e aprendizagem, com vistas a produção de conhecimento por parte dos alunos. Especificamente, a pesquisa propõe estratégias didáticas utilizando recursos digitais, experimenta possibilidades educativas para desenvolver a unidade temática de ginástica e analisa a relação entre o uso de recursos digitais e a produção de conhecimento dos estudantes. A pesquisa aborda em seu referencial teórico as transformações tecnológicas, as contribuições da mídia-educação para educação, os recursos educacionais digitais, mudanças da educação em virtude da covid-19 e a implementação de recursos educacionais digitais nas escolas: desafios e oportunidades. A metodologia adotada combina a abordagem qualitativa proposta por Minayo (2007) e a pesquisa-ação, fundamentada em Thiollent (2011), Gil (1999) e Severino (2007). A pesquisa foi realizada em uma escola pública estadual de São José do Rio Claro, MT, com uma turma de 9º ano do ensino fundamental. Os dados foram produzidos por meio de dois questionários (diagnóstico e de saída) e dos registros no diário de campo durante uma aplicação da sequência didática. Ao analisar os dados foi possível identificar previamente um aumento na participação dos estudantes nas aulas e um maior engajamento, protagonismo, motivação, criticidade e trabalho em equipe nas atividades propostas. Entendemos ainda que os estudantes, precisam aprender a utilizar as tecnologias de maneira crítica, desenvolvendo uma cultura digital que promova não apenas o uso consciente, mas também habilidades de criação e cidadania digital.

Palavras-chave: Educação. Educação Física. Tecnologias. Recursos Educacionais Digitais.

ABSTRACT

The research developed in this dissertation investigates the integration of digital educational resources in Physical Education classes in the context of the contemporary digital era, since technological innovations reshape everyday life and educational processes. Recognizing that the mere technical adoption of these technologies is insufficient, the research emphasizes the need for a didactic-pedagogical approach that encompasses both pedagogical and technical knowledge. The study was motivated by questions that arose during the D01 discipline of the Professional Master's Degree in Physical Education in the National Network - ProEF, and aims to explore how digital educational resources can be effectively integrated into Physical Education classes, especially to serve digital natives. The general objective of the research is to integrate digital educational resources into Physical Education classes, in a class of the final years of elementary school, expanding teaching and learning strategies, with a view to the production of knowledge by students. Specifically, the research proposes didactic strategies using digital resources, experiments with educational possibilities to develop the thematic unit of gymnastics and analyzes the relationship between the use of digital resources and the production of knowledge by students. The theoretical framework of this research addresses technological transformations, the contributions of media education to education, digital educational resources, changes in education due to COVID-19, and the implementation of digital educational resources in schools: challenges and opportunities. The methodology adopted combines the qualitative approach proposed by Minayo (2007) and action research, based on Thiollent (2011), Gil (1999), and Severino (2007). The research was carried out in a state public school in São José do Rio Claro, MT, with a 9th grade class. The data were produced through two questionnaires (diagnostic and exit) and field diary entries during the application of the didactic sequence. By analyzing the data, it was possible to identify an increase in student participation in classes and greater engagement, protagonism, motivation, critical thinking, and teamwork in the proposed activities. We also understand that students need to learn to use technologies critically, developing a digital culture that promotes not only conscious use, but also creative skills and digital citizenship.

Keywords: Education. Physical education. Technologies. Digital Educational Resources.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1: Tela de início do <i>google forms</i>	65
Figura 2: Respostas a primeira pergunta do questionário diagnóstico.....	66
Figura 3: Respostas a pergunta cinco do questionário diagnóstico	68
Figura 4: Pesquisa, elaboração e apresentação da atividade da aula.....	72
Figura 5: Acessando QRCode, preenchendo o <i>google forms</i> e trocando de estação .	76
Figura 6: Estudantes respondendo ao padlet da aula	79
Figura 7: Vídeo de Meditação Guiada.....	81
Figura 8: Estudantes praticando meditação guiada.....	82
Figura 9: Estudantes praticando Hiit	84
Figura 10: Tela inicial do Kahoot.....	86
Figura 11: Projeção das perguntas e opção das alternativas no <i>Kahoot</i>	87
Figura 12: Jogando no <i>Kahoot</i>	88
Figura 13: Estudantes preenchendo a roda da vida.....	91
Figura 14: Simulação de resultado da roda da vida	92
Figura 15: Tela inicial ao logar no <i>Canva</i>	93
Figura 16: Grupos reunidos realizando atividade no <i>canva</i>	94
Figura 17: infográficos elaborados pelos estudantes para apresentação	96
Figura 18: Exibição de vídeos e explicação do assunto da aula.....	97
Figura 19: Estudantes respondendo ao padlet.....	99
Figura 20: Comentários compartilhado pelos estudantes no <i>padlet</i> como resposta à pergunta: Como as mídias influenciam a percepção de beleza e corpo? Quais são as medidas preventivas e de conscientização que podem ser adotadas em relação aos padrões de beleza	100
Figura 21: Respostas da pergunta 01 do questionário de saída.....	104
Figura 22: Respostas a pergunta 03 do questionário de saída.....	106
Figura 23: Respostas da pergunta 05 do questionário de saída.....	108
Figura 24: Respostas da pergunta 05 do questionário de saída.....	110

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: competências específicas de linguagem para o ensino fundamental	23
Quadro 2: Habilidades de educação física anos finais do ensino fundamental	24
Quadro 3: Matriz de competências digitais	56
Quadro 4: Resposta dos grupos às perguntas das estações	77

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Resposta a quarta pergunta do questionário diagnóstico	67
---	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AVA	Ambiente Virtual de Aprendizagem
ALE	Assentimento Livre e Esclarecido
BNCC	Base Nacional Comum Curricular
CIEB	Centro de Inovação para a Educação Brasileira
CLE	Consentimento Livre e Esclarecido
EF	Educação Física
JEs	Jogos Eletrônicos
PCNs	Parâmetros Curriculares Nacionais
REDs	Recursos Educacionais Digitais
TICs	Tecnologias da Informação e Comunicação
ProEF	Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede
Nacional	
SEDUC-MT	Secretaria de Estado de Educação do Mato Grosso
UFMT	Universidade Federal de Mato Grosso

SUMÁRIO

Sumário

1. INTRODUÇÃO.....	17
2. TRANSFORMAÇÕES TECNOLÓGICAS.....	19
2.1 As Tecnologias Digitais na Educação Física	21
3. AS CONTRIBUIÇÃO DA MÍDIA-EDUCAÇÃO.....	29
4. OS RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS.....	36
4.1 Orientações Para Escolha e Parâmetros de Análise dos Recursos Educacionais Digitais.....	38
4.2 As Mudanças na Educação e a Covid-19	41
4.3 Implementação de Recursos Educacionais Digitais nas Escolas: Desafios e Oportunidades	45
4.4 Formação Docente e os Recursos Educacionais Digitais	48
5. METODOLOGIA DA PESQUISA.....	56
5.1 Caracterização da Pesquisa	56
5.2 Campo da Pesquisa.....	58
5.3 Participantes	60
5.4 Procedimentos Para a Coleta de Dados.....	60
5.5 Procedimentos Para a Análise de Dados.....	63
5.6 Aspectos Éticos	64
6. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	66
6.1 Apresentação dos Resultados do Questionário de Entrada.....	66
6.2 Organização e Aplicação da Intervenção Pedagógica	71
6.2.1. Aula 1 - Promovendo saúde e flexibilidade: a importância do alongamento muscular ...	72
6.2.2. Aula 2 - Postura corporal adequada, impacto na saúde, respiração, confiança e bem-estar emocional	75
6.2.3. Aula 3 - Conhecendo a Ginástica de conscientização corporal e ginástica de condicionamento físico	80
6.2.5. Aula 5 - Autocuidado, cultivando o bem-estar e a saúde integral.....	91
6.2.6. Aula 6: Beleza idealizada: explorando os padrões estéticos, transtornos alimentares e o uso de anabolizantes	98
6.3 Apresentação dos Resultados do Questionário de Saída	105
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	115
REFERÊNCIAS	117
Apêndice A - Autorização/Anuência Institucional	125



SUMÁRIO

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO	127
APÊNDICE C – QUESTIONÁRIO DE SAÍDA.....	128
APÊNDICE D - ROTEIRO DE OBSERVAÇÕES – DIÁRIO DE CAMPO	128
APÊNDICE E - ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – ALE	130
APÊNDICE F - CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – CLE	134
APÊNDICE G – PLANOS DE AULA DA INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA	138
PARECER CONSUBSTANCIADO DO CE	146

1. INTRODUÇÃO

A vida da população mundial tem sido profundamente transformada por um fluxo constante de mudanças e avanços tecnológicos. Na contemporaneidade, o impacto dessas inovações se reflete de maneira abrangente nas relações sociais, econômicas, comunicação, saúde, trabalho e atividades cotidianas. O que outrora parecia um cenário futurista, hoje é parte integrante da rotina diária sobretudo com a internet 2.0 (Batista, 2021). Enviar um vídeo de aniversário pelo smartphone, realizar transferências bancárias via aplicativos móveis, participar de chamadas em grupo com amigos e familiares em tempo real, usar aplicativos para monitorar a frequência cardíaca, trabalhar remotamente de casa ou assistir a aulas *online* são exemplos claros de como a tecnologia remodelou nossa forma de viver e interagir. Essas práticas, antes inimagináveis, evidenciam a crescente integração tecnológica em todos os aspectos da vida, proporcionando novas oportunidades e desafios.

No contexto educacional, é necessário refletirmos sobre como a educação e as práticas pedagógicas têm se modificado para atender a um público cada vez mais imerso no mundo digital. Embora muitos setores da sociedade tenham passado e ainda estejam passando por mudanças significativas, a educação apresenta desafios consideráveis na adaptação, tanto para os nativos como para os imigrantes digitais.

Prensky (2001) denomina nativos digitais aqueles que nasceram e cresceram em meio às tecnologias digitais, habituando-se desde cedo ao ambiente cibernético. Em contraste, os imigrantes digitais, que nasceram antes da era digital, precisaram se adaptar gradualmente ao novo ambiente tecnológico, como é o caso da maioria dos professores que atuam nas escolas atualmente. Vale salientar, que embora os nativos digitais tenham sido expostos à tecnologia desde o nascimento, isso não garante que saibam dominá-las (Batista 2021). É essencial que recebam orientação adequada para utilizá-la de forma consciente, em um processo que depende diretamente da educação (Gadelha, 2020).

Heinsfeld e Pischetola (2017) argumentam que é um equívoco supor que as tecnologias digitais, por si só, possam resolver todos os problemas do sistema educacional atual como se fossem soluções mágicas. Defendem que uma abordagem meramente técnica, sem levar em consideração o contexto cultural, é insuficiente para

a efetiva integração dessas tecnologias no processo educativo. Os autores enfatizam a importância de compreender a interconexão entre tecnologia, sociedade e cultura, destacando que as tecnologias vigentes são sempre um reflexo da cultura e da sociedade em que estão inseridas. Concordamos com os autores e acrescentamos a esse argumento o posicionamento de que a proposta de integração dessas ferramentas na educação aqui sugeridas não foca meramente em sua apropriação técnica, mas parte de um pressuposto didático-pedagógico.

Consideramos que para integrar os diversos recursos digitais de forma educacional nas aulas se faça necessário um investimento substancial em estruturas físicas e lógicas, entretanto, destacamos a relevância da formação acadêmica dos docentes, abarcando tanto a formação inicial quanto a continuada, com vistas a não somente levar os professores a utilizarem tecnologias nas escolas, mas de integrá-las pedagogicamente de forma que contribuam de maneira significativa para a formação dos estudantes.

No que concerne a problemática dessa dissertação, o questionamento central foi identificado durante a disciplina D01, Problemáticas da Educação Física, do Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF. Ao refletir sobre os diversos entraves ligados a educação, tornou-se evidente a necessidade de repensar as formas de ensino e aprendizagem para alcançar resultados significativos em diferentes esferas, uma reflexão fundamental, pois a adaptação das práticas pedagógicas às demandas contemporâneas pode contribuir para que consigamos aumentar o engajamento, participação e desenvolvimento dos estudantes. Embora muitos pesquisadores optem por temas com os quais já possuem familiaridade, a escolha da intervenção e do tema abordado nesta dissertação se fundamenta justamente na ausência de domínio da pesquisadora sobre o assunto, reconhecendo a necessidade de aprofundar e ampliar seus conhecimentos sobre a integração dos recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física.

Dessa forma, surgiram os seguintes questionamentos: é possível integrar os recursos educacionais digitais às aulas de Educação Física? De que maneira esses recursos digitais podem contribuir para o processo de formação do discente?

2. TRANSFORMAÇÕES TECNOLÓGICAS

Ao longo da trajetória evolutiva da humanidade, uma série de transformações tecnológicas têm deixado marcas na vida do ser humano. Desde os primórdios, quando a espécie humana começou a utilizar ferramentas de pedra e dominar o fogo, passando pelo desenvolvimento da escrita e pela descoberta da eletricidade, até a revolução tecnológica que presenciamos atualmente. Segundo Kenski (2012, p. 22):

[...] a expressão “tecnologia” diz respeito a muitas outras coisas além das máquinas. O conceito tecnologia engloba a totalidade de coisas que a engenhosidade do cérebro humano conseguiu criar em todas as épocas, suas formas de uso, suas aplicações.

Gabriel (2013) aponta que a transformação tecnológica tem o poder de converter o que era considerado impossível em algo viável. Antes do século XX, voar era uma ideia inatingível para os seres humanos. Da mesma forma, a noção de viver em uma cidade e trabalhar em outra, ou mesmo gravar vídeos através de um dispositivo celular, eram cenários impensáveis. Contudo, na contemporaneidade, tais práticas se tornaram comuns. Dessa forma, o cerne de uma revolução tecnológica reside não apenas na tecnologia em si, mas nas maneiras pelas quais a utilizamos e como ela pode nos afetar.

Mais recentemente, algumas tecnologias introduzidas em nossas vidas no século passado - como o carro, a escada rolante o controle remoto - são responsáveis por queimarmos em média 700 calorias a menos por dia hoje, o que, em consequência está aumentando a obesidade na espécie humana (Gabriel, 2013, p.9).

Nessa conjuntura, podemos destacar o impacto significativo que a tecnologia exerce em nossas vidas, capaz de gerar tanto consequências positivas quanto negativas. É fundamental reconhecer a necessidade de nos adaptarmos a essas transformações e de nos apropriarmos dos benefícios que podem nos proporcionar tomando cuidado com seus efeitos adversos.

Segundo Carvalho Junior (2015, p. 1),

O Brasil sofreu várias revoluções que marcaram e de alguma forma contribuíram para o desenvolvimento do país. Hoje, no século XXI, o país é

marcado pela revolução tecnológica, com aparelhos digitais, mídias eletrônicas e tecnologias de informação e comunicação que alavancam os processos educacionais tanto na prática pedagógica quanto no planejamento, organização e estruturação dos cursos e seus conteúdos.

Percebemos que as transformações tecnológicas e as novas exigências do mundo contemporâneo demandam uma diferente abordagem no campo educacional, o que implica em mudanças curriculares nos diferentes níveis de ensino, focadas em uma educação de qualidade com ricas oportunidades de ensino e aprendizagem.

Moran (2013) destaca que à medida que nossa sociedade evolui e enfrenta desafios cada vez mais complexos, a educação formal parece permanecer presa em padrões previsíveis, repetitivos e burocráticos, tornando-se pouco inspiradora. Apesar das teorias avançadas existentes, na prática, prevalece uma mentalidade conservadora que se contenta em repetir o que já está consolidado, sem se arriscar a enfrentar grandes desafios. O autor afirma que é crucial que as escolas redescubram sua capacidade de se tornarem organizações genuinamente significativas, inovadoras e empreendedoras. Para Dambros e Peron (2022 p. 4964) “as sociedades tornam-se cada dia mais complexas, e as mudanças acontecem muito rapidamente. No entanto, a educação e todos os seus elementos não mudam nem se adaptam no mesmo ritmo”.

E os autores continuam:

Nosso mundo social hoje é um mundo digital mediado pela conectividade. Somos influenciados pelas redes sociais, smartphones, apps, algoritmos, Inteligência Artificial – IA, big data, big techs, que afetam profundamente a forma como vivemos e nos relacionamos. E com isso, não podemos evitar pensar e refletir sobre essas transformações e entender que escolas e universidades não são ilhas. Elas se encontram no meio desse mundo social. (Dambros; Peron, 2022 p. 4964)

A instituição escolar, inserida no contexto de um universo digital em constante transformação, não pode se furtar às profundas e rápidas mudanças que redefinem a sociedade contemporânea. Longe de constituir-se como um ambiente isolado, a escola deve estar conectada às dinâmicas que permeiam o presente e o futuro, tornando-se um espaço de diálogo com a realidade que a cerca. A exemplo disso, ao refletirmos sobre a formação inicial e continuada de educadores é necessário que ambas se alinhem de maneira efetiva às exigências do mundo atual. Somente assim, será possível preparar os profissionais da educação para atender às demandas

contemporâneas, proporcionando uma capacitação para um ensino que responda ao perfil dos novos estudantes, cujas formas de aprender sejam moldadas pelas tecnologias digitais.

Segundo Dambros e Peron (2022), é imprescindível que as práticas educacionais dialoguem com a realidade atual, alinhando-se às transformações do contexto contemporâneo. Essas práticas precisam, além disso, promover processos que estimulem reflexões profundas, desenvolvam uma consciência crítica e incentivem a participação dos estudantes.

Entendemos que as transformações tecnológicas e as novas exigências do mundo contemporâneo demandam uma diferente abordagem no campo educacional, o que implica em mudanças curriculares nos diferentes níveis de ensino, focadas em uma educação de qualidade com ricas oportunidades de aprendizagem.

2.1 As Tecnologias Digitais na Educação Física

A Educação Física é o componente curricular que tematiza as práticas corporais em suas diversas formas de codificação e significação social, entendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história. Nessa concepção, o movimento humano está sempre inserido no âmbito da cultura e não se limita a um deslocamento espaço-temporal de um segmento corporal ou de um corpo todo (Brasil, 2017, p. 213).

Embora a educação física não tenha sido tradicionalmente associada à tecnologia e à mídia, a incorporação da mídia-educação pode trazer benefícios significativos para o componente curricular. Essa integração se torna especialmente relevante no contexto atual, em que muitas escolas têm buscado se afastar de uma abordagem exclusivamente esportivizada (Batista, 2019). Existe uma diversidade de recursos tecnológicos e digitais que podem ser utilizados nas aulas, a fim de melhorar o processo de ensino e aprendizagem.

Desse modo, os documentos que norteiam a educação brasileira abordam e incentivam o uso das Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) nos processos de ensino e aprendizagem. Embora existam discussões críticas em torno desse incentivo, como a mercantilização e privatização da educação, a uniformização das práticas pedagógicas, a perda de autonomia docente, o tecnocentrismo, é

fundamental ressaltar que tais debates, apesar de pertinentes, não constituem o foco central desta dissertação.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), ainda na década de 1990, estabeleceram um dos seus objetivos gerais para o Ensino Fundamental: "saber utilizar diferentes fontes de informação e recursos tecnológicos para adquirir e construir conhecimento" (Brasil, 1997, p. 69).

Por sua vez, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), documento de caráter normativo, que propõe uma organização curricular em nível nacional a todos os componentes curriculares, inclusive para a Educação Física, aprofundou as discussões sobre o uso das TICs em sala de aula, ampliando a visão apresentada pelos PCNs. O documento apresenta dez competências gerais a serem alcançadas por meio de aprendizagens essenciais, a fim de possibilitar a aprendizagem e o desenvolvimento dos estudantes.

De acordo com a BNCC:

[...] não é suficiente que o aluno apenas saiba usar as TIC, mas ele deve utilizá-las com compreensão, de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas práticas sociais, inclusive escolares. O objetivo é que o aluno manipule as tecnologias digitais para uso próprio e coletivo, acessando e disseminando informações, produzindo conhecimentos, resolvendo problemas e exercendo protagonismo e autoria em diversos contextos sociais. (Brasil, 2017, p. 9).

No que concerne à área de linguagem, as competências específicas para o ensino fundamental são:

Quadro 1: competências específicas de linguagem para o ensino fundamental

Utilizar diferentes linguagens – verbal (oral ou visual-motora, como Libras, e escrita), corporal, visual, sonora e digital –, para se expressar e partilhar informações, experiências, ideias e sentimentos em diferentes contextos e produzir sentidos que levem ao diálogo, à resolução de conflitos e à cooperação.

Compreender e utilizar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa reflexiva, e ética nas diversas práticas sociais (incluindo as escolares), para se comunicar por meio das diferentes linguagens e mídias, produzir conhecimentos, resolver problemas e desenvolver projetos autorais e coletivos.

Fonte: Brasil (2017).

Espera-se que os estudantes desenvolvam a capacidade de utilizar as tecnologias digitais de forma crítica e reflexiva em diversos contextos sociais. Isso implica não apenas o uso eficaz de ferramentas digitais para comunicação, mas também a habilidade de gerar conhecimento e resolver problemas, além de fomentar o trabalho em equipe e a participação ativa na comunidade escolar e em outras esferas sociais. Para Moraes (2023, p. 60) aos estudantes é necessário “compreender o pensamento computacional e os impactos da tecnologia na vida das pessoas e da sociedade.

Nas aulas de educação física essas competências podem ser abordadas em todas as unidades temáticas, enriquecendo a forma como os conteúdos são apresentados aos estudantes. Salgado e Scaglia (2020) afirmam que as tecnologias têm o potencial de fortalecer o processo de ensino e aprendizagem. Quando o professor diversifica suas estratégias de ensino ele proporciona melhores condições para atender alunos que aprendem de diferentes maneiras. Dessa forma, a linguagem digital pode ser empregada como ferramenta didática de ensino e aprendizagem de diversas formas, como: criando apresentações visuais dinâmicas, compartilhando vídeos para ilustrar os conteúdos e facilitar a compreensão por meio de demonstrações visuais, promovendo *quizzes* interativos para consolidar o conhecimento de maneira divertida e competitiva, utilizando aplicativos de realidade aumentada para permitir que os alunos explorem o corpo humano em 3D e compreendam melhor a estrutura e função dos diferentes sistemas corporais.

Analisando as habilidades de Educação Física para os anos finais do ensino fundamental, como conteúdo de ensino, explicitamente identificamos os jogos eletrônicos como propostas para o 6º e 7º ano na unidade temática dos jogos e brincadeiras. Enquanto para o 8º e 9º ano, são apresentadas habilidades sobre a midiaticização dos jogos, esportes e lutas.

Quadro 2: Habilidades de educação física anos finais do ensino fundamental

(EF67EF01) Experimentar e fruir, na escola e fora dela, jogos eletrônicos diversos, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais e etários.

(EF67EF02) Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias e nas respectivas exigências corporais colocadas por esses diferentes tipos de jogos.

(EF89EF18) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiaticização de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem.

(EF89EF08) Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).

(EF89EF05) Identificar as transformações históricas do fenômeno esportivo e discutir alguns de seus problemas (doping, corrupção, violência etc.) e a forma como as mídias os apresentam.

Fonte: Brasil (2017).

Abordar os jogos eletrônicos nos possibilita explorar questões que estão direta ou indiretamente relacionadas ao seu uso.

Os jogos digitais são uma inovação na reestruturação e ressignificação das áreas da informação, entretenimento e educação, inspiradores de um novo texto e contexto comunicacional. Não são modismos ou brinquedos de última geração. Colaboram para o desenvolvimento cognitivo, social e afetivo, qualificando-se como tecnologias intelectuais descendidas por fatores culturais, sociais, políticos e econômico. [...] Em razão de ser um fenômeno social, suas finalidades foram modificadas ao longo dos anos. Abandonaram a simples ideia de entretenimento ao conquistar extensões nas áreas de reabilitação, promoção da saúde, aprendizagem, entre outros (Salgado e Scaglia, 2020, p.2).

Pode-se interpretar que, em decorrência dessa ressignificação, não basta aos estudantes experimentar, fruir, identificar as transformações históricas ou reconhecer os benefícios dos Jogos Eletrônicos. Para que o desenvolvimento cognitivo, social e afetivo aconteça é essencial que os docentes promovam discussões que vão além do ato de jogar, se fazendo necessário abordar o sedentarismo, riscos que os Jogos Eletrônicos podem oferecer quando utilizados em excesso, riscos relacionados à segurança na internet, cuidados posturais, o impacto nas relações familiares e a importância do autocuidado (Baracho; Gripp; Lima, 2012; Fumis, 2023; Fantin, 2015). Essa abordagem metodológica, conforme denominado por Fantin (2015), é chamada

de aprendizagem através dos jogos, não limitando as aulas de educação física ao aprendizado sobre os jogos.

Com base nesses argumentos, reiteramos o posicionamento anteriormente apresentado neste texto, no que se refere ao uso de tecnologias, como os Jogos Eletrônicos, que por si só, não asseguram um aprendizado superior em relação ao ensino tradicional (Batista, 2021).

Consoante a isso Moran (2013) enfatiza:

O reconhecimento da era digital como uma nova forma de categorizar o conhecimento não implica descartar todo o caminho trilhado pela linguagem escrita e oral, nem mistificar o uso indiscriminado de computadores no ensino, mas enfrentar com critério os recursos eletrônicos como ferramentas para construir processos metodológicos mais significativos para aprender (Moran, 2013, p. 80).

Pouco sentido teria se os alunos simplesmente jogassem Jogos Eletrônicos sem uma problematização adequada sobre sua relevância e impacto. Fantin (2015) aponta que ainda necessitamos de reflexões aprofundadas para evitar a mera mudança dos suportes educativos, mantendo assim as práticas habituais. Corroborando esse pensamento Gadelha (2020, p. 64) argumenta que “qualquer instrumento tecnológico que se pretende usar, se não houver uma inovação didática para ensiná-la, inevitavelmente os docentes resgatarão os métodos clássicos de ensino”.

É essencial que a utilização desses instrumentos seja acompanhada de abordagens educativas que engajam ativamente os estudantes, conectando o conteúdo à sua realidade e experiências, promovendo a reflexão, compreensão e a aplicação prática do conhecimento adquirido.

Outrossim, as habilidades EF89EF18, EF89EF08 e EF89EF05 direcionam as discussões acerca das lutas, padrões de desempenho, saúde, beleza, fenômenos esportivos e a midiaticização dessas práticas.

Como professores de Educação Física, não podemos ser coniventes com o fato de que as mediações sobre as mensagens transmitidas pela mídia, relacionadas ao esporte e aos demais temas da cultura corporal, aconteçam em diferentes espaços, menos em nossas aulas (Gemente; Silva; Matthiesen, 2020, p. 572).

Ao pensarmos nas aulas de Educação Física podemos utilizar dessas referências para abordar assuntos que ressaltem a reflexão crítica dos estudantes aos assuntos relacionados com sua vida diária (Gadelha, 2020). Estimulando reflexões e discussões sobre temáticas relevantes como autocuidado físico e mental, aceitação, distúrbios alimentares, uso de substâncias esteroides e anabolizantes, influência das redes sociais, *fake news*, violência e intolerância, discursos de ódio, influência das mídias na popularidade das lutas e de alguns lutadores, *merchandising* e comercialização de produtos e a valorização e respeito às culturas.

Entende-se que esses aprendizados são relevantes e não se limitam aos muros da escola, visto que se conectam com a vida dos estudantes, as suas próprias experiências, podendo tornar a aprendizagem mais significativo e relevante para eles (Gadelha, 2020). Para Matos e Mazzafera (2022, p. 7), “a educação é um processo que ultrapassa a preparação para a vida escolar, pois ela contribui com a reflexão e a efetivação de habilidades e competências que os estudantes deverão desenvolver no decorrer de suas vidas”.

Batista (2021, p. 38) descreve a aprendizagem significativa como:

A aprendizagem significativa corresponde àquele tipo de aprendizagem que permanece “tatuado no corpo dos sujeitos”, ao que cada um leva para a vida, ao conhecimento que extrapola os componentes curriculares, ao que marca positiva ou negativamente os corpos dos envolvidos com o processo de ensino e aprendizagem.

Neste contexto, para que a aprendizagem seja significativa, não podemos segmentar a tecnologia de uma geração considerada como “nativa digitalmente”, pois assim como a vida humana integra a educação, a educação integra a vida humana.

Ainda, conforme Rocha e colaboradores (2018), por nativos digitais compreende-se a geração que desde seu nascimento e crescimento faz uso de internet, computador e celulares. A descrição do autor gera uma indagação: seria sábio no âmbito escolar e nas aulas de educação física gerar o distanciamento dos alunos das tecnologias? Essas tecnologias nas aulas de educação física devem se limitar apenas aos jogos eletrônicos ou a midiaticização? Entendemos que as respostas para essas duas perguntas sejam negativas e justificamos esse posicionamento porque vislumbramos muitas contribuições das tecnologias as aulas de educação física.

Freitas *et al.* (2024) destacam que a integração de tecnologias na educação física está revolucionando a área, trazendo uma série de benefícios positivos. Eles sublinham que o acesso ampliado a informações sobre saúde, atividade física e esportes não só melhora a compreensão dos benefícios associados à prática regular de exercícios, mas também incentiva a adoção de um estilo de vida saudável. O uso de jogos e aplicativos interativos também é mencionado como um fator crucial para aumentar o engajamento dos alunos, tornando as aulas mais dinâmicas e estimulando a participação ativa.

Para Moran (2013), as novas tecnologias transformam os espaços de aprendizagem, permitindo que diversas atividades diferenciadas ocorram simultaneamente em uma mesma sala de aula, sem que os estudantes precisem se deslocar. As salas de aula podem se converter em ambientes dinâmicos de pesquisa e desenvolvimento de projetos, facilitando a utilização de todas as mídias, fontes e formas de interação disponíveis. Isso possibilita a realização de pesquisas tanto em grupo quanto individualmente, seja no ambiente escolar ou em diversos outros contextos e momentos.

Somando a essas contribuições, Masetto (2013) destaca que as TICs oportunizam o desenvolvimento da criticidade, sendo essencial para posicionar-se adequadamente diante das experiências mediadas pela mídia e pela tecnologia. Essa habilidade capacita indivíduos a discernir o que é verdadeiro e relevante. Além disso, estimulam a curiosidade para a busca de novos conhecimentos. “Os recursos da informática não são o fim da aprendizagem, mas são os meios que podem instigar novas metodologias que levem o aluno a ‘aprender a aprender’ com interesse, com criticidade, com autonomia” (Behrens, 2013, p. 112).

Em suma, gostaríamos de esclarecer que ao discutirmos o uso das tecnologias na educação física, nosso objetivo não é limitar as discussões apenas aos argumentos apresentados. Reconhecemos que, mesmo diante das diretrizes estabelecidas, ainda estamos caminhando em direção às mudanças necessárias na contemporaneidade e que os objetivos da educação física não se restringem exclusivamente à área específica, mas estão alinhados aos objetivos mais amplos da educação como um todo.

Embora a literatura destaque as contribuições que as TICs podem trazer para educação em geral, incluindo a educação física, entendemos que sua implementação deve ser feita com um viés pedagógico sólido e baseada em uma capacitação docente adequada para alcançar os resultados desejados. Caso contrário, há o risco de que essas tecnologias não cumpram seu propósito educacional e possam até mesmo gerar resultados opostos aos esperados. Certamente “não queremos colocar as TICs como solução para a educação e nem desconsiderar a importância de outras metodologias de ensino, mas explorar as potencialidades dessas ferramentas é uma perspectiva animadora” (Dutra, 2022, p. 23).

3. AS CONTRIBUIÇÃO DA MÍDIA-EDUCAÇÃO

As mídias e tecnologias estão cada vez mais presentes nos diversos espaços da vida cotidiana e imprimem uma nova maneira de pensar e fazer educação. Considerando que as TICs estão presentes em inúmeros contextos e espaços, é possível concluir que elas também fazem parte do ambiente escolar, influenciando gradualmente as práticas de ensino (Tinôco; Araújo, 2020). Martin (2023) afirma, que propor um ensino de qualidade sem considerar o uso das mídias e das tecnologias está dissociado da realidade contemporânea.

Reconhecendo os impactos das mídias na sociedade, é inviável manter as práticas educativas, inclusive nas aulas de educação física, distantes dessa realidade, visto que as crianças, desde muito cedo, estão em contato com os artefatos da cultura digital e as novas tecnologias. Assim, uma escola comprometida com a oferta de uma educação de qualidade, alinhada à realidade dos alunos, pode desempenhar um papel fundamental na formação de sujeitos conscientes de seus direitos, aptos a pensar criticamente e a tomar decisões, além de atuarem ativamente como consumidores e produtores de mídias e tecnologias (Martin, 2023). Para Fantin e Girardello (2010, p. 86),

A escola evidentemente assume papel crucial, não podendo se manter divorciada do movimento de construção dos direitos das crianças, incluindo o direito à cidadania digital. Como serviço público, ela precisa promover a vivência de todas as dimensões da pessoa no presente; não apenas como lugar de preparação para que um dia o sujeito seja cidadão, mas como um lugar onde na infância a cidadania seja uma realidade.

Acerca dessa temática, um campo de estudo tem ganhado destaque, a “mídia-educação” ou “educação para as mídias”. Para Fantin (2011) e Belloni (2009), a mídia-educação visa integrar de forma crítica e criativa os meios de comunicação a educação. Neste viés, Soares (2023, p. 22), argumenta “se a mídia já trata o estudante, desde a infância, como consumidor, é importante que a escola o prepare antes de tudo para ser cidadão”. Segundo Bévort e Belloni (2009), é fundamental, nos dias de hoje, oferecer a todos os cidadãos, especialmente aos jovens, uma formação que promova a leitura crítica das mídias. Isso inclui o desenvolvimento de habilidades

essenciais para compreender a informação, realizar uma análise crítica e utilizar, além de produzir, diferentes tipos de conteúdo e mensagens.

A incorporação das mídias no contexto escolar, não apenas como ferramenta de ensino, mas também como objeto de estudo, é capaz de promover o acesso ao conhecimento, fortalecendo a democratização da educação. Para muitas jovens e adolescentes, as mídias são frequentemente percebidas como meios de entretenimento, onde recebem uma grande quantidade de informações, mas com pouca assimilação de conhecimento, devido à falta de uma abordagem crítica em seu uso.

Como destacam Fantin (2011) e Belloni (2009), a Mídia-Educação viabiliza a expansão das oportunidades de aprendizado e o envolvimento dos alunos na produção do saber. Esse processo também favorece a formação para a "cidadania digital" (Fantin; Rivoltella, 2012, p. 109), sendo um importante caminho para reduzir as desigualdades sociais.

A mídia-educação para Fantin (2008, p. 5) deve ser:

Entendida como a possibilidade de educar para/sobre as mídias, com as mídias e através das mídias, a partir de uma abordagem crítica, instrumental e expressivo-produtiva. Esta perspectiva de mídia-educação implica a adoção de uma postura "crítica e criadora" de capacidades comunicativas, expressivas e relacionais para avaliar ética e esteticamente o que está sendo oferecido pelas mídias, para interagir significativamente com suas produções, para produzir mídias e também para educar para a cidadania.

Essa abordagem educativa vai além do simples uso de uma nova ferramenta e não se limita a formar usuários passivos. Ao invés disso, leva "em consideração a insuficiência da mera inclusão das TICs nas aulas, como mais uma ferramenta educativa" (Silveira, 2018, p. 83).

É evidente que a tecnologia, por si só não é suficiente para transformar o ensino e a aprendizagem sem uma mediação pedagógica adequada. Behrens (2013) enfatiza que os recursos tecnológicos utilizados não devem ser vistos como o objetivo final da aprendizagem, mas como ferramentas que podem motivar os alunos a aprender a aprender, com autonomia, interesse e criatividade. Ou seja, não é apenas ensinar "com" o uso das mídias, mas "para" e "através" delas.

De acordo com Fantin (2008), o objetivo da mídia-educação é educar para as mídias, com as mídias e através das mídias, sempre a partir de uma perspectiva crítica. Isso significa que os estudantes precisam ser capacitados para analisar de forma inteligente e crítica o que recebem e o que produzem por meio das mídias. Por exemplo, quando um estudante assiste a um vídeo em plataformas como *Instagram*, *Facebook* ou *TikTok*, ele precisa ser capaz de interpretar criticamente o conteúdo. Não se trata apenas de assistir, mas de refletir sobre a mensagem transmitida, identificar os valores, as intenções por trás da produção e questionar a veracidade e a qualidade da informação. Essa leitura crítica capacita o aluno a não ser apenas um consumidor passivo de mídias, mas ser um cidadão consciente, capaz de analisar o que está sendo compartilhado. Essa capacidade é de grande relevância na conjuntura atual, na qual os estudantes estão cada vez mais imersos e atuantes no mundo digital.

Segundo o Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR (NIC.br), 95% da população brasileira entre 9 e 17 anos utiliza a Internet, o que corresponde a aproximadamente 25 milhões de jovens. Entre eles, 88% afirmaram possuir perfis em plataformas digitais, sendo que, na faixa etária de 15 a 17 anos, esse número sobe para 99%. De acordo com a pesquisa *TIC Kids Online Brasil*, 88% das crianças e adolescentes acessam plataformas de vídeos *online*. Além disso, 78% utilizam o *WhatsApp*, 66% têm perfil no *Instagram*, 63% no *TikTok* e 41% no *Facebook*.

O envolvimento crescente de jovens, adolescentes e até crianças na criação e consumo de conteúdo digital é inegável. Eles mantêm páginas, perfis em redes sociais, canais de vídeo e blogs, integrando-se profundamente ao universo das mídias digitais. Segundo Soares (2020), ao reconhecer o impacto que os meios de comunicação e as informações exercem sobre a sociedade, é impossível desvincular a prática educativa dessa realidade. Nesse cenário, a escola, por sua função social democratizadora, desponta como o espaço apropriado para promover uma educação crítica, reflexiva e ética, que abarque o uso, a produção e a análise das mídias (Fantin, 2006). Consoante a isso, Martins (2023, p. 36) expõe que “ao utilizarmos as mídias dentro da escola, oportunizaremos aos alunos o acesso ao conhecimento, ou seja, à democratização educacional”, visto que, para muitos estudantes, sem esses espaços de aprendizagem, essa democratização poderia ser ainda mais precária.

Nesse cenário, a mídia-educação torna-se essencial, e, conforme destaca Fantin (2011), emerge como uma necessidade fundamental para o exercício da cidadania,

Sabemos que as mídias não só asseguram formas de socialização e transmissão simbólica, mas também participam como elementos importantes da nossa prática sociocultural na construção de significados da nossa inteligibilidade do mundo. E apesar das mediações culturais ocorrerem de qualquer maneira, as mediações pedagógicas visam capacitar crianças e professores para uma recepção ativa e a uma produção responsável que auxilie na construção de uma atitude mais crítica em relação ao que assistem, acessam, interagem, produzem e compartilham, visto que a precariedade da reflexão sobre linguagens, conteúdos, meios e interesses econômicos impede uma compreensão mais rica (Fantin, 2011, p. 28).

Para Fantin (2011), a mídia-educação adota uma abordagem que articula três dimensões fundamentais: a educação com as mídias, de caráter metodológico; a educação sobre ou para as mídias, com enfoque crítico; e a educação por meio das mídias, voltada para a perspectiva expressivo-produtiva.

A dimensão metodológica da mídia-educação se refere aos recursos e abordagens empregados para integrar a mídia no processo pedagógico. Essa vertente está centrada na aplicação prática das mídias, destacando-se pelo uso funcional que elas podem oferecer, contribuindo de maneira significativa nas diferentes atividades desenvolvidas no contexto do trabalho docente (Pasquali; Fantin; Lazzarotti Filho, 2023). Nas palavras de Lopes e Freire (2023, p. 2273), essa dimensão "envolve a seleção de recursos midiáticos adequados, a definição de objetivos de aprendizagem claros e o planejamento de atividades que promovam o engajamento dos alunos".

Já a dimensão crítica está intrinsicamente ligada à formação de um olhar analítico sobre os conteúdos transmitidos pelas mídias, especialmente no que se refere à sua criticidade e estética. Essa abordagem propõe uma avaliação dos valores e das intenções que permeiam os conteúdos midiáticos, reconhecendo que eles não operam de maneira neutra (Pasquali; Fantin; Lazzarotti Filho, 2023). Dessa forma, os estudantes "aprendem a reconhecer vieses, identificar estereótipos, analisar o impacto social e cultural da mídia e refletir sobre as suas próprias experiências como consumidores e produtores de mídia" (Lopes; Freire, 2023, p. 2274).

A dimensão produtiva refere-se às oportunidades de criação e autoria de conteúdos em diversos formatos na era digital. Envolve o incentivo à produção, bem

como a promoção de processos colaborativos e criativos, que se configuram como expressões culturais da humanidade, especialmente no que diz respeito aos educadores. Essa abordagem destaca a relevância dos recursos midiáticos e digitais, explorando suas múltiplas linguagens e potencialidades (Pasquali; Fantin; Lazzarotti Filho, 2023). No que concerne à educação dos estudantes, a mídia-educação atua na dimensão produtiva, incentivando-os a expressar suas próprias ideias e visões como criadores de conteúdo. Nesse contexto, eles são estimulados a explorar diversas ferramentas e tecnologias, como a produção de vídeos, podcasts e blogs, para desenvolver suas habilidades criativas (Lopes; Freire, 2023).

Em síntese, Fantin (2011) emprega os "quatro C" como base para fundamentar a abordagem da mídia-educação, que no seu entendimento tecem a perspectiva da Mídia-educação, são eles,

[...] cultura (ampliação e possibilidades de diversos repertórios culturais), crítica (capacidade de análise, reflexão e avaliação) e criação (capacidade criativa de expressão, de comunicação e de construção de conhecimentos). A essas três palavras que começam com a "letra C" acrescento o C de cidadania, configurando então os "quatro C" da mídia-educação: cultura, crítica, criação/criatividade e cidadania (Fantin, 2011, p. 30).

Desta forma, se configuram então ao "quatro C" da mídia-educação: cultura, crítica, criação e cidadania. E refletir sobre a educação e as competências que desejamos que os estudantes desenvolvam ao longo de sua trajetória escolar é reconhecer a importância da mídia-educação. Em um mundo onde os avanços tecnológicos moldam continuamente nossas experiências e interações, a mídia-educação surge como imprescindível para preparar os alunos para os desafios contemporâneos. Assim, pensar em educação é pensar em mídia-educação, uma abordagem que responde às demandas tecnológicas, sociais e culturais do nosso tempo. Para Tinôco e Araújo (2021 p. s/p) "é legítimo o trato com as tecnologias nas escolas, no intento de preservar o direito dos estudantes a terem acesso aos aparatos midiáticos e a refletirem sobre seus discursos rumo uma educação libertadora".

A educação física pode se beneficiar com a abordagem educativa da mídia-educação, visto que para Lopes e Freire (2023) a mídia-educação oferece múltiplos benefícios ao processo educacional, destacando-se, entre eles, o aumento do interesse e do engajamento dos estudantes nas atividades propostas. Além de

favorecer a aprendizagem de forma contextualizada, ao conectar conceitos teóricos com experiências práticas, os autores afirmam que essa abordagem também contribui para o desenvolvimento da alfabetização midiática e da criticidade. Ao integrar elementos como inclusão, diversidade, pensamento crítico, colaboração, comunicação e criatividade, a mídia-educação amplia as possibilidades pedagógicas, promovendo uma formação mais integral e conectada às demandas contemporâneas (Lopes; Freire, 2023). Consoante a isso, Betti (2001) inclui como benefícios o aumento da motivação, o debate, a reflexão e a superação do ensino tradicional por meios das mídias.

Contudo, a efetivação da Mídia-educação nesse ambiente enfrenta desafios significativos. Para que a educação física a incorpore de maneira adequada, é fundamental que os professores recebam uma formação sólida, possibilitando o domínio das tecnologias e mídias pertinentes e a adoção de melhores estratégias para integrar esses recursos em suas práticas pedagógicas. Além disso, muitas escolas ainda possuem recursos insuficientes, carecendo de um amadurecimento ético e seguro por parte dos estudantes (Lopes; Freire, 2023).

Salientamos que, conforme observado por Tinôco e Araújo (2021) e Silveira (2018), o objetivo dos estudos sobre a mídia-educação não é exagerar na valorização da mídia ou sugerir que seu uso na escola possa resolver todos os problemas existentes, especialmente na educação física. É crucial reconhecer que a integração da mídia-educação no processo educativo, além de ser uma necessidade, se tornou uma condição fundamental para o pertencimento e cidadania cultural e instrumental. Portanto, essa abordagem deve ser considerada como parte integrante da educação (Fantin, 2008).

Em suma, a mídia-educação na educação física escolar oferece contribuições significativas ao aprendizado, contribuindo para uma aprendizagem da cultura, da crítica, da criatividade e da cidadania. Ao incorporar recursos midiáticos e tecnológicos, os educadores preparam os estudantes para se tornarem não apenas consumidores críticos, mas também criadores responsáveis de conteúdo midiático. Embora existam desafios a serem superados, as vantagens potenciais superam essas dificuldades, permitindo que se maximize o impacto da mídia-educação. Assim,



estaremos formando alunos que se tornarão cidadãos críticos, conscientes e habilitados para atuar em uma sociedade cada vez mais influenciada pela mídia.

4. OS RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS

Na era digital em que vivemos, a tecnologia permeia todos os aspectos da vida humana, transformando a maneira como nos comunicamos, interagimos, expressamos e aprendemos. Um estudante, seja ele da educação infantil, ensino fundamental ou médio já é apresentado ao universo tecnológico fora dos muros da escola, seja para assistir a um desenho animado, jogar, realizar uma videochamada para falar com familiares e amigos, acessar redes sociais, navegar por diversos sites ou para estudar.

Nesse panorama, surge a reflexão sobre os motivos pelos quais a educação ainda apresenta limitações frente à implementação das tecnológicas nas escolas, visto que as instituições enfrentam dificuldades em incorporar essas ferramentas em suas práticas de ensino.

Nesse sentido, Fantin e Rivoltella (2010), ao investigarem o uso das mídias na educação por meio das TICs, evidenciam em pesquisa realizada em duas cidades com contextos socioculturais distintos, que o principal obstáculo enfrentado pelos docentes é a falta de conhecimento técnico e de infraestrutura adequada, além de condições limitadas de acesso às tecnologias e a carência de formação inicial e continuada. Esses fatores revelam obstáculos estruturais que comprometem a integração das TICs no ambiente escolar, independentemente das particularidades regionais. De acordo com Kenski (2009, p. 71), “[...] para que a escola possa estar conectada ao ambiente tecnológico das redes é preciso, antes de tudo, possuir a infraestrutura adequada [...]”. Portanto, não se pode exigir que os docentes inovem em suas práticas pedagógicas e implementem recursos digitais sem que exista, primeiramente, o suporte necessário nas redes de ensino.

Silveira (2018), ao investigar o desenvolvimento de um núcleo específico de Educação Física em um curso sobre educação na cultura digital, chegou a resultados semelhantes ao destacar entre as limitações para a prática pedagógica com as TICs na escola, problemas relacionados à infraestrutura. Além disso, foram apontados entraves como políticas que proíbem o uso de celulares nas escolas, a resistência de alguns docentes e a ausência de professores especializados em informática e tecnologias.

A realidade das escolas brasileiras, especialmente em regiões com recursos limitados, revela a urgência de um investimento significativo por parte do Estado, que deve priorizar políticas públicas voltadas à implementação efetiva de tecnologias digitais no ambiente escolar. Essa infraestrutura é essencial para que as TICs sejam integradas de maneira eficiente às práticas pedagógicas. No que tange à resistência de alguns docentes, segundo o autor citado, muitas vezes está relacionada ao distanciamento geracional e à falta de familiaridade com as TICs. Muitos professores ainda não compreendem plenamente como essas tecnologias podem ser integradas ao currículo ou como a educação escolar pode se beneficiar ao dialogar com as novas perspectivas trazidas pela cultura digital. Portanto, além de investimentos em infraestrutura, é crucial que se desenvolvam programas de formação continuada que capacitem os educadores a utilizar as TICs de forma criativa e eficaz, contribuindo para a transformação das práticas pedagógicas e para uma educação mais alinhada às demandas contemporâneas.

Diante desses desafios, é imprescindível que o Estado ofereça os subsídios e a infraestrutura necessários para a integração eficaz dos recursos digitais no contexto educacional. Além de proporcionar equipamentos e acesso de qualidade à internet, é fundamental investir na formação dos docentes para que eles possam utilizar essas tecnologias de maneira crítica, relevante e bem estruturada, maximizando seu potencial no desenvolvimento integral dos estudantes. A reestruturação da formação docente, adaptando-a às demandas contemporâneas, é um passo essencial para garantir que as tecnologias digitais sejam plenamente aproveitadas no processo educativo, promovendo práticas pedagógicas mais inovadoras e eficazes.

Diante das TIC com finalidades pedagógicas, destacamos os Recursos Educacionais Digitais (REDs), que podem ser utilizados como interface pedagógica facilitadora da assimilação do conhecimento no processo de ensino e aprendizagem. Esses recursos são compreendidos pelo Centro de Inovação para a Educação Brasileira - CIEB como:

[...] quaisquer recursos digitais que possam ser utilizados no cenário educacional, abrangendo assim um contexto bastante amplo e que contempla diversas terminologias comumente já estabelecidas nas últimas duas décadas com relação ao tema, tais como, por exemplo, objetos de aprendizagem, recursos educacionais abertos, objetos educacionais reutilizáveis, entre outras. Esses recursos podem ser de diferentes formatos

(textos, imagens, vídeos, áudios, páginas web), atender a distintos níveis de público e finalidades (superior, fundamental, primário, técnico, empresarial), ter diferentes tamanhos ou granularidades (conteúdos atômicos independentes, lições, aulas completas, capítulos, livros), ser de diversos tipos (animações, simulações, tutoriais, jogos), rodar em diferentes plataformas (computadores pessoais, tablets, celulares), possuir diferentes licenças e condições de uso (gratuitos, pagos, abertos e adaptáveis, fechados) e também abordar diferentes temáticas ou disciplinas (CIEB, 2017, p. 6)

Dessa forma, podemos notar que os recursos educacionais digitais incluem não apenas materiais desenvolvidos especificamente para a educação, mas também qualquer tipo de recurso digital que possa ser aplicado em um contexto educativo.

Acrescido a isso, Freitas (2007) aponta que os materiais e equipamentos didáticos, frequentemente denominados "recursos" ou "tecnologias educacionais", englobam qualquer ferramenta empregada no processo de ensino com o objetivo de estimular os alunos e facilitar sua compreensão do conteúdo. Compreendemos dessa forma que esses recursos têm função mediadora, e um objetivo específico, a aprendizagem e, por mais bem elaborado que seja, não garante por si só a construção do conhecimento, inclusive nos relacionados à educação física, sua utilização precisa empregada com intencionalidade.

No que tange os diferentes recursos citados, disponíveis de diversas formas, professores se deparam com dificuldades em escolher essas ferramentas, utilizá-las em seus planejamentos e inovar em sua prática pedagógica. Para González (2020), a não inovação pedagógica se dá por uma complexa configuração de categorias, atreladas aos processos transformadores da área, às condições objetivas de trabalho, à cultura escolar e sua relação com a disciplina e às disposições sociais do docente. Em síntese, mesmo diante de um cenário tecnológico que preconiza mudanças na educação, entraves precisam ser elucidados.

4.1 Orientações Para Escolha e Parâmetros de Análise dos Recursos Educacionais Digitais

Ministérios de Educação e outras organizações em vários países têm elaborado diretrizes para auxiliar os professores na seleção de conteúdos e recursos digitais, promovendo o uso da tecnologia na educação. Essas diretrizes são simplificadas na forma de perguntas que os professores devem fazer ao avaliar um

determinado conteúdo ou recurso digital. Essas orientações estão disponíveis em portais e repositórios de educação. O CIEB compilou os principais métodos e ferramentas utilizados em países como Inglaterra, Noruega, Canadá e Chile, e desenvolveu novos parâmetros que são relevantes para a realidade brasileira dos professores e escolas.

Para orientar a seleção de conteúdos e recursos educacionais digitais, no processo de ensino e aprendizagem, professores necessitam avaliar se estes possuem relevância para os estudantes, se estão alinhados com os objetivos de aprendizagem propostos para cada etapa de ensino, se possuem consistência e confiabilidade, utilizando tecnologias vigorosas de fácil funcionalidade (CIEB, 2017).

Em vista disso, nesta pesquisa descreveremos os parâmetros para análise publicados pelo Centro para a Inovação da Educação Brasileira. Essa escolha se deu em virtude de sua relevância, que elenca o alinhamento do conteúdo com o currículo, definindo os conteúdos pedagógicos que necessitam do recurso, delimitando os objetivos que se desejam alcançar. Faz-se necessário analisar se o conteúdo oferecido pelo recurso é de qualidade e adequado à finalidade educativa, observando o conteúdo que está sendo trabalhado na dimensão teórica, os objetos, como imagens, áudio e vídeos, que necessitam ser adequados ao público e ao contexto de uso.

A apresentação gráfica dos textos, imagens, vídeos e áudios deve garantir uma compreensão fácil do conteúdo em diferentes plataformas às quais se destina. É importante ter cuidado e evitar recursos que receberam parcialidade política, religiosa, étnica, preconceitos, material ofensivo ou omissões.

Além disso, um recurso educacional deve fornecer ao professor os elementos necessários para identificar se o aluno alcançou ou não os objetivos de aprendizado. Isso pode ser feito de várias maneiras, como incorporar pequenas atividades em diferentes etapas, realizar estimativas informais no final, usar autoavaliação ou atividades em pares e grupos, ou até mesmo utilizar uma avaliação formal que avalie o nível de desenvolvimento alcançado pelo aluno durante e/ ou após o uso do recurso, permitindo a comparação com seu conhecimento prévio.

Outrossim, conforme destacado pelo CIEB (2017), um bom recurso não deve exigir manuais ou instruções complexas para ser utilizado e o aprendizado do uso do

recurso não deve se sobrepor ao aprendizado do conteúdo pedagógico. Os ícones e imagens necessitam seguir padrões e convenções comuns, a navegação necessita ser fácil e intuitiva.

O design do recurso deve ser convidativo e agradável aos olhos, permitindo que o usuário se concentre facilmente no conteúdo, sem se preocupar com o funcionamento técnico. Quanto menos conhecimento tecnológico específico o recurso exigir, mais fácil será de usar. Mesmo que seja necessário que os docentes orientem os estudantes para o uso, essa ação não deve se sobrepor ao objetivo da aula. CIEB (2017)

É essencial que o professor conheça os sistemas utilizados em sua rede ou escola, especialmente o Ambiente Virtual de Aprendizagem, caso exista. Isso permitirá compreender as diferentes formas de utilizar o recurso com os alunos. Para Moran (2000, p. 36) “A educação escolar precisa compreender e incorporar mais as novas linguagens, desvendar os seus códigos, dominar as possibilidades de expressão e as possíveis manipulações”. Para que ocorra é de suma relevância uma mudança no processo de capacitação docente, além de formações continuadas que deem suporte para que essa incorporação ocorra.

Ainda, se a pretensão for utilizar o recurso ou combinar seus resultados com outros recursos, é provável que o docente precise incluí-lo ou integrá-lo a outros sistemas disponíveis. Portanto, é importante identificar seu potencial de integração com os sistemas da escola. É fundamental conhecer as tecnologias disponíveis em sua rede/escola e para seus alunos, verificando se os requisitos mínimos do recurso ou as tecnologias suportadas por ele estão em conformidade. Isso inclui aspectos como tipo de dispositivo (computador, tablet ou smartphone), velocidade de conexão com a internet da escola e dos alunos, sistema operacional (*iOS, Android, Windows, MAC...*) e navegador (*Internet Explorer, Chrome, Firefox ...*), disponibilidade de softwares (*Word, Excel...*) e tamanhos de tela (resolução). CIEB (2017)

Segundo Santos (2021, p. 5): “A formação docente para atuar em propostas educacionais contemporâneas é algo amplo, complexo e diferenciado dos processos formativos já praticados”. Em vista disso, para alcançar o parâmetro supracitado, os currículos de formação docente, bem como a formação continuada, demandam

diferentes abordagens, a fim de que seja possível se apropriar dos avanços e reconstruir as práticas de ensino.

Em conformidade com os preceitos apontados, o ideal é selecionar recursos que suportem os padrões adotados na rede/escola ou padrões abertos amplamente utilizados, independentemente do sistema operacional e navegador. No caso de plataformas online, verificar também se há possibilidade de uso *offline* e quais são as necessidades de largura de banda (velocidade de conexão com a internet) para o uso *online*.

Além disso, é relevante verificar as garantias de segurança e políticas de privacidade relacionadas aos dados dos usuários, garantindo que não haja violação de dados e privacidade.

Deve-se verificar se o recurso possui funcionalidades que certamente os alunos com necessidades especiais podem utilizá-lo. Isso pode variar, dependendo das necessidades individuais do aluno, mas de forma geral, destacam-se interfaces fáceis de usar, com opções de adaptação como tamanho de fontes e cores de letras e fundo, legendas ou áudio opcional para todo o conteúdo, além do guia de uso para alunos com necessidades especiais, visto que garantir o acesso à educação para pessoas com deficiência vai além de apenas matriculá-las em escolas regulares (Souza, 2019).

Se faz relevante buscar referências sobre a confiança do autor, instituição ou empresa que forneça o recurso, pois isso pode servir como um indicador importante de qualidade. No entanto, essa informação deve ser utilizada com cautela e em conjunto com outros critérios de qualidade avaliados. Se não houver referências disponíveis, deve-se analisar outros recursos do mesmo autor, instituição ou empresa (CIEB, 2017).

Por fim, deve-se analisar as estimativas e comentários na plataforma ou buscar estimativas *online*, conversando com outros professores que já utilizaram o recurso, pois isso ajuda a entender seus principais pontos fortes e fracos.

4.2 As Mudanças na Educação e a Covid-19

Em janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a Covid-19, causada pelo vírus SARS-CoV-2, como uma Emergência de Saúde Pública de

Importância Internacional, reconhecendo a gravidade da situação e o potencial de disseminação global da doença.

Diante desse cenário, no Brasil, a Presidência da República, sancionou a Lei Federal nº 13.979 em 06 de fevereiro de 2020, dispondo sobre as medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública decorrente do coronavírus. Em decorrência, no estado de Mato Grosso, o governo sancionou o decreto Nº 425, de 25 de março de 2020, suspendendo as atividades escolares públicas e privadas. Posteriormente, em 01 de abril de 2020 foi publicada a Medida Provisória 934, que estabeleceu normas excepcionais sobre o ano letivo da educação básica e do ensino superior decorrentes das providências de enfrentamentos da Covid-19. De acordo com o artigo 1º:

Art. 1º O estabelecimento de ensino de educação básica fica dispensado, em caráter excepcional, da obrigatoriedade de observância ao mínimo de dias de efetivo trabalho escolar, nos termos do disposto no inciso I do **caput** e no § 1º do art. 24 e no inciso II do caput do art. 31 da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, desde que cumprida a carga horária mínima anual estabelecida nos referidos dispositivos, observadas as normas a serem editadas pelos respectivos sistemas de ensino (Brasil, 2020)

Quanto ao Conselho Nacional da Educação, foi publicado o Parecer CP nº 5/2020, aprovado em 28 de abril, versando sobre a reorganização do calendário escolar e a possibilidade de cômputo de atividades não presenciais para fins de cumprimento da carga horária mínima anual.

Com o objetivo de buscar alternativas para a impossibilidade de realização de aulas presenciais, o Congresso Nacional decretou e sancionou a Lei Nº 14.040, de 18 de agosto de 2020, autorizando:

4º A critério dos sistemas de ensino, no ano letivo afetado pelo estado de calamidade pública referido no art. 1º desta Lei, poderão ser desenvolvidas atividades pedagógicas não presenciais:

I – na educação infantil, de acordo com os objetivos de aprendizagem e desenvolvimento dessa etapa da educação básica e com as orientações pediátricas pertinentes quanto ao uso de tecnologias da informação e comunicação;

II – no ensino fundamental e no ensino médio, vinculadas aos conteúdos curriculares de cada etapa e modalidade, inclusive por meio do uso de tecnologias da informação e comunicação, cujo cômputo, para efeitos de integralização da carga horária mínima anual, obedecerá a critérios objetivos estabelecidos pelo CNE (Brasil, 2020)

Perante esse contexto, a educação se deparou com o imenso desafio de garantir a continuidade das aulas, sendo forçada, de maneira abrupta, a incorporar tecnologias no processo de ensino de forma repentina e sem a devida preparação ou infraestrutura adequada. Tanto as instituições de ensino quanto os professores e estudantes tiveram que lidar com a insuficiência de recursos digitais e com a falta de capacitação para o uso dessas ferramentas, o que evidenciou as fragilidades estruturais e operacionais do sistema educacional diante da nova realidade (Santos; Mercado, 2023)

É crucial destacar que, muito antes das crises geradas pela pandemia de 2020-2021, as transformações tecnológicas e as políticas pautadas pela racionalidade neoliberal já exerciam uma pressão significativa sobre o modelo pedagógico tradicional e o processo de ensino e aprendizagem nas escolas (Pereira, 2020). A crise sanitária global, no entanto, evidenciou ainda mais a necessidade de explorar e maximizar o potencial dos recursos digitais para apoiar professores, alunos e instituições de ensino na superação dos desafios e na adaptação às novas exigências do cenário educacional contemporâneo, o que resultou na exposição das desigualdades sociais, tecnológicas e econômicas que impactam o sistema educacional (Costa; Nascimento, 2020).

Em vista disso, escolas, instituições de ensino superior, universidades e faculdades tiveram que suspender as atividades presenciais e migrar para o ensino remoto, enfrentando assim, uma série de novos desafios. A falta de infraestrutura adequada para viabilizar o ensino remoto tornou-se um problema crítico, evidenciando a fragilidade de muitas instituições em oferecer suporte suficiente a alunos e professores. Ademais, a escassez de recursos tecnológicos de qualidade em algumas famílias, juntamente com a necessidade de equilibrar trabalho e apoio nas atividades escolares e a falta de ambientes apropriados para estudo e trabalho em seus lares, evidenciou o profundo desnível que ainda persiste a ser superado (Hickmann *et al.*, 2022)

Diante desse cenário desafiador, os docentes foram compelidos a adaptar e reestruturar suas práticas pedagógicas. Uma investigação realizada por Santos e Mercado (2023) acerca das vivências de professores da educação básica no contexto da pandemia, destacou que a incapacidade em utilizar as TICs, vinculada à

compreensão e ao uso adequado dos recursos digitais foi o maior desafio no período pandêmico aos docentes. Dambros e Peron (2022) destacaram ainda a dificuldade de adaptação ao ensino remoto e as questões sociais que permearam o período.

Além disso, Lockmann, Saraiva e Traversin (2020) apontam que os professores enfrentaram uma ampliação significativa de suas responsabilidades, frequentemente extrapolando sua carga horária de trabalho. Muitos recorreram ao uso de aplicativos de comunicação, como o *WhatsApp*, para responder dúvidas dos pais e alunos, o que, por consequência, “trabalhavam por horas a fio, manhã, tarde e noite a responder infinitas mensagens” (Hickmann *et al.* 2022, p. 7). Simultaneamente, precisaram planejar aulas *online*, elaborar materiais didáticos impressos e ainda corrigir as atividades entregues pelos estudantes (Lockmann; Saraiva; Traversini, 2020).

Esse panorama permite compreender que a integração de recursos educacionais digitais no ambiente educacional exige investimentos substanciais, tanto em políticas públicas que promovam essas mudanças, quanto em formações iniciais e continuadas que atendam às demandas do mundo contemporâneo. As situações enfrentadas durante a pandemia evidenciaram que, para alcançar uma verdadeira inovação no ensino, não é suficiente apenas adotar plataformas digitais.

Lockmann, Saraiva e Traversini (2020) questionam se a simples adoção dessas plataformas pode ser considerada uma verdadeira inovação no ensino, uma vez que segundo os autores, essa visão está ancorada em um tecnicismo educacional, que parte do pressuposto de que a introdução de recursos tecnológicos na educação é, por si só, algo inovador e benéfico, sem levar em conta a complexidade do processo pedagógico.

Com relação ao retorno às atividades presenciais, observa-se que ocorreram mudanças substanciais. Conforme a pesquisa de Silva (2023), os docentes têm mantido o uso das tecnologias digitais e das ferramentas adquiridas durante o período de ensino remoto, o que demonstra a aquisição de novas habilidades e competências. Esse fenômeno sinaliza uma transformação paradigmática nas práticas pedagógicas, marcando a transição do modelo tradicional, em que o professor detém o conhecimento, para uma abordagem mais interativa de ensino. Nesta nova abordagem, mediada pelas REDs, a aprendizagem é promovida por meio da interação, do protagonismo e proatividade, reflexão, engajamento e das discussões.

Como já mencionado anteriormente e ressaltado por Silva (2023, p. 96), “Para que isso ocorra, é necessário não só saber utilizar as ferramentas, mas incorporá-las de forma coerente e reflexiva ao fazer docente”.

4.3. Implementação de Recursos Educacionais Digitais nas Escolas: Desafios e Oportunidades

A educação atual exige uma análise crítica sobre a presença da cultura digital no processo do ensino e aprendizagem. A introdução de tecnologias nas escolas trouxe desafios para os professores, demandando uma reestruturação de suas práticas pedagógicas. A pandemia da covid-19 acelerou essa necessidade de adaptação, evidenciando a importância de metodologias que se conectem com os interesses dos alunos, especialmente os nativos digitais. Nesse cenário, um dos desafios é promover uma formação docente que esteja alinhada à utilização eficiente das tecnologias no contexto educacional (Silva, 2023).

Para Farina e Benvenuti (2024), a educação precisa ser vista de maneira dinâmica, reconhecendo novas abordagens, tecnologias e teorias que surgem constantemente, sendo essencial que os professores se mantenham atualizados para proporcionar uma educação de qualidade e relevante para os alunos. Participando de programas de formação continuada, os docentes têm a oportunidade de atualizar seus conhecimentos e se familiarizar com as práticas pedagógicas emergentes, aprendendo sobre novas metodologias de ensino, estratégias de avaliação, uso de tecnologia educacional e abordagens inclusivas, entre outros aspectos relevantes.

Durante a formação acadêmica inicial, muitos docentes não foram devidamente letrados para utilizar recursos tecnológicos em suas práticas pedagógicas, o que resulta em fragilidades e inseguranças ao lidar com essas ferramentas (Simão *et al.*, 2023). Além disso, há uma demanda curricular crescente sobre os professores, que enfrentam uma carga horária limitada para lidar com múltiplas atribuições e responsabilidades, sobrando pouco tempo de qualidade para se dedicarem ao planejamento de aulas que incorporem efetivamente recursos digitais (Coutinho, 2020).

Em concordância com essa situação, observa-se uma oferta insuficiente de formação continuada para os professores, e em muitas instituições educacionais, a disponibilidade de equipamentos tecnológicos ainda é inadequada:

Não é possível impor aos professores a continuidade da autoformação, sem lhes dar remuneração, o tempo e as tecnologias necessárias para a sua realização. As imposições de mudança na ação docente precisam ser acompanhadas da plena reformulação do processo educacional (Kenski, 2012, p. 106).

Além disso, problemas relacionados à restrição ou má qualidade de acesso à internet também prejudicam a integração eficaz de recursos digitais no ambiente educacional.

Para Batista (2021, p. 74):

Certamente muitos professores ainda são resistentes à mobilização das tecnologias no cenário educativo, principalmente por não saberem como fazê-lo, mas é compreensível também que isso possa ser materializado, em alguns casos, em detrimento do possível receio com relação à modificação de suas práticas pedagógicas cristalizadas, durante muitos anos consideradas exitosas, embora, atualmente, não atendam satisfatoriamente as demandas educativas contemporâneas.

Certamente, muitas práticas docentes tradicionais foram exitosas, mas em outros tempos, o cenário no qual estamos vivendo não é mais igual, os estudantes não são mais os mesmos. Isso não implica “jogar fora” a didática que o professor possuía e dominar os recursos digitais como *experts*, mas sim, entender de que maneira na sua realidade escolar as tecnologias podem melhorar o ensino, a participação, o engajamento e a aprendizagem.

Para além desses aspectos, Kenski (1998, p. 60) argumenta que:

As velozes transformações tecnológicas da atualidade impõem novos ritmos e dimensões à tarefa de ensinar e aprender. É preciso que se esteja em permanente estado de aprendizagem e de adaptação ao novo. Não existe mais a possibilidade de considerar-se alguém totalmente formado, independentemente do grau de escolarização alcançado.

Em concordância com esses argumentos, Bévort e Belloni (2009) defendem que a sociedade contemporânea necessita de uma nova postura, novos conceitos,

novos modos de ensinar que correspondam aos novos modos de aprendizado que crianças e jovens manifestam no contato com as TICS.

Para Baracho *et al.*, (2012) o cenário atual demanda um professor aberto ao novo, capaz de dialogar e transitar na cultura digital; que seja capaz de absorver e potencializar os benefícios das tecnologias digitais e virtuais como elementos presentes no processo de ensino-aprendizagem.

Entretanto, é fundamental direcionar nossa atenção para as estruturas das escolas em nosso país. Não é suficiente que os professores se envolvam em formações continuadas, busquem especialização e se capacitem, se os recursos necessários para implementar práticas educacionais modernas não forem disponibilizados. É uma realidade constante a escassez de recursos nas escolas para atender às demandas dos professores que desejam integrar recursos digitais em suas aulas. Muitas vezes, o professor elabora seu planejamento com a intenção de utilizar computadores, *tablets* ou *chromebooks* disponíveis na escola, porém, frequentemente esses recursos são limitados em quantidade ou estão reservados para outros fins, como a aplicação de avaliações externas ou aulas específicas, como no caso do estado de Mato Grosso, onde são reservados para as aulas de inglês.

Esses argumentos são defendidos por Silveira (2018), que destaca que a formação continuada é um elemento essencial na carreira docente, tendo em vista a constante mudança no contexto educacional e a necessidade de os professores estarem em constante aprendizado e reflexão sobre suas práticas diárias. É importante destacar, conforme o autor, que abordar a formação continuada, não se trata de atribuir aos professores a responsabilidade exclusiva por resolver todos os problemas da educação. A reflexão constante sobre a prática pedagógica é fundamental, mas igualmente relevantes são fatores como questões político-econômicas, condições estruturais, disponibilidade de recursos, tamanho das turmas, carga de trabalho e políticas de valorização e investimento profissional. Esses elementos são tão significativos quanto a formação docente e revelam a complexidade do contexto em que o professor atua, demandando melhorias no sistema educacional.

Além disso, quando os professores desejam utilizar a internet como ferramenta educacional, muitas escolas enfrentam problemas com a qualidade da conexão ou possuem equipamentos de transmissão inadequados (Coutinho, 2020). A política de

proibir os alunos de levarem seus próprios *smartphones* para a escola também contribui para a falta de maturidade dos estudantes no que diz respeito ao uso crítico, ético e consciente desses dispositivos, já que as oportunidades de uso são limitadas. Neste interim, Silva *et al.* (2019, p. 58-59) apontam que:

O método de proibição de uso de celular aos alunos e o uso restrito das tecnologias pelos professores ou equipe técnica afirma a negação dos processos que acontecem para além dos muros da escola. Uma instituição de educação que pensa e afirma no seu Projeto Político Pedagógico a intencionalidade de desenvolver cidadãos críticos, criativos e reflexivos e, ao mesmo tempo, proíbe o uso do celular no espaço escolar, por exemplo, demonstra certa contradição no desenvolvimento de suas ações.

Diante do exposto, a pandemia da covid-19 evidenciou a necessidade de integrar recursos digitais nas práticas educacionais, destacando tanto as oportunidades quanto os desafios associados a essa integração. Durante esse período, os professores se viram forçados a adaptar rapidamente suas metodologias, incorporando novas tecnologias para manter a continuidade do ensino. Esta experiência reforçou a importância da formação contínua e da capacitação tecnológica dos docentes, elementos essenciais para uma prática pedagógica eficaz no cenário contemporâneo (Oliveira, 2022).

Afinal, para que a educação possa verdadeiramente evoluir e se adequar às demandas do século XXI, é fundamental que os professores recebam formação inicial adequada, como também oportunidades constantes de desenvolvimento profissional. Sendo responsabilidade das instituições de ensino fornecer os recursos necessários para a implementação eficaz das tecnologias digitais, visto que sem uma infraestrutura adequada e uma formação continuada, as iniciativas de modernização das práticas educacionais podem falhar, perpetuando um modelo de ensino que já não atende às necessidades atuais. Portanto, é indiscutível que políticas públicas educacionais e investimentos em tecnologia sejam prioritários para garantir uma educação de qualidade, capaz de preparar os estudantes para a vida em sociedade.

4.4. Formação Docente e os Recursos Educacionais Digitais

Quando lemos a frase “formação docente”, imaginamos inicialmente a formação acadêmica e formal obtida por meio das instituições de ensino de nível

superior, mas não é apenas dessa maneira que os docentes se formam. De acordo com Santos (2022) devemos levar em consideração que os professores também possuem uma trajetória de vida, com diferentes experiências, bagagem social e cultural, percepções sobre o mundo, intencionalidades como cidadão e uma compreensão singular sobre a função social do professor. Ou seja, tudo que influenciou sua formação enquanto cidadão ao longo de sua vida.

Moran, Massetto e Behrens (2013, p. 12) justificam essa afirmação argumentando que “aprendemos com todas as organizações e com todos os grupos e pessoas aos quais nos vinculamos”.

Dominicé (2012, p. 19), ao abordar a formação, procurou destacar a complexidade inerente ao termo, afirmando que:

A palavra formação comporta uma grande variedade de significados. Não é fácil definir, quando falamos de formação, de que estamos falando exatamente. A formação não se limita nem a um diploma, nem a um programa, nem a uma lei. Reconhecida como necessária para o exercício de uma profissão, ela também faz parte da evolução da nossa vida pessoal.

Desta maneira, podemos afirmar que estamos em uma formação contínua, que se inicia desde o momento do nosso nascimento e durante todo esse processo passamos por diversas mudanças físicas, emocionais, comportamentais, espirituais, sociais e intelectuais. Somos diferentes do que éramos na nossa infância, na adolescência e, em alguns casos, algumas pessoas assumem que não se consideram mais as mesmas pessoas que foram a um dia atrás. Como afirmou Heráclito de Éfeso: "Nenhum homem pode banhar-se duas vezes no mesmo rio... pois na segunda vez o rio já não é o mesmo, nem tampouco o homem!"

O fato é que durante todo nosso processo de formação estamos em constante transformação, tanto pessoal quanto no contexto do mundo ao nosso redor, da sociedade, da educação, do mercado de trabalho, entre outros. Compreendendo esse paradoxo, assimilamos que toda transformação causa inicialmente um sentimento de incerteza, desconforto ou até mesmo de resistência, mas são necessárias para nossa evolução. No entanto, essas mudanças conduzem a novos aprendizados, experiências, e à aquisição de novas habilidades e competências.

Durante esse processo de inacabamento é responsabilidade de todo docente refletir quanto a sua atuação profissional e as atuais demandas da educação,

principalmente no que diz respeito ao uso dos recursos digitais na educação, mas não basta apenas atribuir essa responsabilidade aos docentes, as mudanças devem ocorrer desde os cursos de formação.

Segundo Silva e Pires (2010, p. 7)

No mundo acadêmico, tanto na formação profissional quanto nas práticas de investigação, já quase não se consegue conviver sem os recursos das tecnologias de informação e comunicação (TICs). Plataformas digitais nos permitem acessar ao conhecimento científico disponibilizado em periódicos online, bibliotecas, anais de eventos científicos, repositórios digitais. Plataformas também são usadas para estratégias de ensino-aprendizagem na formação inicial e continuada nas modalidades de educação a distância e como apoio no ensino presencial.

Exemplificando essa integração, podemos citar o Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (ProEF), curso presencial, no modelo híbrido com oferta nacional, oferecido por uma rede de Instituições de Ensino Superior vinculado ao Programa de Mestrado Profissional para Professores da Educação Básica, da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, que comprometido com a formação acadêmica de qualidade, apresenta em seu projeto político-pedagógico eixos que visam atender às necessidades atuais da formação docente. Entre esses eixos, destaca-se a proposta de incorporação de tecnologias digitais como apoio educacional para complementar as aulas presenciais ao mesmo tempo em que aborda, explora e coloca em discussão temas atuais relacionados à educação, com especial ênfase na educação física.

Para isso, utiliza-se um Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA) que integra podcasts, textos, vídeos, links e fóruns que permitem interações e debates entre todos os mestrandos da turma de forma assíncrona. Dentre as diversas atividades realizadas no decorrer das disciplinas do programa, destacam-se: realização e postagem de entrevistas, preenchimento de questionários virtuais, gravação, edição e publicação de podcasts, apresentações de seminários em formato de vídeo, elaboração de mapas conceituais a explicações postadas pelo YouTube, e criação de portfólios utilizando ferramentas digitais.

Programas como esse evidenciam a pertinência de formações continuada que atendam às exigências contemporâneas, no qual o professor, assumindo papel de aprendiz, capacita-se com auxílio dos recursos digitais, preparando-se para utilizar os

conhecimentos adquiridos no processo de ensino. Essa adequação na formação foi enfaticamente apontada por Nóvoa (1992, p. 9) ao alertar que: “não há ensino de qualidade, nem reforma educativa nem inovação pedagógica, sem uma adequada formação de professores”.

Muito se discute, no campo das licenciaturas, sobre a inclusão de disciplinas que dialoguem com diversos temas atuais e que estão com debates em ascensão, como as questões de inclusão de alunos deficientes, religião, racismo, preconceitos diversos, questões étnicas e de gênero, fake news, tecnologias, meio ambiente, sustentabilidade, educação financeira dentre tantos outros. Embora elas possuam demasiada importância, acreditamos que antes da inclusão dessas temáticas no currículo de formação de professores, seja necessária uma mudança geral na forma de pensar a formação. Pois, de nada adiantará incluí-las, se continuarmos com uma visão meramente técnica e utilitarista de uma formação objetivada para aprovação no vestibular ou para ingresso precoce no mercado de trabalho (Santos, 2022, p. 44)

No que tange à temática abordada neste texto, é inegável que tanto o conhecimento pedagógico quanto o conhecimento técnico são indispensáveis ao implementar as TICs em nossas aulas. No entanto, ao nos referirmos aos conhecimentos técnicos, não estamos limitando-nos apenas à habilidade de resolver problemas relacionados aos equipamentos eletrônicos. Pelo contrário, espera-se uma utilização crítica, aprofundada e significativa que resulte em efetivas aprendizagens. Assim como, o conhecimento “pedagógico pressupõe a capacidade de transformar e tornar um conhecimento técnico em acessível para os alunos” (Cruz, 2021, p. 23).

Ambos os conhecimentos, pedagógico e técnico, se complementam para alcançar a personalização do ensino e a melhora na aprendizagem. Consideremos, por exemplo, uma situação em que os alunos enfrentam dificuldades para compreender um conteúdo específico. Diante desse desafio, o professor decide adotar uma abordagem metodológica inovadora e recorre aos recursos educacionais digitais. Primeiramente, o docente envia um *link* de um vídeo explicativo sobre o tema, permitindo que os alunos se familiarizem com o conteúdo antes da aula. Durante a aula, ele utiliza um infográfico criado no *Canva*, repleto de imagens ilustrativas e interativas, para facilitar a compreensão dos conceitos. Além disso, o professor aplica atividade avaliativa por meio de ferramentas virtuais, possibilitando que os alunos identifiquem suas áreas de domínio e suas dificuldades em tempo real. Para reforçar

o aprendizado, promove um jogo *online* que sirva como revisão do conteúdo abordado.

Caso o professor não domine habilidades técnicas e pedagógicas para elaborar e executar essa aula, poderá cair no equívoco de mudar apenas os meios utilizados como recursos, dando ar de inovação, e o objetivo não é, ou pelo menos não deveria ser, trocar o livro por um computador, o quadro negro por uma televisão. Neste viés, enfatizamos a perspectiva da "mídia-educação" ou "educação para as mídias", conforme discutido por Fantin (2011) e Belloni (2009), que busca integrar a educação "sobre/para", "com" e "através" das mídias à educação de maneira crítica e criativa.

Conforme argumenta Faria (2020), a verdadeira inovação não reside na tecnologia em si, mas na forma como ela é utilizada para mediar o processo de ensino. A inovação, portanto, é alcançada quando a tecnologia é incorporada de maneira eficaz nas práticas pedagógicas, transformando a maneira como o ensino é oferecido e como os alunos interagem com o conhecimento. Gemente, Silva e Matthiesen (2020) ressaltam que, para evitar a mera substituição de recursos utilizados em sala de aula sem promover mudanças efetivas na prática pedagógica, é essencial que a formação continuada dos professores ultrapasse uma abordagem puramente instrumental das TICs.

Compreendemos que, para alguns professores, a falta de conhecimento técnico e pedagógico sobre a utilização dos recursos digitais pode gerar inseguranças. No entanto, somos permanentes aprendizes. É sabido que os estudantes aprendem por meio de suas vivências nos diversos contextos que o cercam, "por que não se pode refletir que o professor aprende de forma igual?" (Cruz, 2021, p. 23). Consoante a esse argumento, Behrens (2013) menciona que é primordial um eterno processo de aprender a aprender aos professores.

É experimentando, vivenciando, praticando que aprendemos ou melhoramos nossas habilidades e, desta maneira, a formação acadêmica inicial e continuada carecem instigar os educadores para essa tarefa. Com uma rotina tão cansativa e burocrática as vezes falta tempo para que o professor se arrisque em mudar a forma tradicional de ensinar e mesmo desejando enfrentam entraves para tornar suas aulas inovadoras.

Quando falamos sobre a implementação de recursos digitais na educação é inegável que novos desafios são impostos aos docentes, exigindo um conjunto específico de competências digitais. Santos (2022, p. 53) afirma que:

As Competências Digitais sob a perspectiva da formação docente, servem como uma referência, para que o docente possa buscar desenvolvê-las a partir do ponto de vista didático-metodológico e tecnológico e desta forma realizar aplicações em sua prática pedagógica.

Essas competências são essenciais para que os educadores possam não apenas utilizar eficazmente as ferramentas tecnológicas, mas também integrá-las de maneira didática, estratégica e significativa no currículo. De acordo com Bianchi e Pires (2015), uma problemática relacionada as TICs está ligada a formação nos cursos de licenciatura, que precisam reconsiderar a preparação dos futuros professores para a integração pedagógica dessas tecnologias.

Para Bianchi e Pires (2015, p.1027)

A presença das tecnologias é entendida, em geral, a partir do seu viés instrumental, da preparação técnica para o uso dos recursos tecnológicos e de informática, deixando de lado a dimensão social das tecnologias e limitando o surgimento de propostas pedagógicas de caráter crítico-reflexivo e colaborativo.

Uma das referências utilizadas para formação docente é a resolução que define as Diretrizes Curriculares Nacionais para a formação inicial em nível superior de professores para a educação básica e institui a Base Nacional Comum para a formação inicial de professores da educação básica (BNC-Formação).

A CNE/CP Nº 2, aprovada em 20 de dezembro de 2019, contempla em seu artigo 8º, inciso IV, a formação docente e o uso das tecnologias de informação e comunicação, especialmente, em seus aspectos das linguagens digitais.

Art. 8º Os cursos destinados à Formação Inicial de Professores para a Educação Básica devem ter como fundamentos pedagógicos: (...) IV - emprego pedagógico das inovações e linguagens digitais como recurso para o desenvolvimento, pelos professores em formação, de competências sintonizadas com as previstas na BNCC e com o mundo contemporâneo (Brasil, 2019, p. 5).

Na resolução a inovação e as tecnologias digitais são claramente reconhecidas como uma das competências gerais dos professores, conforme estabelecido na Base Nacional Curricular de Formação de Professores (BNC-Formação):

Competência 5: Compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas docentes, como recurso pedagógico e como ferramenta de formação, para comunicar, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos, resolver problemas e potencializar as aprendizagens (CNE/CP 02/2019, p. 15).

Ao tempo que a BNCC indica em suas competências gerais que o estudante deve:

Compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas sociais (incluindo as escolares) para se comunicar, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos, resolver problemas e exercer protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva (BNCC, 2018).

Dessa forma, se estabelece uma relação direta com as competências que os professores devem possuir e que os alunos necessitam atingir ao longo da educação básica. Para que o professor possa propiciar esse desenvolvimento, é essencial que ele domine essa competência. Afinal, é impossível ensinar aquilo que não se sabe.

Tendo em vista os argumentos apresentados, o CIEB apresentou em 2019 a nota técnica que trata das “Competências de professores e multiplicadores para uso de TICS na educação”.

Com a finalidade de direcionar a seleção de conhecimentos, habilidades e atitudes a serem incluídas em programas de capacitação docente para a integração pedagógica das TICs, o CIEB examinou as competências delineadas por três instituições renomadas: Rede Enlaces (Chile), ISTE (EUA) e UNESCO, as quais subsidiaram a base consistente para a construção da matriz de competências digitais, sistematizado no quadro a seguir:

Quadro 3: Matriz de competências digitais

Áreas	Competências			
PEDAGÓGICA	PRÁTICA PEDAGÓGICA Ser capaz de incorporar tecnologia às experiências de aprendizagem dos alunos e às suas estratégias de ensino	AVALIAÇÃO Ser capaz de usar tecnologias digitais para acompanhar e orientar o processo de aprendizagem e avaliar o desempenho dos alunos.	PERSONALIZAÇÃO Ser capaz de utilizar a tecnologia para criar experiências de aprendizagem que atendam às necessidades de cada estudante.	CURADORIA E CRIAÇÃO Ser capaz de selecionar e criar recursos digitais que contribuam para o processo de ensino e aprendizagem e gestão de sala de aula.
CIDADANIA DIGITAL	USO RESPONSÁVEL Ser capaz de fazer e promover o uso ético e responsável da tecnologia (cyberbullying, privacidade, presença digital e implicações legais).	USO SEGURO Ser capaz de fazer e promover o uso seguro das tecnologias (estratégias e ferramentas de proteção de dados).	USO CRÍTICO Ser capaz de fazer e promover a interpretação crítica das informações disponíveis em mídias digitais.	INCLUSÃO Ser capaz de utilizar recursos tecnológicos para promover a inclusão e a equidade educativa.
DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL	AUTODESENVOLVIMENTO Ser capaz de usar TIC nas atividades de formação continuada e de desenvolvimento profissional.	AUTOAVALIAÇÃO Ser capaz de utilizar as TIC para avaliar a sua prática docente e implementar ações para melhorias.	COMPARTILHAMENTO Ser capaz de usar a tecnologia para participar e promover a participação em comunidades de aprendizagem e trocas entre pares.	COMUNICAÇÃO Ser capaz de utilizar tecnologias para manter comunicação ativa, sistemática e eficiente com os atores da comunidade educativa.

Fonte: Adaptado de CIEB (2019, p. 64).

As três áreas denominadas, pedagógica, cidadania digital e desenvolvimento profissional, foram apontadas levando em consideração as atribuições e responsabilidades docentes nas redes de ensino e cada uma delas foi associada a quatro elementos. As competências listadas na área pedagógica foram delineadas com o objetivo de viabilizar a implementação das TICs para enriquecer as práticas pedagógicas dos professores, ao passo que a área da cidadania digital enfatiza o uso responsável desses recursos. Já a área que se refere ao desenvolvimento profissional destaca a necessidade de atualização contínua do docente e seu crescimento profissional (CIEB, 2019).

Conclui-se que as matrizes de competências do CIEB, embora sirvam como ponto de partida para o aprimoramento das habilidades digitais de professores e multiplicadores na realidade brasileira, são suscetíveis a adaptações, refinamentos e mudanças. Enfatizamos que as discussões aqui apresentadas não se limitam a esse texto, tão pouco os documentos aqui apontados, mas se constituem pertinentes ao pensarmos na formação acadêmica dos docentes em nosso país.

5. METODOLOGIA DA PESQUISA

5.1. Caracterização da Pesquisa

A presente pesquisa traz a abordagem de cunho qualitativo, visto que a problemática a ser respondida exige a utilização dessa metodologia. Neste viés, Minayo (2007, p. 22-23, grifos da autora) aponta:

São as metodologias da pesquisa qualitativa, entendidas como aquelas capazes de incorporar a questão do SIGNIFICADO e da INTENCIONALIDADE como inerentes aos atos, às *relações*, e às *estruturas sociais*, sendo essas últimas tomadas tanto no seu advento, quanto na sua transformação, como construções humanas significativas.

Dessa forma, escolhemos a abordagem qualitativa a partir da pesquisa-ação, que envolve a exploração de questões sociais e técnicas que tenham relevância científica, através de colaboração entre pesquisadores, membros das situações-problema e outros interessados na resolução desses problemas ou, pelo menos, no progresso em direção a respostas apropriadas nas áreas social, educacional, técnica e/ou política. Nesse processo de pesquisa-ação, os objetivos de ação e os objetivos de conhecimento estão entrelaçados e, esses objetivos, são fundamentados em um conjunto de referências teóricas que orientam a estruturação de conceitos, abordagens interpretativas e a produção de informações durante a investigação. (Thiollent, 2011).

Gil (1999, p. 47) descreve que os estudos que se utilizam da pesquisa-ação, “se caracterizam pelo envolvimento dos pesquisadores e dos pesquisados no processo de pesquisa”. Isso significa que não é uma pesquisa distante ou observacional, uma vez que todas as partes participam ativamente da pesquisa.

Para Severino (2007, p. 120):

A pesquisa-ação é aquela que, além de compreender, visa intervir na situação, com vistas a modificá-la. O conhecimento visado articula-se a uma finalidade intencional de alteração da situação pesquisada. Assim, ao mesmo tempo que realiza um diagnóstico e a análise de uma determinada situação, a pesquisa-ação propõe ao conjunto de sujeitos envolvidos mudanças que levem a um aprimoramento das práticas analisadas.

Em outras palavras, é um tipo de investigação que não apenas busca entender uma situação, mas também procura intervir nela para provocar mudanças. O conhecimento almejado está ligado à intenção de alterar a situação que está sendo estudada. Portanto, enquanto examina e analisa uma determinada situação, a pesquisa-ação também propõe mudanças aos participantes envolvidos, com o objetivo de melhorar as práticas que estão sendo estudadas.

Em relação a natureza, a pesquisa é classificada como pesquisa aplicada, que segundo Appolinário (2011, p. 146), é realizada com o objetivo de “resolver problemas ou necessidades concretas e imediatas”. Neste contexto, afirmamos a necessidade de integração de recursos educacionais digitais na educação, a fim de melhorar a prática pedagógica e acompanhar as modificações e exigências do contexto contemporâneo.

O planejamento da Unidade Temática foi estruturado de acordo com a seguinte sequência de desenvolvimento:

Data da Aula	Tema da Aula	Objetivo	Estratégias
23/04/2024 e 30/04/2024	Promovendo saúde e flexibilidade: a importância do alongamento muscular	Compreender a importância dos exercícios de alongamento na vida cotidiana e as maneiras de realizá-los corretamente.	Uso de aplicativos, plataformas e websites para elaboração de exercícios de alongamento e apresentação aos demais estudantes.
07/04/2024 e 14/04/2024	Postura corporal adequada, impacto na saúde, respiração, confiança e bem-estar emocional	Compreender a importância da postura corporal adequada para a saúde física e mental, promovendo as ações de cuidado para manter ou melhorar a postura.	Implementação de metodologia ativa de rotação por estações com o objetivo de responder as perguntas relacionadas ao tema da aula por meio de uma colaboração dinâmica no Google Docs.
21/05/2024	Conhecendo a Ginástica de conscientização corporal e ginástica de condicionamento físico	Explorar e compreender as características distintas da ginástica de conscientização corporal e da ginástica de condicionamento físico, discutindo os benefícios que ambas	Utilização do Padlet para promover uma atividade interativa durante a aula, incentivando a participação dos alunos. Exibição de vídeo do YouTube para conduzir uma

		podem proporcionar para a qualidade de vida, saúde, bem-estar e autocuidado.	meditação guiada, proporcionando vivência do tema abordado.
28/05/2024 e 04/06/2024	Conhecendo o programa de exercício <i>High Intensity Interval Training</i> (HIIT)	Conhecer e experimentar o <i>High Intensity Interval Training</i> (HIIT), identificando as características da ginástica de condicionamento físico e as possibilidades de realizar esses exercícios fora da escola.	Explicação oral do conteúdo seguida pela experimentação prática de um treino de HIIT por meio de um vídeo do YouTube. Jogo no Kahoot, para os estudantes testarem seus conhecimentos de forma interativa e dinâmica.
11/06/2024 e 18/06/2024.	Autocuidado, cultivando o bem-estar e a saúde integral	Conscientizar-se da necessidade do autocuidado entre os estudantes, a fim de melhorar a saúde nos diversos aspectos que permeiam a vida.	Realização de teste da Roda da Vida para autoavaliação. Elaboração e apresentação de infográficos no Canva com propostas de ideias para aprimorar o autocuidado.
27/06/2024	Beleza idealizada: explorando os padrões estéticos, transtornos alimentares e o uso de anabolizantes	Promover a conscientização e a reflexão dos estudantes sobre transtornos alimentares, padrões de beleza e o uso de anabolizantes. Orientar os estudantes a explorarem criticamente o papel das mídias sociais na formação da percepção de beleza e corpo.	Apresentação de vídeos sobre transtornos alimentares, padrões de beleza e uso de anabolizantes. Compartilhamento de ideias e argumentos no Padlet.

5.2. Campo da Pesquisa

A pesquisa foi desenvolvida numa escola pública estadual do município de São José do Rio Claro, Mato Grosso, situada a 296 km da capital Cuiabá. Na qual a pesquisadora atua como professora da turma participante do estudo.

A referida escola pertence à Diretoria Regional de Educação de Diamantino, que atende 45 unidades escolares, no âmbito do Ensino Fundamental, anos iniciais (2º ao 5º), anos finais (6º ao 9º) e Ensino Médio. Nessa diretoria, estão matriculados aproximadamente 17 mil estudantes.

Atualmente, a escola atende aproximadamente 685 estudantes que estão matriculados nos anos finais do Ensino Fundamental, distribuídos em 20 turmas. Sendo elas: 5 turmas do 6º ano, 5 turmas do 7º ano, 5 turmas do 8º ano, 5 turmas do 9º ano, em dois turnos, matutino e vespertino, segundo o Projeto Político Pedagógico da instituição.

A estrutura física da escola é composta por 20 salas de aula, quadra poliesportiva coberta, biblioteca, pátio, sala da direção, sala da coordenação, secretaria, sala dos professores, sala de recursos multifuncionais, sala de apoio, banheiros, cozinha e refeitório.

O perfil socioeconômico da população atendida é bastante diversificado, visto que, atende alunos de todos os bairros no município da zona urbana e estudantes da zona rural.

5.3. Participantes

O público-alvo desta pesquisa foi escolhido em colaboração com a gestão e coordenação escolar, considerando os parâmetros necessários para viabilizar a produção de dados. Um dos critérios utilizados considerou a organização do Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que prevê o ensino dos conteúdos/temas planejados para as aulas do projeto de pesquisa para os alunos do 8º e 9º ano.

Neste contexto, uma turma do 9º ano do Ensino Fundamental foi identificada como a escolha mais apropriada. Esta decisão foi respaldada pela conformidade com os requisitos da BNCC e pela disponibilidade de aulas geminadas, especificamente no período da manhã, durante o 4º e 5º horários. Essa disposição facilitou uma produção de dados mais eficiente e um registro mais detalhado no diário de campo.

A referida turma era composta por 34 estudantes, todos situados na faixa etária entre 14 e 16 anos, sendo eles 13 estudantes do gênero masculino e 21 feminino. Quanto à opção pelo turno matutino, este se justifica pela atribuição do professor pesquisador ser exclusivamente nesse período.

5.4. Procedimentos Para a Coleta de Dados

Antes de iniciarmos a produção de dados na instituição de ensino, procedemos à apresentação do documento de autorização da pesquisa ao gestor escolar, a Autorização/Anuência Institucional (apêndice A), mediante a qual solicitamos a permissão formal para a realização da pesquisa na instituição.

Após a aprovação do gestor escolar, buscamos a autorização dos pais/responsáveis legais dos estudantes envolvidos na pesquisa. Além disso, obtivemos a autorização direta dos próprios alunos.

Os instrumentos selecionados para compor a produção de dados da pesquisa foram dois questionários, um diagnóstico, com perguntas abertas e fechadas, e outro

de saída, com perguntas abertas (Gil, 2008). O primeiro (apêndice B) foi aplicado antes do início da pesquisa, de forma diagnóstica, para obter informações pessoais sobre os estudantes e suas percepções, além informações sobre quais tinham acesso à internet e aparelhos tecnológicos e com quais finalidades utilizavam e sobre a aproximação deles com a ginástica.

O questionário de saída (apêndice C) foi aplicado ao final do período de implementação da unidade didática, com o propósito de avaliar as contribuições resultantes da integração dos recursos educacionais digitais nas aulas, identificar as dificuldades enfrentadas pelos estudantes, bem como recolher suas opiniões e observações sobre a experiência. Ambos foram respondidos via *google forms*.

O questionário como instrumento para produção de dados é conceituado como:

[...] a técnica de investigação composta por um conjunto de questões que são submetidas a pessoas com o propósito de obter informações sobre conhecimentos, crenças, sentimentos, valores, interesses, expectativas, aspirações, temores, comportamento presente ou passado etc (Gil, 2008, p. 121).

O autor aponta que o questionário apresenta uma série de vantagens para a pesquisa, uma vez que permite que sejam entrevistadas uma quantidade maior de pessoas, garante o anonimato das respostas, é menos dispendioso financeiramente, permite que as pessoas o respondam no momento em que acharem conveniente, além de não exporem os pesquisados à influência das opiniões e do aspecto pessoal do entrevistado.

Além disso, utilizamos um diário de campo, que serviu para que pudéssemos realizar anotações referentes as conversas entre os alunos, comportamentos, gestos, expressões, sua participação nas atividades propostas, nas vivências e demais registros que forem pertinentes para pesquisa, bem como registros fotográficos.

O diário de campo nada mais é do que um caderninho de notas, em que o investigador, dia por dia, vai anotando o que observa e que não é objeto de nenhuma modalidade de entrevista. Nele devem ser escritas impressões pessoais que vão se modificando com o tempo, resultados de conversas informais, observações de comportamentos contraditórios com as falas, manifestações dos interlocutores quanto aos vários pontos investigados, dentre outros aspectos (Minayo, 2007, p. 295).

Para que pudéssemos captar nossas impressões, adotamos a observação das aulas, registrando as informações no diário de campo com um roteiro de observação previamente definido (apêndice D).

A escolha do diário de campo como instrumento foi fundamental para registrar as observações durante a condução da pesquisa. Stake (2011, p.107) ressalta que durante a produção de dados é importante para o pesquisador “[...] saber qual é o acontecimento, enxergá-lo, ouvi-lo, tentar compreendê-lo [...]”

Durante a realização da pesquisa a presença da professora-pesquisadora se caracterizou como observação participante, já que precisou mediar e conduzir a dinâmica da aula. A designação "participantes" é atribuída à observação, pois parte do pressuposto de que o pesquisador sempre mantém um nível de interação com a situação em estudo, exercendo influência sobre ela e, ao mesmo tempo, sendo influenciado por ela. Além dessa estratégia, existe o princípio da constante interação entre o pesquisador e objeto pesquisado. Tornando o pesquisador instrumento principal na produção e análise dos dados (André, 2005).

Segundo, Marconi e Lakatos (2003, p. 193) “consiste na participação real do pesquisador com a comunidade ou grupo. Ele se incorpora ao grupo, confunde-se com ele. Fica tão próximo quanto um membro do grupo que está estudando e participa das atividades normais deste”.

Corroborando esse pensamento, Gil (1999, p. 113) relata:

A observação participante, ou observação ativa, consiste na participação real do conhecimento na vida da comunidade, do grupo ou de uma situação determinada. Neste caso, o observador assume, pelo menos até certo ponto, o papel de um membro do grupo.

Além do diário de campo, o uso de fotografias foi adotado como estratégia complementar para a produção de dados, visto que as imagens capturam de forma vívida e tangível aspectos sutis e contextuais que podem escapar à descrição textual, enriquecendo, assim, a compreensão e interpretação dos fenômenos observados.

5.5. Procedimentos Para a Análise de Dados

A análise de dados na pesquisa qualitativa varia conforme o estilo do pesquisador. Gil (2008) argumenta que, ao contrário dos estudos quantitativos, onde a análise de dados pode ser previamente definida, nos estudos qualitativos não existem fórmulas prontas para guiar os pesquisadores.

Segundo Gil (2008, p.178) “o que se procura na interpretação é a obtenção de um sentido mais amplo para os dados analisados, o que se faz mediante sua ligação com conhecimentos disponíveis, derivados principalmente de teorias. Ligação essa que precisa estabelecer-se de forma harmônica”.

Com esse propósito, analisamos as respostas obtidas por meio da aplicação do questionário diagnóstico. Para Vieira (2009), o questionário constitui-se como um instrumento de pesquisa composto por uma série de perguntas que abordam um tema específicos e que podem gerar informações de grande valor. Este instrumento é distribuído aos participantes da pesquisa, denominados respondentes, com o propósito de que respondam às questões e retornem o questionário preenchido ao entrevistador.

Nesta pesquisa, optamos por encaminhar o questionário de autoaplicação, definido como aquele entregue aos respondentes para que eles mesmos o preencham. Escolhemos realizar a distribuição *online* do questionário devido ao tema do estudo ser a integração de recursos digitais nas aulas, considerando esta abordagem como a mais apropriada para obter informações relevantes. Esse formato de questionário permite uma distribuição fácil, uma produção rápida e um processamento ágil dos dados. Para o respondente, a principal vantagem está na liberdade em responder às questões no momento que desejar e pelo tempo que considerar adequado, sem qualquer pressão (Vieira, 2009).

Posteriormente, analisamos os dados registrados no diário de campo, durante a intervenção pedagógica e o questionário de saída. As interpretações derivadas da análise dos dados de cada instrumento reforçaram a validade de certas conclusões, especialmente quando convergiam para uma compreensão comum. Esse alinhamento entre diferentes fontes de dados proporcionou uma base mais sólida para as conclusões apresentadas.

Para realizar a análise dos dados nesta pesquisa, utilizamos como técnica para a análise dos dados a triangulação entre a aplicação dos questionários, os registros do diário de campo preenchidos durante a intervenção e o referencial teórico-metodológico que sustenta a pesquisa.

Para Triviños (1987), a triangulação tem como objetivo principal alcançar a maior abrangência possível na descrição, explicação e entendimento do objeto de estudo., “parte de princípios que sustentam que é impossível conceber a existência isolada de um fenômeno social, sem raízes históricas, sem significações culturais e sem vinculações estreitas e essenciais com uma macrorrealidade social” (Triviños, 1987, p. 38).

5.6. Aspectos Éticos

Em relação aos aspectos éticos, o estudo seguiu rigorosamente os princípios da Resolução 466/12 (aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos) e da Resolução 510/16 (normas aplicáveis a Ciências Humanas e Sociais, em que os procedimentos metodológicos envolvem utilização de dados obtidos diretamente com os participantes) do Conselho Nacional de Saúde, ambos os documentos regulamentam a ética em pesquisa e a proteção devida à plenitude dos integrantes da pesquisa (Brasil, 2012; Brasil, 2016).

Antes de iniciar a pesquisa, encaminhamos à escola *lócus* da pesquisa, a Autorização/Anuência Institucional (apêndice A) e, em seguida, apresentamos aos estudantes o Assentimento Livre e Esclarecido – ALE (apêndice E), e aos pais ou responsáveis foi entregue o Consentimento Livre e Esclarecido – CLE (apêndice F).

Todos os alunos tiveram a garantia de liberdade de participação durante toda a pesquisa, assim, puderam desistir de participar do estudo a qualquer momento, bastando uma solicitação informal para que fosse realizada a sua retirada do estudo, sem qualquer prejuízo. Também tiveram garantidos o respeito a integridade, a preservação dos dados, assegurando sigilo, privacidade e confidencialidade.

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Mato Grosso e cadastrada na Plataforma Brasil sob o nº do certificado de apresentação de apreciação ética (CAAE Nº 65292122.0.0000.5690), gerado pela

CONEP, cujo parecer de aprovação é de nº 6.459.906, datado de 25 de outubro de 2023.

6. RESULTADOS E DISCUSSÕES

6.1. Apresentação dos Resultados do Questionário de Entrada

Iniciamos a produção de dados com a aplicação de um questionário diagnóstico elaborado e enviado via *google forms*, composto por oito perguntas. O *google forms* é um aplicativo gratuito oferecido pela *Google* e que permite a criação de questionários e formulários personalizados para produção de dados.

Figura 1: Tela de início do *google forms*

Fonte: elaborado pela autora (2024).

Para facilitar a identificação e, gerenciar o acompanhamento das respostas, o formulário incluía campos para que os estudantes fornecessem informações pessoais como nome, idade, turma e gênero. Além disso, o questionário abrangia questões específicas sobre as aulas de educação física, o uso de recursos digitais e a prática de ginástica. Os estudantes tinham a opção de responder em casa ou na escola e, para tanto, disponibilizamos *chromebooks* com acesso à internet para todos os alunos que optaram por responder na escola.

As perguntas apresentadas aos alunos foram as seguintes:



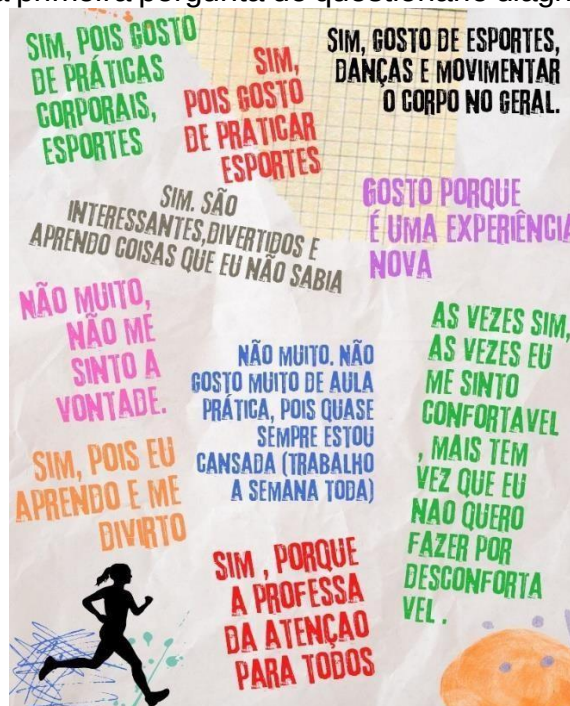
1. Você gosta de participar das aulas de Educação Física? Explique os motivos da sua resposta.
2. Você possui algum aparelho tecnológico, como por exemplo, celular, tablet, computador.
3. Você tem acesso à internet fora do ambiente escolar?
4. Quando você utiliza a internet é com qual objetivo? Assinale todas as alternativas que correspondem a sua resposta.
 - a) () Estudo
 - b) () Diversão
 - c) () Entretenimento
 - d) () Conversar com outras pessoas
 - e) () Assistir séries e filmes
5. Na escola, os professores utilizam recursos tecnológicos durante as aulas?
6. Você se sentiria mais motivado em realizar as atividades, leituras, exercícios e avaliações das aulas se elas fossem trabalhadas pelos professores de outras maneiras? Explique sua resposta.
7. Você já praticou algum tipo de ginástica? Se a resposta for sim, escreva qual.
8. Você aprende melhor quando pratica o que aprendeu nas aulas? Explique sua resposta.

A primeira pergunta apresentada aos estudantes identificou se eles gostavam das aulas de educação física, bem como solicitou que apontassem os motivos da sua respostas. Entre as 34 respostas fornecidas, identificamos que 29 deles escreveram que gostam das aulas de educação física e justificaram suas respostas apontando que gostam de esportes, que as aulas são legais e os conteúdos interessantes, porque aprendem e se divertem, porque a professora dá atenção para todos. Entretanto, dois estudantes apontaram que não gostam das aulas, um deles justificou que fica cansado por trabalhar a semana toda e o outro por não se sentir a vontade. Outros dois apontaram que as vezes gostam, a depender do conteúdo da aula.

Esses resultados revelam uma predominância de opiniões positivas em relação às aulas de educação física, destacando a importância de um ambiente acolhedor e

estimulante para o engajamento dos alunos. As respostas dos alunos que não gostam ou têm opiniões condicionais sobre as aulas apontam para a necessidade de considerar fatores externos que podem afetar os alunos física, emocional ou socialmente.

Figura 2: Respostas a primeira pergunta do questionário diagnóstico



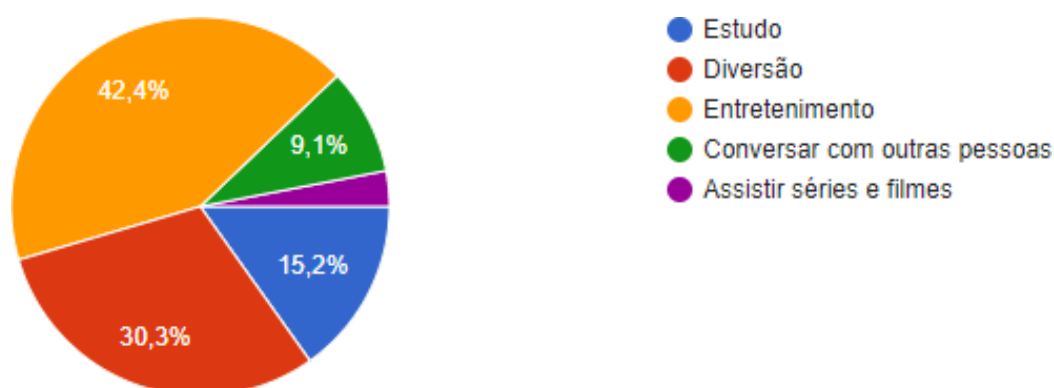
Fonte: elaborado pela autora (2024)

Identificamos na segunda pergunta, que indagava se os estudantes possuíam algum aparelho tecnológico, como celular, *tablet* ou computador, que aproximadamente 97,06% dos alunos possuem celular e, aproximadamente, 23,53%

possuem *notebook*. Quanto a terceira pergunta identificamos que 100% têm acesso à internet fora do espaço escolar. Na quarta pergunta foram questionados sobre o objetivo de usarem a internet, mais de 42% apontaram que era para entretenimento, seguido de cerca de 30% para diversão, 15% para estudo, 9% conversas com outras pessoas e 3% assistir filmes e séries.

Esses dados destacam a presença quase universal de dispositivos móveis entre os estudantes, o que reflete uma tendência crescente de conectividade e acesso à tecnologia. A totalidade dos alunos com acesso à internet fora do ambiente escolar enfatiza a importância da inclusão digital e o potencial de recursos online para a educação. No entanto, a predominância do uso da internet para entretenimento e diversão, em contraste com um uso relativamente menor para fins educacionais, sugere a necessidade de estratégias que incentivem o aproveitamento dos recursos tecnológicos para o aprendizado.

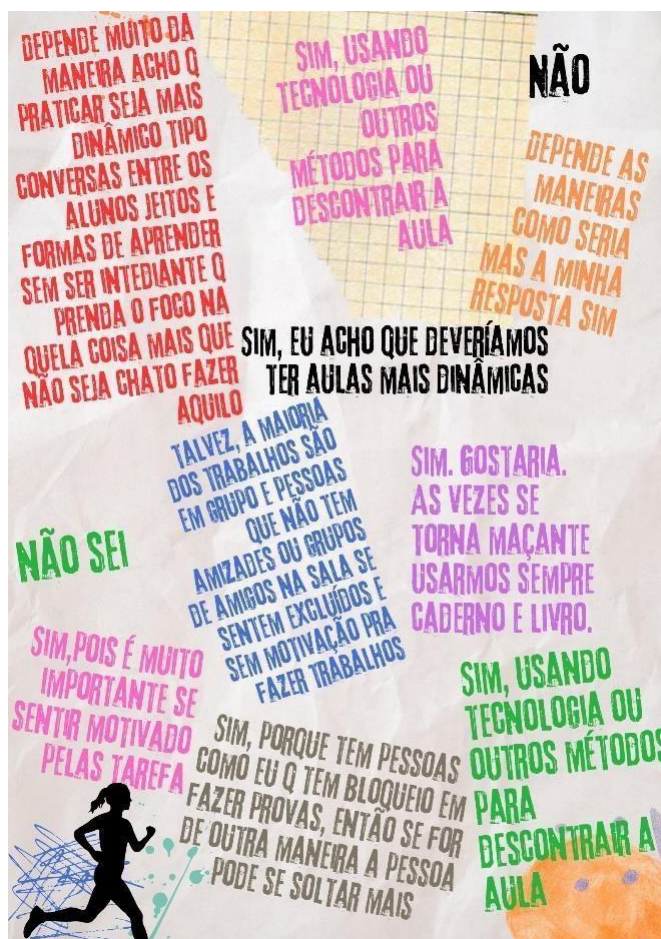
Gráfico 1: Resposta a quarta pergunta do questionário diagnóstico



Fonte: elaborado pela autora (2024)

Quando questionados se os professores utilizam recursos tecnológicos durante as aulas, eles apontaram que alguns utilizavam e que depende da aula. Ao serem indagados se eles se sentiriam mais motivado em realizar as atividades, leituras, exercícios e avaliações das aulas se eles fossem trabalhados pelos professores de outras maneiras, três alunos disseram que não e todos os demais apontaram que sim e destacaram alguns dos argumentos a seguir:

Figura 3: Respostas a pergunta cinco do questionário diagnóstico



Fonte: elaborado pela autora (2024).

Essas respostas revelam uma evidente preferência dos estudantes por métodos de ensino mais dinâmicos e variados, que incorporem tecnologias e estratégias alternativas para aumentar o engajamento e a motivação nas aulas. A utilização de práticas pedagógicas inovadoras, que vão além do uso tradicional de cadernos e livros, pode ser um fator decisivo para despertar o interesse dos alunos e facilitar a aprendizagem (Moran, 2013).

As sugestões dos alunos indicam que a inclusão de atividades interativas, discussões em grupo e o uso de tecnologia não apenas tornam as aulas mais atraentes, mas também ajudam a superar barreiras individuais, como a ansiedade em avaliações e a falta de integração social.

Segundo Salgado e Scaglia (2020), Freitas *et al.* (2024), Moran, Massetto e Behrens (2013), os recursos digitais fortalecem o ensino e oferecem várias

contribuições. Contudo, é importante lembrar que, sem uma inovação didática e um fazer pedagógico transformador, a mera troca de suporte para as aulas pode não ser suficiente para transformar a educação, como argumentam autores como Nóvoa (1992), Fantin (2015), Gadelha (2020), Gabriel (2013) e Coutinho (2020).

Como o conteúdo elaborado para o bimestre foi sobre a unidade temática da ginástica, aplicamos a sétima pergunta para identificar o que os estudantes recordavam sobre esse tema, perguntando se já tinham praticado algum tipo de ginástica. Quatro estudantes apontaram que não, um que não se lembravam, e os demais responderam que sim, citando a ginástica artística, vivências de ginástica na escola, ginástica acrobática, ioga, meditação, *crossfit*, alongamento, ginástica aeróbica e ginástica geral. Quando questionados na oitava pergunta se aprendem melhor quando praticam, o que aprendem nas aulas, os estudantes responderam que sim, com exceção de um aluno que respondeu apenas com “mais ou menos”. Esses resultados destacam a variedade de experiências dos estudantes com diferentes formas de ginástica, sugerindo um nível considerável de familiaridade com o tema. Além disso, a percepção majoritária de que aprendem melhor ao praticar o conteúdo estudado nas aulas reforça a importância de uma abordagem pedagógica que inclua a dimensão procedimental. Essa abordagem não apenas facilita a assimilação do conhecimento teórico, mas também torna as aulas mais dinâmicas, envolventes e significativas.

6.2. Organização e Aplicação da Intervenção Pedagógica

Após a realização do questionário diagnóstico, delineamos uma intervenção pedagógica com o objetivo de integrar recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física, focando especificamente no ensino da unidade temática da ginástica. Para alcançar os objetivos da intervenção, elaboramos e aplicamos uma sequência didática de 20 aulas, levando em consideração os apontamentos apresentados pelos estudantes no questionário diagnóstico. Durante a intervenção, foram realizadas anotações e registros de diálogos, comportamentos e envolvimento dos alunos em um diário de campo, o que permitiu uma análise mais detalhada dos dados produzidos. Cabe ressaltar que durante o bimestre ocorreram mudanças no horário e dia das aulas em virtude de situações específicas da instituição.

6.2.1. Aula 1 - Promovendo saúde e flexibilidade: a importância do alongamento muscular

Iniciamos a intervenção pedagógica com a apresentação da unidade temática que seria abordada ao longo do bimestre, a saber: ginástica.

Nas primeiras aulas, realizadas em 23/04/2024 e 30/04/2024, apresentamos o tema inicial sobre a importância do alongamento muscular e questionamos os estudantes a respeito de seus conhecimentos prévios sobre o assunto.

Clemenceau, Dalavier e Gundill (2012) destacam que o alongamento, com seus movimentos simples, atua como um mecanismo essencial para liberar tensões e evitar bloqueios energéticos que comprometem o bem-estar físico e emocional. Assim, ao ensinar alongamentos, é possível incentivar os estudantes a explorarem essa prática como uma forma de lidar com situações estressantes, melhorar a concentração e fortalecer a conexão mente-corpo, aprimorando não só a aptidão física, mas também a saúde emocional e a autoconsciência.

Cavalcanti (2019) aponta que o alongamento configura-se como uma atividade de baixo risco, acessível a distintos perfis e faixas etárias, sendo uma prática essencial no âmbito das atividades físicas. Essa prática proporciona benefícios abrangentes ao bem-estar físico e mental, como o relaxamento do corpo e da mente, a ampliação da flexibilidade e mobilidade articular, além de contribuir para o desenvolvimento da resistência física.

Considerando que os alunos estão em constante contato com as TICs (Prensky, 2001), decidimos integrar ferramentas digitais às atividades, visando aumentar a motivação dos estudantes e proporcionar a eles a oportunidade de continuar praticando os exercícios de alongamento em casa.

Nesse sentido, apresentamos uma variedade de aplicativos, plataformas e *websites* que disponibilizam vídeos, treinos e sequências de exercícios de alongamento, adequados a diferentes faixas etárias e níveis de condicionamento físico. Essa diversidade de recursos digitais permitiu que os alunos escolhessem o que melhor se adaptavam às suas necessidades individuais e preferências pessoais. Em seguida, os alunos foram orientados a se organizassem em grupos para realizar

um trabalho.

Foi registrado pela professora no diário de campo, sobre a formação dos grupos que: “Os estudantes demonstraram autonomia para formar os grupos, não foi preciso mediação essa organização” (Diário de Campo da Professora).

Na quadra, os alunos foram incentivados a pesquisar 10 exercícios de alongamento para grupos musculares específicos e apresentar aos colegas para que pudessem recriar esses alongamentos. Eles deveriam ser capazes de demonstrar a forma correta de executar os exercícios e corrigir os colegas que estivessem executando de maneira equivocada, garantindo um aprendizado colaborativo. Os temas de cada grupo foram:

Grupo 1: Alongamento para pescoço e ombro

Grupo 2: alongamento para braços e costas

Grupo 3: Alongamento para lombar

Grupo 4: Alongamento para parte inferior do corpo (exercícios em pé)

Grupo 5: Alongamento para parte inferior do corpo (exercícios no solo)

Figura 4: Pesquisa, elaboração e apresentação da atividade da aula



Fonte: elaborado pela autora (2024)

Os resultados evidenciam uma participação ativa dos estudantes no processo de aprendizagem. A aprendizagem ativa ocorre quando o aluno se engaja diretamente com o conteúdo estudado, participando de forma ativa ao escutar, expressar suas ideias, questionar, discutir, executar tarefas e compartilhar seu conhecimento, sendo encorajado a desenvolver o saber por conta própria, ao invés de apenas absorver passivamente o que o professor transmite (Barbosa; Moura, 2013).

Dessa forma, todos os grupos apresentaram suas atividades de acordo com os critérios estabelecidos, demonstrando engajamento e cooperação. Um exemplo a destacar foi de uma aluna que, apesar de sua habitual aversão às aulas de Educação Física, resultante de sua timidez e desinteresse pelas atividades práticas, demonstrou uma participação significativa nessa aula. Incentivada pelos colegas, que compreenderam suas dificuldades em falar em público, ela contribuiu de forma ativa, auxiliando na elaboração e correção dos exercícios propostos. Embora não tenha assumido a fala durante a apresentação, sua colaboração com o grupo evidenciou

uma evolução em sua participação e integração no contexto das atividades, reforçando a ideia de que a aprendizagem ativa também promove um ambiente de apoio mútuo e respeito às limitações individuais.

6.2.2. Aula 2 - Postura corporal adequada, impacto na saúde, respiração, confiança e bem-estar emocional

Nesta aula, realizada em 07/04/2024 e 14/04/2024 os estudantes participaram de uma atividade utilizando a metodologia ativa de rotação por estações. Para Moran (2016), as metodologias ativas têm como objetivo empregar abordagens de ensino inovadoras que permitam aos alunos se envolverem em um aprendizado significativo, tornando-os protagonistas em todo o processo de construção do conhecimento. O autor defende que uma aprendizagem torna-se ativa e significativa quando progredimos em uma espiral, passando de níveis mais simples para níveis mais complexos de conhecimento e habilidades em todas as áreas da vida.

As metodologias ativas ganharam destaque como estratégias essenciais para construir e realizar um currículo que valoriza o protagonismo dos estudantes. Essas abordagens pedagógicas incentivam atividades criativas em sala de aula, nas quais os alunos participam ativamente da construção do conhecimento, sob a mediação do professor (Matos; Mazzafera, 2022).

Segundo Bacich e Moran (2018, p. 17),

[...] a metodologia ativa se caracteriza pela inter-relação entre educação, cultura, sociedade, política e escola, sendo desenvolvida por meio de métodos ativos e criativos, centrados na atividade do estudante com a intenção de propiciar a aprendizagem (Bacich; Moran, 2018, p. 17).

Dentre as metodologias ativas, destaca-se a rotação por estações, na qual, conforme Bacich *et al.* (2015), os estudantes são organizados em grupos para realizarem, simultaneamente, diferentes tarefas planejadas conforme os objetivos definidos pelo professor. Em cada estação, pelo menos uma atividade deve ser *online* e possibilitar o desenvolvimento autônomo dos alunos, sem necessidade de supervisão direta. As atividades não seguem uma sequência rígida e são independentes, ainda que atuem de maneira integrada para maximizar o aprendizado

(Christensen *et al.*, 2013). Ao final, alunos e professor compartilham as descobertas realizadas nas estações e discutem os questionamentos que surgiram ao longo da aula.

Souza e Andrade (2016) destacam que o número de estações está diretamente relacionado ao total de alunos na turma. Em turmas numerosas, recomenda-se aumentar o número de estações para facilitar a formação de grupos menores e incentivar uma interação mais significativa entre os estudantes. O professor organiza a sala com pontos previamente definidos para que a rotação ocorra nesses locais. O tempo em cada estação pode ser estipulado pelo professor ou, alternativamente, pode-se aguardar até que os alunos atinjam os objetivos de cada estação. Na aplicação da aula, optamos por definir o tempo previamente para não comprometer o fluxo da atividade.

O desenvolvimento da aula teve início por meio da Plataforma Plural, na qual foi disponibilizado um *link* para que os estudantes acessassem um arquivo colaborativo no *Google Docs*. O *Google Docs* é uma ferramenta que possibilita escritas colaborativas entre as pessoas, viabilizando a edição de um mesmo texto sem precisar baixá-lo (Moran, 2013).

O documento apresentava o tema da aula a partir de um breve texto introdutório, seguido de quatro quadros coloridos distintos, correspondendo cada um deles a um grupo. Em cada etapa, os alunos escaneavam um código *QR Code* localizado na estação, que os levava a uma pergunta específica. De forma autônoma, dialogavam entre si para construir uma resposta, podendo compartilhar seus conhecimentos prévios ou realizar pesquisas para aprofundar o entendimento do tema e fortalecer os argumentos na elaboração de uma resposta coletiva, registrada no quadro correspondente ao grupo. Após o tempo estipulado, os alunos trocavam de estação e repetiam o processo. Segundo Matos e Mazzafera (2022, p. 6),

[...] as didáticas voltadas para o estudante como protagonista do processo de ensino e aprendizagem, a fim de desenvolver a sua autonomia contribui com a formação de jovens cidadãos ativos e capazes de resolver as situações problemas ao longo de sua vida pessoal e em sociedade, isso porque as metodologias ativas em consonância com as TDIC colaboram com a efetivação das competências e habilidades de modo interdisciplinar que compõe o saber dos estudantes, conforme o que visa a BNCC.

Essa atividade exemplifica a importância da integração de tecnologias no ambiente educacional, como proposto por Belloni (2009), que destaca a relevância de reconhecer o papel fundamental dessas ferramentas e a urgência de se criar mecanismos que facilitem sua incorporação à educação. Essa prática prepara os alunos para serem capazes de trabalhar em grupo, desenvolverem autonomia e exercerem um pensamento crítico, contribuindo para que se tornem cidadãos preparados para lidar com desafios complexos, tanto no ambiente acadêmico quanto em contextos sociais e profissionais.

Na primeira vez em que realizaram a rotação, os estudantes indagaram se poderiam permanecer na mesma estação e apenas trocar os QR codes. Foi necessário esclarecer que isso não configuraria uma troca de estações. A movimentação entre as estações ocorreu sem grandes demoras e os próprios estudantes se auxiliavam, ajudando uns aos outros quando surgia algum problema técnico. Inicialmente, alguns alunos estavam dispersos, conversavam sobre outros assuntos e não contribuíam ativamente com o grupo. Neste momento, percebi a necessidade de intervir. Após esclarecer que cada grupo deveria apresentar suas ideias ao final da atividade, notou-se um receio por parte dos alunos em relação à apresentação, demonstrando preocupação quanto à sua capacidade de explicar as ideias adequadamente e aumentando o engajamento (Diário de Campo da Professora).

Figura 5: Acessando QrCode, preenchendo o *google forms* e trocando de estação



Fonte: elaborado pela autora (2024).

Apresentamos as perguntas dispostas em cada estação:

1. Como a postura corporal adequada pode influenciar positivamente a saúde física em longo prazo?
2. De que maneira a postura corporal afeta a respiração e quais são as consequências disso para o desempenho físico e mental.
3. Como a postura corporal pode influenciar a confiança e a percepção dos outros sobre nós?
4. Quais práticas podem ser adotadas para melhorar a postura corporal no dia a dia e quais são seus efeitos no bem-estar emocional?

As respostas obtidas foram as mais diversas e as apresentações ao final da aula demonstraram que os alunos conseguiram compreender a importância da postura corporal adequada para a saúde física e mental, ao apontar ações de cuidado para

manter ou melhorar a postura. Destaco abaixo respectivamente algumas das respostas descritas pelos grupos para as perguntas anteriores.

Quadro 4: Resposta dos grupos às perguntas das estações

1. Diminuição das dores musculares e das dores nos joelhos, na cintura e na coluna; melhora na saúde dos pulmões e na diminuição de problemas digestivos.
2. Com uma postura curvada há o impedimento de que os órgãos envolvidos na respiração ajam de forma correta ficando alinhados. Dessa forma os órgãos que auxiliam na respiração têm uma certa dificuldade de fazer a respiração de forma correta. A má postura pode ter diversas consequências como dor de cabeça, afeta no rendimento do trabalho, no esforço físico, estresse excessivo.
3. Uma postura correta traz um ar de mais confiança gerado pela forma como a pessoa se posiciona, tendo uma postura mais ereta, com o corpo mais para frente, ombros para trás, cabeça erguida, tudo isso faz com que as pessoas sintam uma confiança a mais. Além disso a postura correta diminui os níveis de cortisol, que é o hormônio que faz com que haja estresse em excesso.
4. É necessário nós corrigirmos, adotando uma postura correta ao caminhar e sentar-se, evitar de carregar peso, ao mexer em aparelhos eletrônicos elevar o equipamento na altura dos olhos dormir preferencialmente de lado com travesseiro entre as pernas.

Fonte: elaborado pela autora (2024).

Embora a aula tenha atingido o objetivo pretendido, observamos que alguns estudantes ainda carecem de autonomia e engajamento. No questionário diagnóstico, os alunos sugeriram que se sentiriam mais motivados se os professores utilizassem tecnologias em sala de aula. No entanto, entendemos que o amadurecimento no uso de recursos tecnológicos para fins pedagógicos requer tempo e prática. É essencial que os alunos compreendam que, embora as interações sejam importantes, elas devem estar vinculadas aos conteúdos abordados na aula.

Durante o recreio, em um momento de conversa com outro professor dessa mesma turma, ele desabafou: “Eu não faço atividades em grupo com essa turma. Tentei fazer hoje, mas eles só conversaram e a sala ficou um tumulto, eles levam tudo na brincadeira, não dá para fazer, eu desisto”. Essa declaração me levou a refletir e concluir que, para que o amadurecimento dos estudantes ocorra, é essencial

submetê-los a situações desafiadoras que promovam seu crescimento, não podemos desistir diante dos obstáculos. Moran (2015 p. 5) afirma que,

[...] as metodologias precisam acompanhar os objetivos pretendidos. Se queremos que os estudantes sejam proativos, precisamos adotar metodologias em que os estudantes se envolvam em atividades cada vez mais complexas, em que tenham que tomar decisões e avaliar os resultados, com apoio de materiais relevantes.

Corroboramos Behrens (2013) ao afirmar que o aprendizado está intrinsicamente ligado às ações dos estudantes, que devem ser incentivados a produzir seu próprio conhecimento por meio de práticas ativas. O processo educativo é enriquecido quando os alunos têm a oportunidade de refletir, pesquisar, dialogar e debater, o que não só amplia seu entendimento, mas também transforma seu comportamento em relação ao conhecimento. A prática constante permite o aprimoramento de diversas habilidades, conforme argumenta Behrens (2013), incluindo as capacidades de trabalho em grupo, diálogo, expressão de opiniões e pensamento crítico em relação às informações recebidas. Ou seja, se queremos que os estudantes saibam trabalhar em grupo devemos submetê-los a situações nas quais eles desenvolvam essa habilidade.

6.2.3. Aula 3 - Conhecendo a Ginástica de conscientização corporal e ginástica de condicionamento físico

A terceira aula, realizada em 21/05/2024, adotou uma ferramenta *online* gratuita chamada Padlet que possibilita a criação colaborativa de murais com imagens, vídeos, fotos e textos. Compartilhei com os estudantes um mural que simulava uma rede social, com algumas imagens, nas quais eles podiam curtir e comentar. Para identificar os exercícios que já haviam praticado, os alunos utilizaram um sistema simples: davam um "*like*" para os exercícios que já tinham feito e um "*dislike*" para os exercícios que ainda não tinham realizado. Ao total foram muitos comentários em todas as imagens.

As imagens apresentavam práticas de Ginástica de Conscientização Corporal (GCC) e de Ginástica de Condicionamento Físico (GCF) e o objetivo era que os estudantes conseguissem compreender as características distintas de cada uma

delas discutindo os benefícios que proporcionam para a qualidade de vida, saúde, bem-estar e autocuidado.

Figura 6: Estudantes respondendo ao *padlet* da aula



Fonte: elaborado pela autora (2024).

De acordo com a BNCC,

As ginásticas de conscientização corporal reúnem práticas que empregam movimentos suaves e lentos, tal como a recorrência a posturas ou à conscientização de exercícios respiratórios, voltados para a obtenção de uma melhor percepção sobre o próprio corpo. Algumas dessas práticas que constituem esse grupo têm origem em práticas corporais milenares da cultura oriental (Brasil, 2018, p. 218)

Enquanto as ginásticas de condicionamento físico,

[...] se caracterizam pela exercitação corporal orientada à melhoria do rendimento, à aquisição e à manutenção da condição física individual ou à modificação da composição corporal. Geralmente, são organizadas em sessões planejadas de movimentos repetidos, com frequência e intensidade definidas. Podem ser orientadas de acordo com uma população específica,

como a ginástica para gestantes, ou atreladas a situações ambientais determinadas, como a ginástica laboral (Brasil, 2018, p. 217)

Dentre as práticas menos realizadas por eles, destacamos *pilates*, musculação, *crossfit*, *zumba*, *tai chi chuan*, meditação e hidroginástica. A baixa adesão a essas atividades pode ser atribuída a diferentes fatores. Algumas dessas modalidades, como o *pilates*, musculação, *crossfit* e a hidroginástica, podem ser menos populares devido ao custo associado ou à disponibilidade de locais apropriados para a sua prática. Modalidades como *tai chi chuan* e meditação, podem ser menos procuradas por falta de conhecimento sobre seus benefícios para corpo e para mente (Silva, 2018), enquanto a *zumba* pode não atrair pessoas que não tenham afinidade com dança. Outro aspecto a ser considerado é o cultural. Em algumas sociedades, a prática de certos exercícios físicos pode estar mais associada a determinados grupos, como faixa etária, gênero ou status socioeconômico, o que pode influenciar a adesão ou exclusão dessas práticas.

Com base no diálogo sobre as GCC e GCF, suas diferenças e semelhanças e contribuição com a saúde, oportunizamos aos estudantes uma vivência de meditação guiada. Optamos por utilizar nessa vivência como recursos educacional digital um vídeo disponível na plataforma do *YouTube* pelo link <https://www.youtube.com/watch?v=fmBRuuQ0Gs8&t=203s>. Moran (2013) destaca o significativo potencial institucional e didático dos vídeos na educação. O autor argumenta que a utilização de vídeos pode motivar os estudantes ao introduzir novos temas e despertar a curiosidade, incentivando-os a se aprofundar no conteúdo abordado. Para ele, o vídeo facilita a ilustração, a narração, a demonstração e a aproximação de temas complexos.

Em relação a origem e significado da meditação, Vasconcellos *et al.* (2024, p. 5701) apontam,

A meditação, de origem milenar e de tradição oriental, é conhecida por vários benefícios. Etimologicamente, a palavra meditação deriva do latim “meditare”, que significa estar em seu centro, desligando-se do exterior e imergindo a sua atenção em si mesmo.

Isto posto, corroboramos Rato (2011, p. 22), quando este afirma que “a palavra meditação vem do latim, “meditare”, que significa voltar-se para o centro, no sentido de desligar-se do mundo exterior e voltar a atenção para dentro de si” e, dessa forma,

segundo Menezes e Dell'Aglio (2009), a prática meditativa contribui positivamente em diversos aspectos da vida do praticante, refletindo-se em melhorias em cinco áreas principais: cognitiva, emocional, física, social e espiritual, além de outras dimensões que podem ser impactadas. Essa prática tem efeitos benéficos abrangentes que promovem tanto o bem-estar individual quanto uma integração harmoniosa entre mente e corpo.

Rato (2011) descreve a introdução da meditação laica no ambiente escolar como uma resposta direta ao descontrole emocional e à apatia dos alunos. Com base nas experiências conduzidas pela professora no Brasil, ela apresenta os resultados significativos que alcançou com os estudantes, dentre eles relaxamento, concentração e autoconhecimento dos adolescentes.

Figura 7: Vídeo de Meditação Guiada



Fonte: Yoga Mudra Raissa Zoccal (2023)

A escolha deste vídeo foi fundamentada em alguns critérios estratégicos. Primeiramente, sua breve duração mostrou-se ideal para tentar manter a atenção e o engajamento dos alunos (Betti, 2001), visto que muitos estavam experimentando a meditação guiada pela primeira vez. Além disso, o vídeo estava disponível gratuitamente no *YouTube*, o que permitia que os estudantes revisitassem o conteúdo ou explorassem outros vídeos do mesmo canal. O formato curto do vídeo também se

alinhou com a familiaridade dos alunos com as redes sociais, em que vídeos concisos são comuns e eficazes para captar a atenção.

Figura 8: Estudantes praticando meditação guiada



Fonte: elaborado pela autora (2024)

Foi necessário reorganizar a sala, removendo mesas e carteiras, tarefa prontamente realizada pelos próprios estudantes. Enquanto isso, quatro alunos foram buscar colchonetes e tatames na sala de materiais de educação física. Todos os alunos participaram da meditação. Deixei que escolhessem a posição mais confortável, com alguns preferindo sentar e outros deitar. Antes de iniciar, perguntei a eles se, ao irmos à academia pela primeira vez, já saímos de lá com o corpo transformado. Eles responderam que não, que isso leva muitos anos e que o corpo precisa de tempo para se adaptar. Expliquei, então, que atingir um nível maior de concentração e controle da respiração também requer tempo e prática. Utilizei esse exemplo para ilustrar que o desenvolvimento da concentração e do controle da respiração não ocorre instantaneamente, mas sim gradualmente, a fim de incentivar a persistência dos estudantes. Ressaltei que aquela vivência poderia ser praticada por eles em casa e sugeri que, através do YouTube e Instagram, eles poderiam encontrar muitas outras possibilidades de prática (Diário de Campo da Professora).

Após a prática os alunos disseram:

Estudante L: professora foi muito bom

Estudante M: professora eu senti foi é sono

Estudante G: me deu preguiça

Estudante L: eu gostei professora

Estudante Y: é muito bom fazer isso

Estudante L: eu quase dormi

Durante a meditação, observamos que duas alunas, inicialmente, encontraram dificuldades para manter a concentração, interagindo entre si com sorrisos. Essa interação não interferiu na aula, pois os demais colegas estavam com os olhos fechados e não perceberam. Essa reação era esperada, e foi por isso que conduzimos a reflexão mencionada anteriormente, antes de iniciar a meditação, com o objetivo de preparar os alunos para esse tipo de situação e ajudá-los a se envolver mais profundamente na prática.

A elaboração do *Padlet* foi integrada ao planejamento da aula sem dificuldades, pois a ferramenta é de fácil uso e não exige muito tempo para preparar. O acesso para os estudantes também foi simples, já que eles precisavam apenas clicar em um *link* e, por serem familiarizados com redes sociais, adaptaram-se rapidamente (Dambros; Peron, 2022). A atividade foi organizada com interações como curtidas, descurtidas e comentários, o que ajudou a tornar a aula mais próxima da realidade deles e facilitou o engajamento.

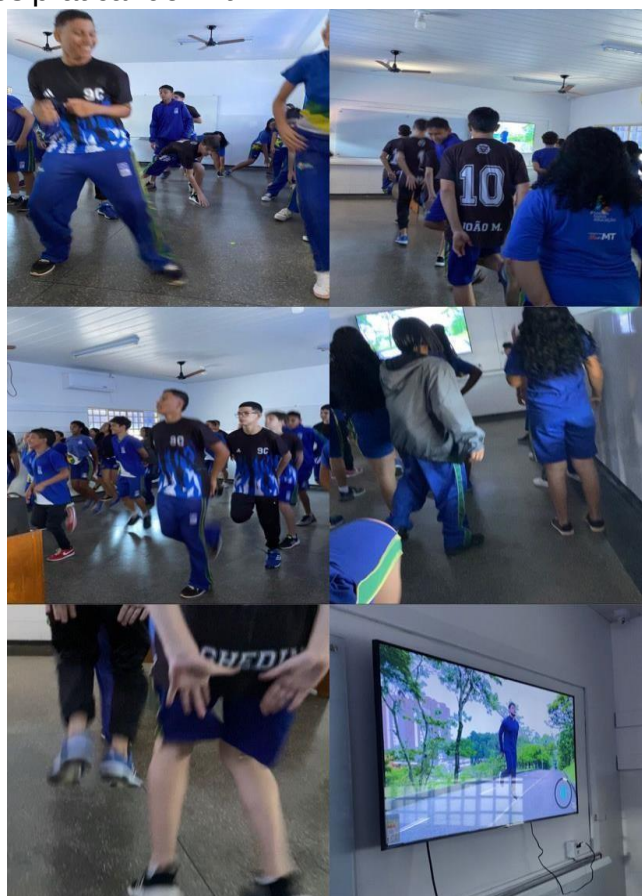
6.2.4. Aula 4 - Conhecendo o programa de exercício *High Intensity Interval Training* (HIIT)

Começamos a aula do dia 28/05/2024 e concluímos dia 04/06/2024. Apresentamos o tema aos estudantes para identificar os conhecimentos prévios que eles possuíam. Em seguida, contextualizamos o conceito de HIIT, explicando seus protocolos de treinamento e apresentando estudos que indicavam os benefícios desse método de treinamento, locais em que essa prática poderia ser realizada pelos

estudantes e recursos digitais gratuitos que poderiam recorrer para praticar fora do ambiente escolar.

Após esses momentos, os alunos foram convidados a praticar o HIIT, utilizamos como recurso educacional um vídeo disponível na plataforma *YouTube* <https://www.youtube.com/watch?v=XaqXA5kPEIo&t=420s>. Antes de iniciar a vivência foi necessário falar sobre a necessidade de respeitar os limites do nosso corpo, a fim de que esse primeiro contato com o HIIT fosse prazeroso e seguro a todos.

Figura 9: Estudantes praticando Hiit



Fonte: Elaborado pela autora (2024)

Apaguei a luz da sala para eles se sentirem mais confortáveis no espaço. Os meninos estavam muito animados para começar, visivelmente mais eufóricos que as meninas e rapidamente tiraram as carteiras da sala para usarem livremente o espaço. Pedi que formassem filas por uma questão de organização e eles assumiram as primeiras posições, para eles era como se estivessem em uma disputa para saber quem tinha o melhor condicionamento físico, não queriam parar de fazer os exercícios, mesmo cansados. Em certo momento, um deles, para não admitir cansaço, se abaixou e levou um tempo considerável para amarrar os cadarços do tênis, reclamando que estavam

desconfortáveis. Percebendo o cansaço de muitos, parei o vídeo antes de concluir, e os meninos diziam, 'deixa professora a gente consegue, deixa nem cansei'. Enquanto isso, as meninas apresentavam estar bem cansadas. Um dos meninos começou a atividade, mas parou logo no início, sentando-se no fundo da sala. Duas estudantes tímidas permaneceram no fundo da sala e apenas observaram, entrando nas filas, mas sem participar ativamente. Conhecendo o perfil delas e para não as deixar desconfortáveis, não as pressionei. Apesar de não terem praticado, tiveram a possibilidade de fruir a prática (Diário de Campo da Professora).

Por fruição, a BNCC (2018, p. 220) pontua:

Fruição: implica a apreciação estética das experiências sensíveis geradas pelas vivências corporais, bem como das diferentes práticas corporais oriundas das mais diversas épocas, lugares e grupos. Essa dimensão está vinculada com a apropriação de um conjunto de conhecimentos que permita ao estudante desfrutar.

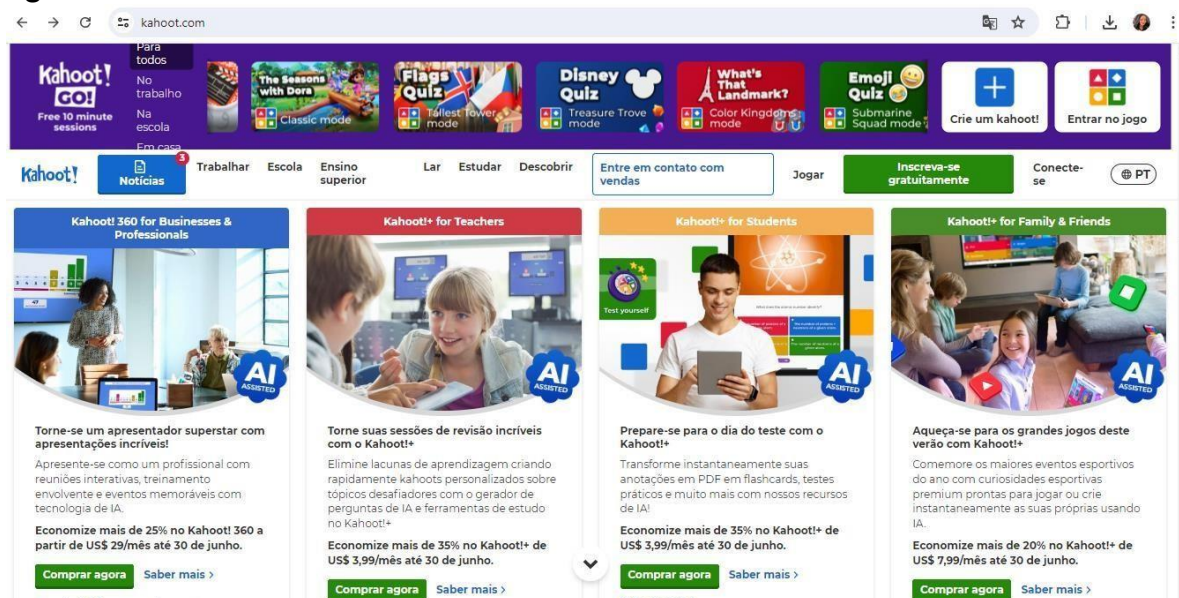
Mesmo que a dimensão da experimentação não tenha sido atingida por todos, conseguimos possibilitar que a fruição fosse. A observação das atividades permitiu que essas estudantes tímidas apreciassem a dinâmica da aula e assimilassem os conceitos abordados. Ao valorizar a fruição, reconhecemos a importância de diferentes formas de aprendizado e permitimos que cada estudante encontre seu próprio caminho para o conhecimento e a apreciação das práticas corporais. Posteriormente, para finalizarmos a aula, aplicamos um jogo utilizando o *kahoot*, uma plataforma de aprendizado baseada em jogos para verificar os conhecimentos que os estudantes adquiriam na aula, uma possibilidade de gamificação.

O termo gamificação, como afirma Camargo e Daros (2021, p. 49) "é utilizado para representar um conjunto de atividades organizado com base na mecânica de jogos, com o intuito de engajar pessoas para resolverem problemas e melhorarem a aprendizagem".

Para a criação do jogo educativo no *Kahoot*, basta acessar o site <https://kahoot.com/> e cadastrar-se gratuitamente. A plataforma apresenta suas informações em inglês, mas é possível traduzir a página para o português. Ao se "inscrever", deve-se escolher o tipo de conta: profissional, professor, aluno ou família e amigos. Se escolher a opção de professor, deve selecionar o local de trabalho e fazer o *login* usando uma conta do *Google*, da *Microsoft*, *Apple* ou seu e-mail. Em seguida deve preencher os campos obrigatórios. Para os estudantes acessarem basta

entrar no mesmo link, clicar no ícone jogar e inserir o código *Pin* fornecido pelo professor. É possível criar de forma gratuita perguntas de múltipla escolha e verdadeiro ou falso. Além do espaço para a pergunta e as opções de respostas, a interface permite inserir fotos, vídeos, áudios e *GIFs* para ilustrar a pergunta. É possível também configurar o tempo para a resposta de cada pergunta entre 20 e 240 segundos. O processo de criação de jogos é fácil, rápido e intuitivo. Além de não demandar mais tempo do que o professor usaria para realizar a elaboração de qualquer atividade pedagógicas.

Figura 10: Tela inicial do Kahoot



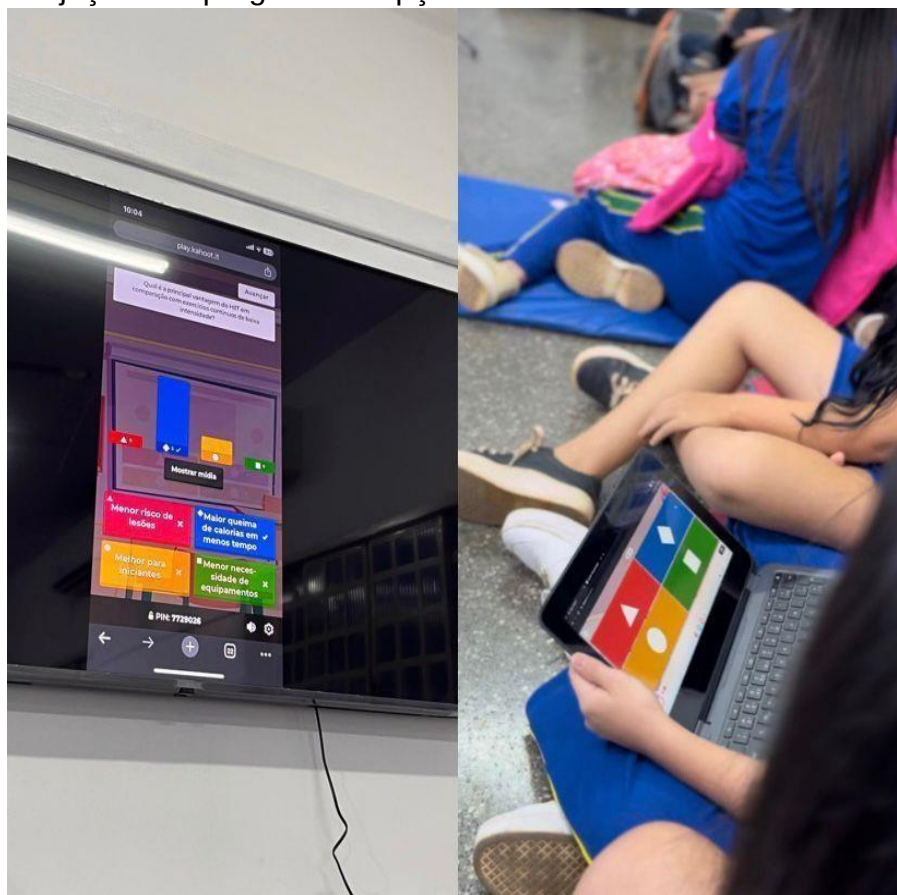
Fonte: Plataforma Kahoot.

Prosseguindo a aula, os estudantes formaram grupos para participar da atividade e, com entusiasmo, cada grupo recebeu um *Chromebook* para entrar no jogo. Eles tiveram a oportunidade de escolher um nome para suas equipes, que aparecia na tela, gerando grande empolgação entre os alunos. As perguntas e alternativas de cada etapa foram exibidas em um televisor. Os alunos liam as questões e discutiam entre si para determinar a resposta correta. No *Chromebook*, eles então marcavam a cor que correspondia à resposta escolhida. A disputa foi eletrizante, pois a cada rodada era apresentado um pódio com os nomes das três equipes melhor colocadas. Quando acertavam, os grupos ganhavam pontos e, quanto mais rápido respondessem, maior era a pontuação recebida. Essa dinâmica manteve todos

altamente focados e motivados, com o objetivo de alcançar a melhor colocação possível. A cada rodada muitas comemorações e muitas risadas.

Bacich e Moran (2018) afirmam que a utilização de jogos no aprendizado é capaz de promover uma interação dinâmica entre os estudantes, o que pode ser observado nos relatos anteriores.

Figura 11: Projeção das perguntas e opção das alternativas no *Kahoot*



Fonte: elaborado pela autora (2024)

Permiti que os alunos jogassem todo o jogo sem interferir com explicações. Eles próprios identificavam quais respostas acertavam ou erravam, pois, a resposta correta era exibida na tela a cada rodada. Após a conclusão da primeira rodada, sugeri que jogassem novamente, nesse momento, o foco deles passou a ser lembrar as respostas corretas para tentar acertar todas. Na segunda vez jogando, a cada questão exibida, exploramos juntos as alternativas após eles responderem, a fim de identificar por que determinada alternativa era a correta. Mesmo após terminarem de jogar pela segunda vez, eles demonstraram interesse em jogar novamente, motivados a subir no pódio ou manter sua colocação. Essa abordagem revelou-se extremamente positiva. Quando os alunos realizam atividades no caderno e precisam corrigir erros, frequentemente perdem o interesse em concluir a tarefa. No entanto,

com o uso do jogo, observei um envolvimento e interesse contínuo, mesmo diante de correções, mostrou-se uma ferramenta eficaz para manter a motivação e o engajamento dos estudantes (Diário de Classe da Professora).

Figura 12: Jogando no Kahoot



Fonte: elaborado pela autora (2024)

Bacich e Moran (2018, p. 21) destacam que “para gerações acostumadas a jogar, a linguagem de desafios, recompensas, de competição e cooperação é atraente e fácil de perceber”. Isso ficou evidente nas manifestações dos alunos e nos pedidos para jogar mais vezes. Foi evidente ainda, que a integração de elementos de gamificação no ambiente educacional não apenas captou a atenção dos alunos, mas também transformou o aprendizado em uma experiência dinâmica e envolvente. Ao incorporar desafios e conquistas, criamos um espaço onde a cooperação e a competição saudável motivaram os alunos a se dedicarem mais a atividades propostas. Esse método não só reforça o conteúdo acadêmico de maneira divertida,

mas também desenvolve habilidades importantes, como trabalho em equipe, a atenção e concentração.

6.2.5. Aula 5 - Autocuidado, cultivando o bem-estar e a saúde integral

Iniciamos a aula no dia 11/06/2024 e concluímos dia 18/06/2024. Começamos com um momento de diálogo, para que os estudantes pudessem dizer o que eles entendiam por autocuidado, orientando que se autoavaliassem e refletissem como eles têm praticado esse autocuidado na vida diária. O diálogo foi bem breve e a participação dos alunos foi bem singela, o que reforçou a necessidade de abordarmos esse tema, por ser tão pertinente e poucos explorado.

Respostas dos estudantes a pergunta, O que é autocuidado?

Estudante M: Autocuidado é cuidar de mim mesma

Estudante P: Autocuidado é cuidar da saúde e da alimentação

Estudante V: Autocuidado é fazer exercícios

No contexto atual, em que a escola assume um papel essencial, não apenas na educação formal, mas também na promoção da saúde e no apoio aos indivíduos em situação de vulnerabilidade social, a Educação Física se destaca como protagonista ao ensinar práticas de autocuidado, como destacam Oliveira e Fischer (2023).

No dicionário *online* de português a palavra autoconhecimento é definida como: “Conhecimento de si próprio, das suas características, qualidades, imperfeições, sentimentos etc; que caracterizam o indivíduo por si próprio”. Segundo a OMS (2021), o autocuidado envolve a habilidade de indivíduos, famílias e comunidades em promover e manter a saúde, prevenir doenças e lidar com enfermidades e deficiências, seja com ou sem a assistência de um profissional de saúde.

Nesse sentido, a BNCC enfatiza o autocuidado na oitava competência geral para a educação básica, que propõe "conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas

emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas" (Brasil, 2018, p. 10).

A fim de se autoavaliarem, os estudantes puderam preencher a Roda da Vida (RV) virtualmente, atribuindo um valor de 1 a 10 para seu nível de satisfação em cada área do teste. A RV é uma ferramenta que auxilia a identificar as áreas do autoconhecimento. Surgiu nos anos 1960, e sua criação foi atribuída a Paul J. Meyer, autor e palestrante da área motivacional e fundador do *Success Motivation Institute* (Santos *et al.*, 2020).

Uma das áreas apontadas, denominada "relação amorosa", não era relevante para maioria dos estudantes, visto que muitos ainda não possuem esse tipo de relação. Desta forma, eles foram orientados a pular essa área e seguir para a próxima. Explicamos que, mesmo que o resultado final mostrasse um índice menor devido à ausência dessa área, eles poderiam refletir sobre as suas relações familiares e sociais.

Figura 13: Estudantes preenchendo a roda da vida



Fonte: elaborado pela autora (2024)

Os estudantes ficaram bem concentrados preenchendo o instrumento e realizaram muitas trocas, não foi uma aula agitada como algumas geralmente são nessa turma.

Algo que chamou a atenção foi o fato deles não conhecerem algumas palavras, cerca de 95% dos estudantes não sabiam o se significava cordialidade, além de outras expressões como apoio mútuos, coerência de valores, hobbie e check-up. Expressões que foram explicadas a todos para melhor compreensão (Diário de Campo da Professora).

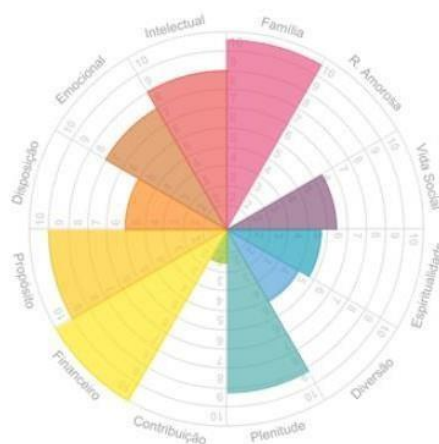
Na RV, foi necessário adaptar as informações no item realização e propósito, visto que considerava o trabalho e, neste caso, orientamos os alunos para considerar os estudos. Gracia (2013) defende que a RV consiste em um círculo fatiado com doze categorias, que podem ser alteradas dependendo do foco da atividade.

Após preencherem a RV, foi reservado um momento de reflexão para que todos analisassem os resultados obtidos em cada área e pensassem em estratégias para melhorar ou manter positivamente seus índices.

Uma situação específica ilustra a profundidade desse exercício: “uma aluna me chamou para mostrar o resultado da sua RV e pediu permissão para tirar uma foto com seu celular, pois queria mostrar para a mãe quando chegasse em casa” (Diário de Campo da Professora). Esse desejo de compartilhar o resultado com a mãe indicou que o exercício de reflexão foi significativo para a estudante, a ponto de ela querer externalizar e discutir suas descobertas fora do ambiente escolar.

Figura 14: Simulação de resultado da roda da vida

Resultado por Área



Fonte: <https://www.mrcoach.com.br/teste-roda-da-vida.php>.

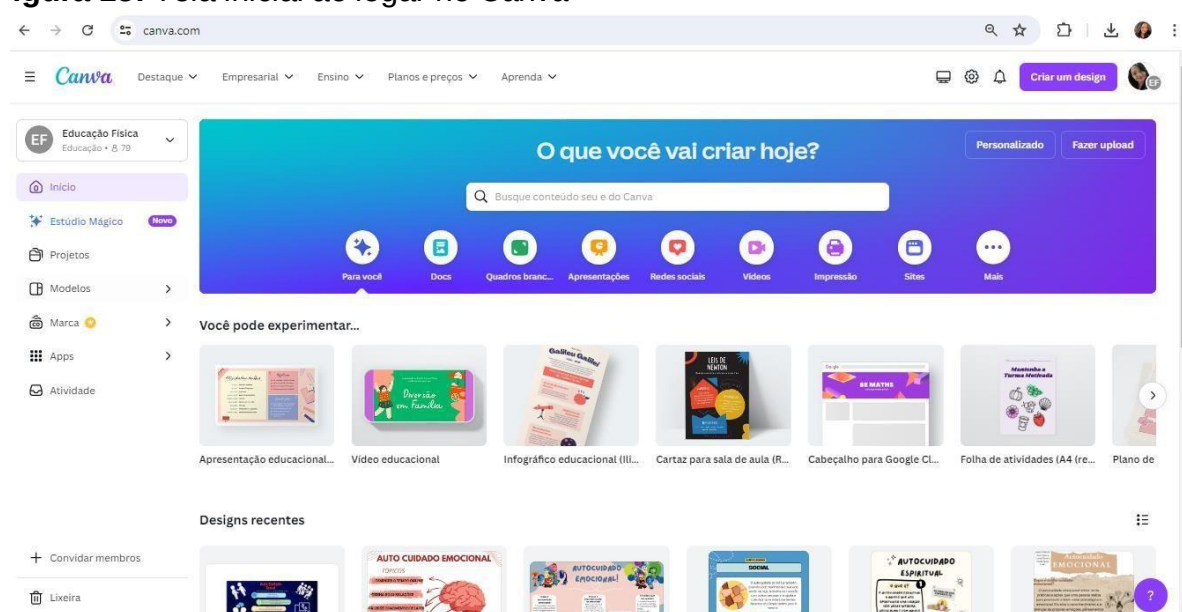
A tarefa de analisar os resultados e determinar ações de melhoria revelou-se desafiadora para muitos, que apresentaram dificuldades em identificar os passos necessários para melhorar seus indicadores negativos. Alguns estudantes me perguntaram diretamente: “Professora, o que eu preciso fazer para melhorar?”. Em resposta, evitei fornecer soluções prontas e enfatizei a importância do autoconhecimento. Expliquei que somente eles possuem o conhecimento profundo de suas próprias características internas e externas e que, por isso, cabia a cada um fazer essa reflexão pessoal, para alcançar uma compreensão mais profunda e identificar áreas de melhoria (Diário de Campo da Professora).

Segundo Moran (2013, p. 19), “a educação precisa incorporar mais as dinâmicas participativas, como as de autoconhecimento (trazer assuntos próximos à vida dos estudantes), as de colaboração (trabalhos de grupo, de criação grupal) e as de comunicação (como o teatro ou a produção de vídeo)”.

A partir desse princípio, a aula seguinte consistiu em formar grupos para elaboração e apresentação de um infográfico criado no *canva* contendo informações e dicas sobre autocuidado. Para Moran (2015), quando devidamente orientadas, as atividades em grupo favorecem a aprendizagem cooperativa, a troca de conhecimentos, a interação social e a assimilação do saber.

Cada grupo ficou responsável por um tipo de autocuidado dentre eles emocional, físico, intelectual, social e espiritual. Lançada em 2013, o *canva* é uma plataforma de design gráfico *online* que permite aos seus usuários criar diversos materiais visuais de forma intuitiva e acessível. Oferece uma ampla gama de modelos personalizáveis para diferentes finalidades, como apresentações, cartazes, publicações para redes sociais, infográficos, entre outros.

Figura 15: Tela inicial ao logar no *Canva*



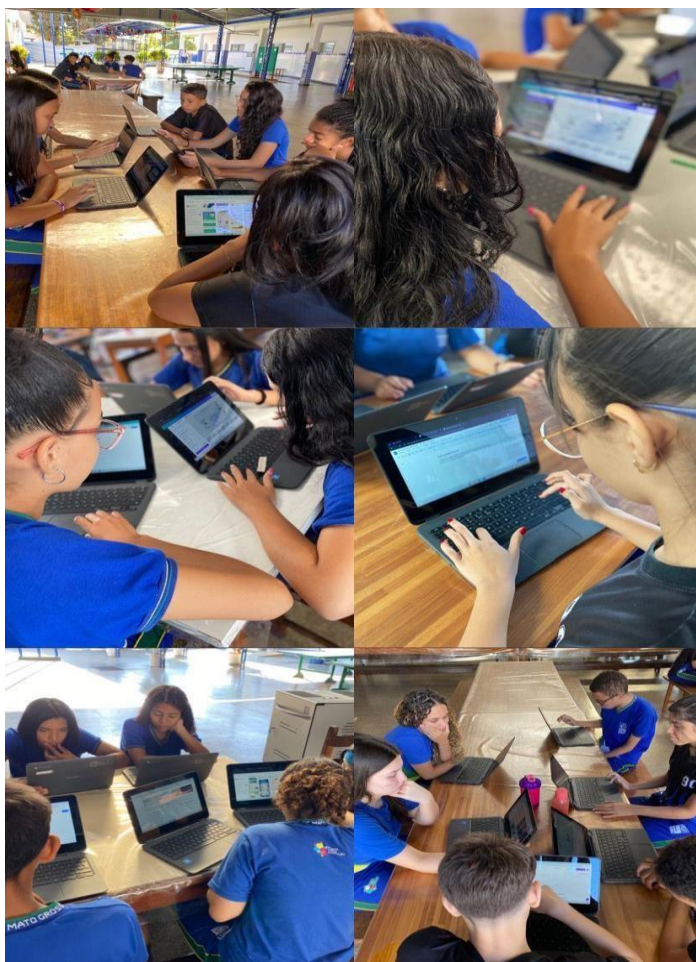
Fonte: Plataforma *Canva*.

Fiquei muito surpresa com a autonomia demonstrada pelos grupos. Eles se lembraram que, na primeira aula do bimestre, tínhamos usado o *Google Docs* e, de forma independente, criaram e compartilharam um documento entre eles para trocarem informações. O que mais me chamou a atenção foi o fato de terem descoberto dois recursos no *Canva* que eu desconhecia. O primeiro foi a funcionalidade de compartilhamento, permitindo que, através do endereço de e-mail, todos tivessem acesso simultâneo ao documento. O segundo recurso foi o uso de inteligência artificial para criar imagens (Diário de Campo da Professora).

Aluno P: Professora sabia que dá para criar imagens com inteligência artificial? Vou fazer uma aqui para você vê.

Aluna R: Estamos compartilhando a tela professora, tem como fazer isso, é só colocar o e-mail aqui em compartilhar e vai aparecer uma notificação para quem você enviou. É bem fácil.

Figura 16: Grupos reunidos realizando atividade no *canva*



Fonte: elaborado pela autora (2024).

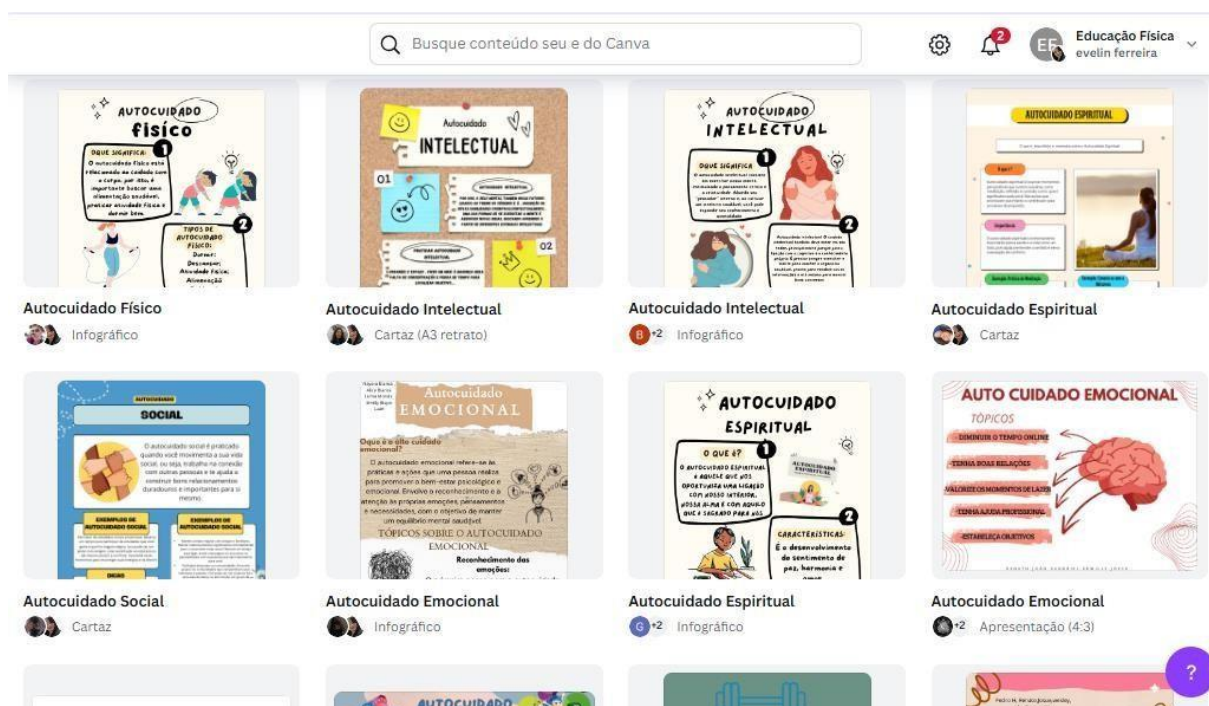
Essa experiência demonstrou o desenvolvimento da competência digital dos alunos, bem como suas habilidades de colaboração e construção autônoma de conhecimento. A atividade de RD, realizada previamente, despertou nos estudantes questionamentos sobre diferentes esferas de suas vidas, o que, em conjunto com as discussões subsequentes, incentivou-os a buscar soluções para desafios relacionados à saúde emocional, física, intelectual, social e espiritual. A criação autoral de infográficos no *canva* também permitiu que desenvolvessem competências previstas na BNCC, tais como:

Compreender e utilizar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa reflexiva, e ética nas diversas práticas sociais (incluindo as escolares), para se comunicar por meio das diferentes linguagens e mídias, produzir conhecimentos, resolver problemas e desenvolver projetos autorais e coletivos (BNCC, 2018 p. 65).

A iniciativa de utilizar o *Google Docs* de forma autônoma para facilitar a comunicação e o trabalho em equipe demonstra um avanço significativo na habilidade de gerenciamento de ferramentas digitais. Além disso, a descoberta de novos recursos no *Canva* mostra a proatividade e a curiosidade dos estudantes em explorar e utilizar novas tecnologias para melhorar a qualidade de seus trabalhos. Nesse sentido, Moram (2020) destaca que o aprendizado ocorre na interação com o outro, sendo a atividade em grupo especialmente enriquecedora. O autor também ressalta que o aprendizado é impulsionado pela utilidade, motivação e interesse despertados nas atividades.

Na aula da semana seguinte, os grupos se apresentaram, mas antes das apresentações, se reuniram para repassar suas falas uns com os outros, evidenciando um nível de colaboração e compromisso com o trabalho. Essa prática de revisar em grupo não só reforçou o conteúdo a ser apresentado, mas também contribuiu para a construção de uma confiança mútua e melhoria das habilidades de comunicação.

Figura 17: infográficos elaborados pelos estudantes para apresentação



Fonte: elaborado pela autora (2024).

6.2.6. Aula 6: Beleza idealizada: explorando os padrões estéticos, transtornos alimentares e o uso de anabolizantes

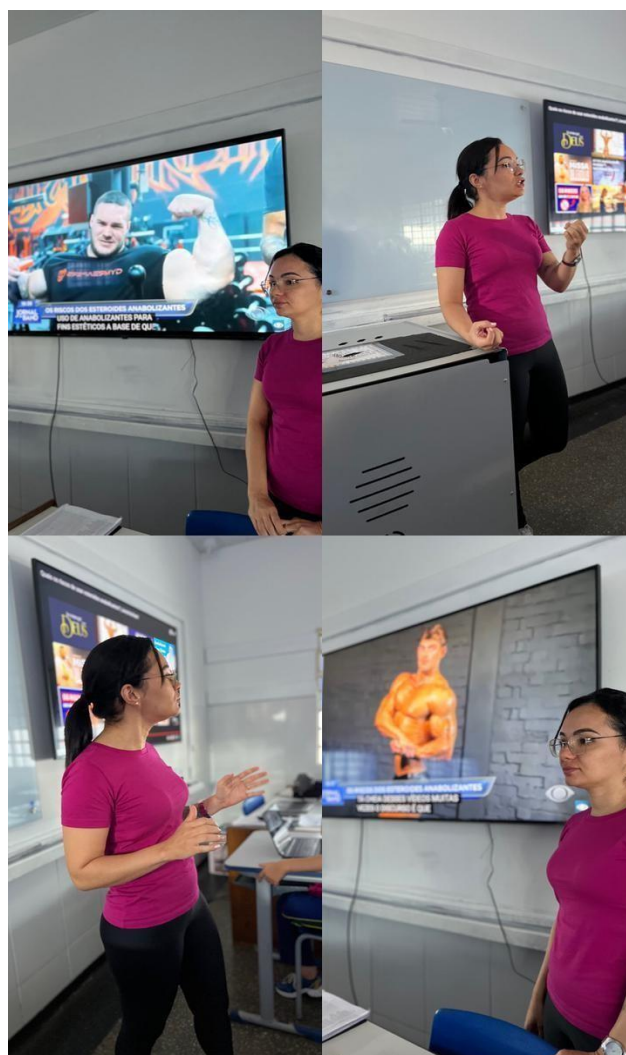
A aula, realizada em 27/06/2024, teve como objetivo conscientizar os estudantes e promover reflexões sobre transtornos alimentares, padrões de beleza e o uso de anabolizantes, além de orientá-los a explorar criticamente o papel das mídias na formação da percepção de beleza e do corpo. Para iniciar o debate, apresentamos aos estudantes vídeos curtos sobre esses temas.

Nota-se atualmente, uma crescente valorização da aparência física, marcada pela pressão de cumprir ideais estéticos propagados pela sociedade e amplamente reforçados pela mídia. A busca incessante por um "corpo ideal", amplamente divulgado nas redes sociais e nos meios de comunicação, pode gerar inseguranças e promover uma relação disfuncional com o próprio corpo. Como consequência, observa-se um aumento significativo de transtornos alimentares e problemas de imagem corporal entre os jovens, que buscam se adequar a expectativas irreais, muitas vezes às custas da saúde física e mental (Quaresma, 2023)

Como afirmam Oliveira *et al.* (2024, p. 4-5), "a busca pela beleza idealizada

não é apenas um desejo pessoal, mas muitas vezes é moldada por pressões sociais e culturais que exaltam determinados tipos de aparência como símbolos de sucesso e felicidade".

Figura 18: Exibição de vídeos e explicação do assunto da aula.



Fonte: elaborado pela autora (2024).

A escolha pelos vídeos deve-se ao fato de abordarem temas atuais e relevantes para os estudantes, além de serem curtos e propiciarem discussões, debates e reflexões. Essa abordagem permite que os alunos relacionem o conteúdo do vídeo com suas próprias experiências, conforme recomendado por Betti (2001).

Após a exibição dos vídeos, conduzimos uma conversa com os estudantes para explorar questões relacionadas aos transtornos alimentares que afetam a população, aos padrões estéticos contemporâneos e à intensa busca por esses ideais,

destacando o papel das redes sociais na amplificação dessa pressão. Muitos estudantes relataram sentir essa influência social em seu cotidiano. Para Quaresma (2023, p. 15) “Os adolescentes são o público mais atingidos pelos padrões impostos pela mídia”.

Conforme apontado por Damasceno *et al.* (2006), a exposição contínua a corpos idealizados pela mídia contribui para o aumento da insatisfação com a própria imagem. Esse fenômeno tem levado as pessoas, especialmente nas últimas décadas, a uma busca incessante por alcançar um padrão físico ideal.

Durante a discussão, alertei-os sobre a presença de *sites*, redes sociais e *blogs* que divulgam dicas de exercícios e dietas, muitas vezes com informações sensacionalistas e sem embasamento científico adequado, faltando a devida avaliação de especialistas. Também esclareci a distinção entre suplementos alimentares e anabolizantes, destacando os riscos e diferenças entre essas substâncias.

Essa aula foi fundamentada nas contribuições da mídia-educação propostas por Fantin (2011) e por Bévort e Belloni (2009), que visam integrar de maneira crítica e criativa a educação aos meios de comunicação. Esse enfoque incentiva uma leitura crítica sobre as mídias, para as mídias e através das mídias, promovendo a formação de estudantes conscientes e capazes de interpretar e utilizar esses recursos de forma reflexiva.

Segundo Fantin (2011), a mídia-educação integra três dimensões essenciais: a utilização pedagógica das mídias, que tem um enfoque metodológico; o ensino crítico direcionado ao entendimento e análise das mídias; e a dimensão expressiva, que explora a criação e produção de conteúdo por meio das mídias.

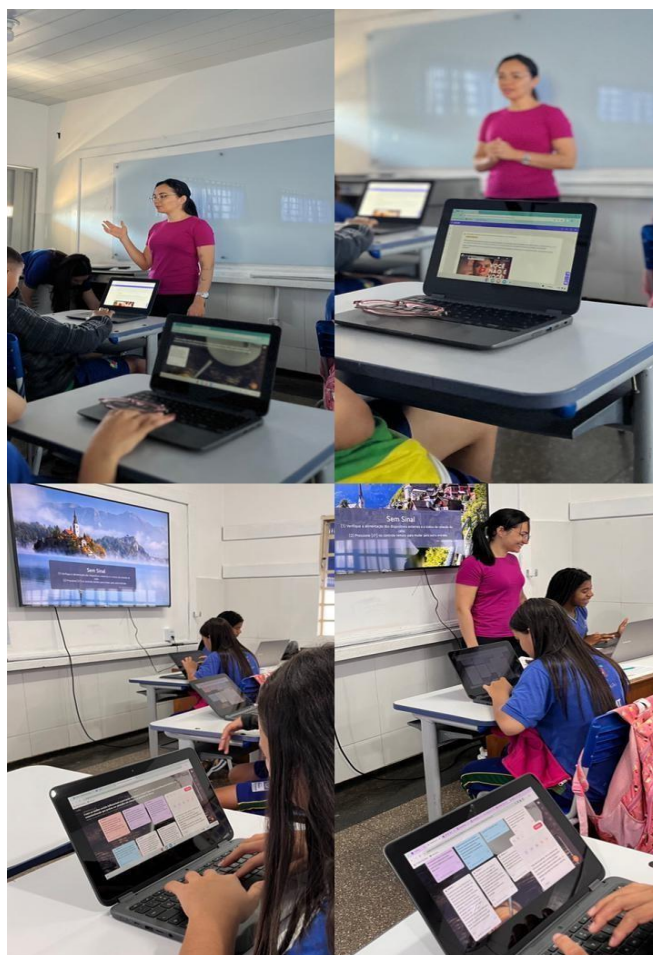
Como mencionado anteriormente, utilizamos vídeos disponíveis no *YouTube* para integrar a mídia ao processo pedagógico, essa dimensão é denominada por Fantin (2011) como dimensão metodológica da mídia-educação.

No segundo momento da aula, promovemos discussões com os estudantes para problematizar os vídeos exibidos, incentivando uma análise crítica dos temas abordados e da relação das mídias com a busca por um padrão de beleza idealizado. Esse enfoque corresponde ao que Fantin (2011) descreve como dimensão crítica. Conforme Pasquali, Fantin e Lazzarotti Filho (2023), as mídias não são neutras; elas

carregam intencionalidades que influenciam as percepções e comportamentos dos indivíduos.

No momento seguinte da aula orientei os estudantes a refletirem sobre a seguinte pergunta: Como as mídias influenciam a percepção de beleza e corpo? Quais são as medidas preventivas e de conscientização que podem ser adotadas em relação aos padrões de beleza. Após chegarem as suas conclusões eles relataram suas repostas em um mural interativo do *Padlet*.

Figura 19: Estudantes respondendo ao padlet



Fonte: elaborado pela autora (2024).

Figura 20: Comentários compartilhado pelos estudantes no *padlet* como resposta à pergunta: Como as mídias influenciam a percepção de beleza e corpo? Quais são as medidas preventivas e de conscientização que podem ser adotadas em relação aos padrões de beleza

Anônimo 4M

As redes sociais mostram corpos perfeitos, modificados cirurgicamente, impactando negativamente a autoestima de muitas mulheres que se sentem insatisfeitas com o próprio corpo se baseando em algo que não é verdadeiro, pois tem muita insegurança com seu próprio corpo por causa das fala das pessoas se sente insegura para posta fotos do seu corpo. As mulheres podem muito bem investir em melhorar a aparência, adotar técnicas de tratamento facial, depilação a laser, máscaras hidratantes e outras maneiras de se manter belas, contanto que a saúde nunca esteja em segundo plano.

Anônimo 4M

Influenciam mostrando um corpo que n e natural ,corpos modificados por cirurgias e procedimentos ,criando assim um corpo "perfeito" ao ver de outras mulheres ou homens fazendo ter uma baixa autoestima e influenciando a querer ter o mesmo corpo e a usar as mesmas substancias ou a fazer certos procedimentos que podem prejudicar a saúde.

Cuidar do seu corpo ,sem exageros cuidar de você tendo uma boa alimentação , se arrumando mais tendo um autocuidado em si ,tendo assim algo q n seja superficial

Anônimo 4M

Por comparação de corpos, rostos e vidas perfeitas. Não acreditar em tudo o que se vê na internet, se quiser ter uma vida saudável e um corpo que te agrada, procure um profissional qualificado para te ajudar com todos cuidados possíveis.

Anônimo 4M

As mídias sociais influenciam a ter o corpo "Perfeito", pelas fotos e videos e as pessoas acaba acreditando o que os famosos aposta e acaba prejudicando sua saúde ,mente, autocuidado etc... Mas é tudo Fake News Os cuidados são, você cuida do seu corpo, mas sem exageros e se amar...

👤 Anônimo 4M

As mídias sociais influenciam pois trazem um estilo de vida e uma percepção totalmente diferente da realidade, dessa forma pessoas insatisfeitas consigo mesma e com sua vida procuram "imitar" essa vida perfeita relatada por influenciadores. Algumas das formas de se conscientizar sobre essas más influências é se aceitando da forma que você é, e muitas vezes as pessoas se sentem insatisfeitas por comentários e críticas sobre seu corpo e sua vida vindo de outras pessoas. Para evitar isso é sempre bom saber que a única pessoa que deve estar satisfeita é você mesmo. Mas se você for a pessoa que faz essas críticas é bom parar de comunicar esse comentários desnecessários sobre as outras pessoas.

👤 Anônimo 4M

A mídia mostra corpos perfeitos, pele perfeita, um padrão inalcançável de beleza que eles moldam com procedimentos cirúrgicos, impactando negativamente a autoestima de mulheres que se iludem com uma imagem de um falso padrão de vida, muitas vezes levando alguns a comprarem "fórmulas mágicas" com a ilusão de ter um corpo perfeito.

Para prevenir que isso aconteça, devemos nos conscientizar de que cada corpo é de um jeito, que esses procedimentos podem abalar a saúde, que devemos ser quem somos sem nos importar com a opinião alheia, mas ter uma vida saudável.

👤 Anônimo 4M

As mídias sociais influenciam a você seguir e tentar um padrão de beleza e um corpo "perfeito" mas eles não mostram os efeitos colaterais e de alguns procedimentos. Cuidar do seu corpo, cuidar da sua alimentação e tendo um autocuidado em si, na verdade temos que valorizar o nosso corpo e não importa o que as pessoas falam dele.

👤 Anônimo 4M

Influenciam você a seguir o padrão de beleza da sociedade para ter o corpo "perfeito", "maravilhoso" porém não acredite nisso e tudo mentira. Algumas pessoas fazem o uso de anabolizantes e várias outras substâncias. Cuidar do seu corpo, sem muitos exageros e tendo uma boa alimentação.

Fonte: elaborado pela autora (2024).

Nessa fase da aula, enfatizamos a dimensão produtiva descrita por Fantin (2011), na qual os alunos, de forma autoral, criaram um mural expressando suas percepções e posicionamentos em relação aos padrões de beleza idealizados pelas mídias.

Os comentários dos estudantes evidenciaram sua capacidade de reconhecer a influência das mídias na busca por padrões de beleza contemporâneos e como essa busca pode impactar tanto a saúde física quanto mental das pessoas. Como afirmam Oliveira *et al.* (2024), os procedimentos estéticos podem oferecer benefícios significativos, como o aumento da autoestima e da qualidade de vida, proporcionando uma sensação de confiança e satisfação com a própria aparência. No entanto, é importante considerar que esses procedimentos também apresentam riscos e complicações.

Ao responderem ao questionamento sobre as medidas preventivas e de conscientização em relação aos padrões de beleza, os estudantes tiveram a oportunidade de construir suas próprias respostas. Esse processo favorece o aprendizado, pois permite que o aluno se torne protagonista da construção do próprio conhecimento. A metodologia aplicada estimula "o pensar e o agir dos estudantes com o propósito de torná-los questionadores referente aos problemas que surgem ao longo da vida" (Matos; Mazzafera, 2022, p. 9).

Um aspecto que chamou minha atenção foi o envolvimento dos alunos, que participaram da aula com atenção e contribuições relevantes, demonstrando interesse em assistir, ouvir e compartilhar suas perspectivas. Enquanto eles escreviam no Padlet, acompanhei as respostas e percebi que muitos reconheceram claramente a influência das redes sociais em suas vidas. Fiquei particularmente impressionada ao ver que retomaram conceitos da aula anterior sobre autocuidado, mencionando-o em algumas de suas postagens. (Diário de Campo da Professora).

Entendemos que a aula proposta foi produtiva ao promover um espaço de reflexão crítica e diálogo sobre temas relevantes para o contexto dos estudantes, como a influência das mídias nos padrões de beleza e o impacto desses ideais na saúde física e mental dos jovens. A abordagem utilizada, fundamentada na mídia-educação de Fantin (2011) e Bévort e Belloni (2009) e em metodologias que incentivam o protagonismo do aluno, como destacado por Matos e Mazzafera (2022) na construção do conhecimento, possibilitou que os estudantes reconhecessem e analisassem as pressões sociais que enfrentam em seu cotidiano, especialmente aquelas relacionadas à imagem corporal. A partir do envolvimento em atividades práticas e discussões interativas, os alunos não apenas expressaram suas perspectivas, mas também demonstraram um entendimento mais aprofundado sobre

autocuidado e os cuidados com a saúde, conectando esses aprendizados às lições anteriores. Esse processo incentiva uma visão menos idealizada dos corpos e reforça a importância de aceitar as singularidades (Quaresma, 2023), contribuindo para a formação de indivíduos mais conscientes e críticos.

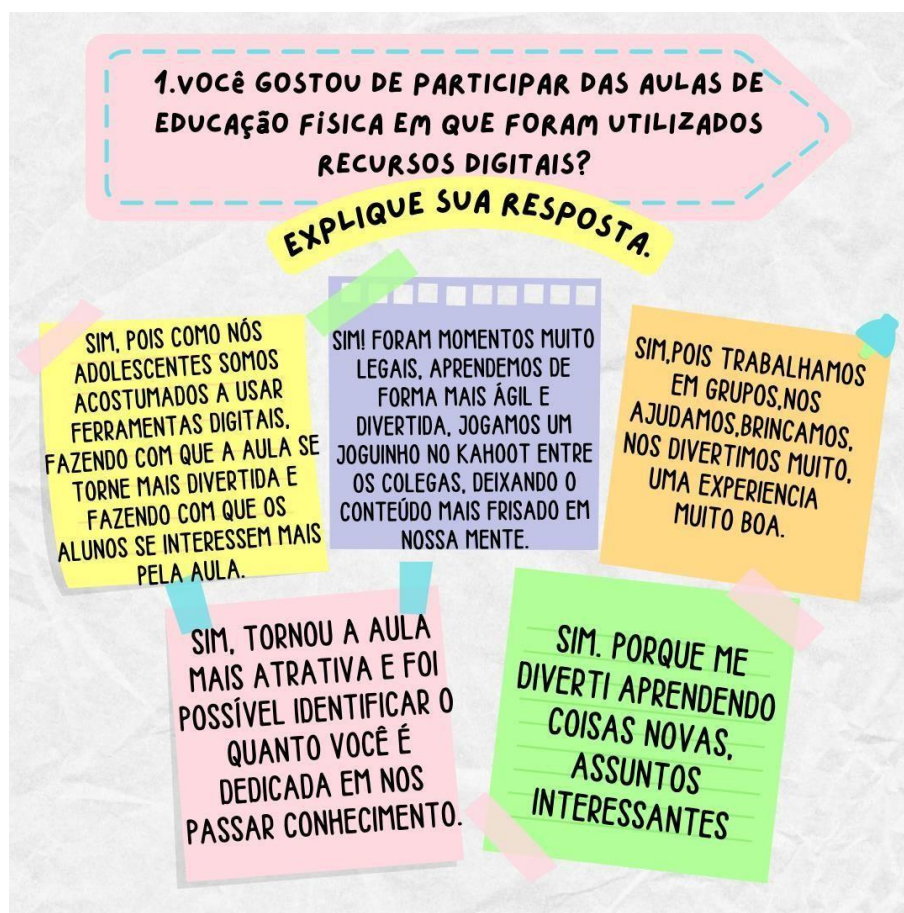
6.3. Apresentação dos Resultados do Questionário de Saída

Após o término da sequência pedagógica, foi aplicado um questionário de saída com sete questões abertas. O objetivo desse questionário foi avaliar as contribuições da integração de recursos educacionais digitais nas aulas, identificar as dificuldades encontradas pelos estudantes e recolher suas opiniões e observações sobre a experiência vivenciada. Destacamos trechos de algumas respostas devido à sua pertinência e relevância, ressaltando sua importância no contexto abordado. As perguntas apresentadas aos alunos foram as seguintes:

1. Você gostou de participar das aulas de Educação Física em que foram utilizados recursos digitais? Explique sua resposta.
2. Qual ou quais recurso(s) digitais que você mais gostou de utilizar durante as aulas? Por quê?
3. Você gosta quando os professores utilizam recursos educacionais digitais “tecnologias” nas aulas? Explique sua resposta.
4. Você gostou de praticar as aulas de ginástica? Explique o motivo da sua resposta.
5. Você se sentiu mais motivado nas aulas quando a professora utilizou recursos educacionais digitais “tecnologias” nas aulas? Explique sua resposta.
6. Você teve dificuldade em utilizar os recursos educacionais digitais “tecnologias” durante as aulas? Explique sua resposta.
7. Você sentiu dificuldade(s) durante as vivências de ginástica propostas pela professora? Explique sua resposta.

As respostas à primeira foram unânimes em expressar que os alunos gostaram das aulas, mostrando consenso em relação ao impacto positivo das atividades propostas. Entre as respostas oferecidas, destacamos algumas que ressaltaram o uso

Figura 21: Respostas da pergunta 01 do questionário de saída



Fonte: elaborado pela autora (2024).

Os relatos dos estudantes evidenciam o impacto positivo da inclusão de ferramentas digitais nas aulas, demonstrando interesse e engajamento no processo de aprendizagem. Para Moran, Massetto e Behrens (2013), práticas pedagógicas inovadoras, como o uso de tecnologias digitais, são essenciais para atender às expectativas dos alunos de hoje, que estão cada vez mais acostumados ao uso de dispositivos digitais em seu cotidiano.

A aplicação de recursos como o *kahoot*, trouxe dinamismo e competitividade saudável, facilitando a fixação do conteúdo de forma lúdica e envolvente. Além disso, atividades colaborativas, como o trabalho em grupo, proporcionaram momentos de interação, motivação, cooperação e diversão, promovendo uma aprendizagem social significativa e fortalecendo os vínculos entre os estudantes. Somado a isso, Salgado e Scaglia (2020, p. 5) apontam que “podemos afirmar que a prática conciliada entre o real e o virtual contribui para a motivação intrínseca do aluno, enriquecendo o ensino

e tornando-o significativo e prazeroso”

Em resposta à segunda pergunta, “Qual ou quais recurso(s) digitais que você mais gostou de utilizar durante as aulas? Porquê?” os estudantes destacaram o *Kahoot* como o recurso preferido, devido à diversão e competitividade que a plataforma proporcionou, facilitando a fixação dos conteúdos de forma interativa e envolvente.

Como defendem Bacich e Moran (2018), materiais bem elaborados são essenciais para o sucesso da aprendizagem, pois devem incorporar desafios e jogos que realmente engajem os alunos em cada etapa do processo, permitindo que avancem tanto em grupo quanto individualmente, com o uso das tecnologias mais adequadas e viáveis em cada momento.

O engajamento dos estudantes foi evidente durante a aplicação da aula que utilizou o *Kahoot* como recurso interativo. Conforme relatado no desenvolvimento da quarta aula, os estudantes participaram de duas rodadas e, mesmo após o término, manifestaram interesse em continuar jogando.

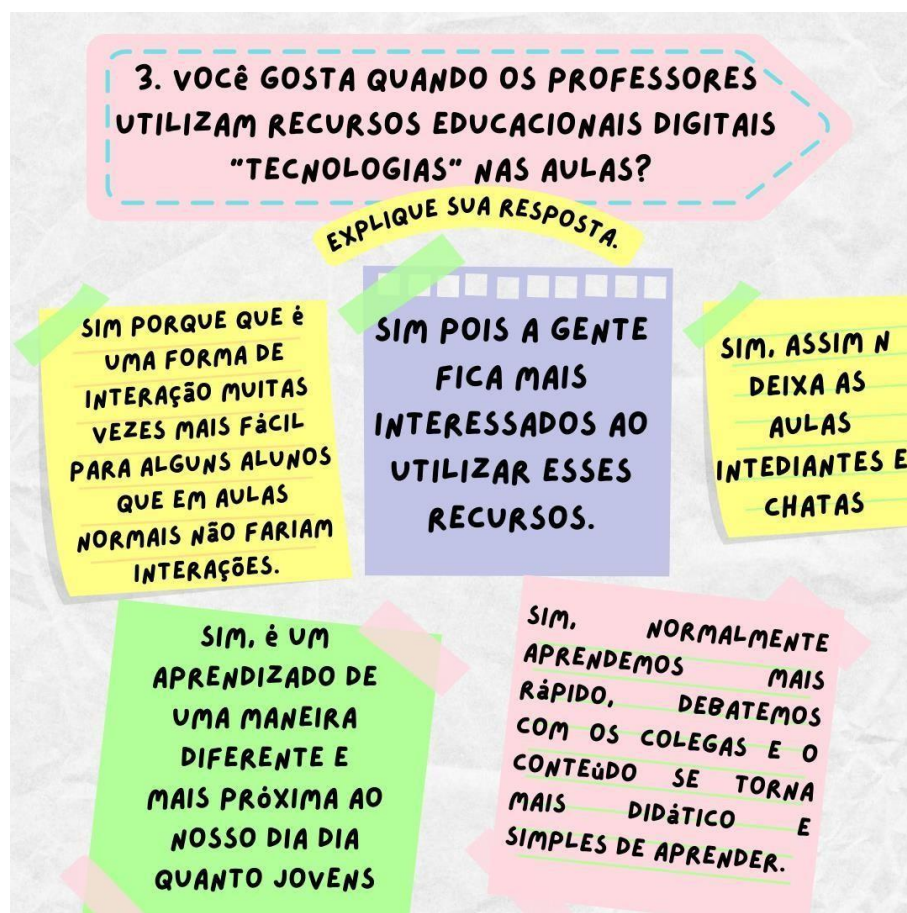
Todavia, é relevante salientar que é fundamental realizar uma cuidadosa curadoria na seleção dos jogos que serão aplicados em sala de aula (CIEB, 2017), bem como uma mediação pedagógica apropriada. Apenas incorporar tecnologias nas aulas sem planejamento não é suficiente, pois elas não resolvem, por si só, todas as dificuldades que os estudantes enfrentam (Heinsfeld; Pischetola, 2017; Silveira, 2018; Behrens, 2013). Dessa forma, o uso de jogos deve estar sempre associado aos objetivos pedagógicos que se almejam alcançar e ao acompanhamento do professor, garantindo que o recurso realmente favoreça o processo de aprendizagem.

Seguido dos recursos mais mencionados temos a televisão que também foi muito citada pelos estudantes, por oferecer suporte audiovisual de boa qualidade e permitir o uso de vídeos educativos, o que, segundo eles, melhorou a compreensão dos temas abordados. Relacionamos as percepções dos alunos com as contribuições de Moran (2013), ao defender que a incorporação de vídeos nas aulas não apenas instiga a curiosidade dos alunos, mas também a motivação, abrindo portas para a exploração de novos temas e incentivando um envolvimento mais profundo com o conteúdo. Além disso, recursos como *Chromebooks*, *Padlet* e *Canva* foram citados entre os favoritos, pois possibilitaram atividades colaborativas e criativas, permitindo

que os alunos participassem ativamente do processo de construção do conhecimento.

Quando questionados na terceira questão sobre sua opinião em relação ao uso de recursos educacionais digitais pelos professores em sala de aula, os estudantes destacaram, entre suas respostas, os seguintes argumentos:

Figura 22: Respostas a pergunta 03 do questionário de saída



Fonte: elaborado pela autora (2024).

Um dos argumentos que mais me chamou a atenção foi o de um estudante que ressaltou o uso das tecnologias como uma forma de aprendizagem mais alinhada ao cotidiano dos jovens, o que corrobora Prensky (2001), embora isso não signifique que todos os estudantes saibam utilizá-las corretamente (Batista, 2021). Os professores frequentemente percebem em sala de aula que ainda há alunos com dificuldades técnicas e pedagógicas no uso das ferramentas digitais, destacando a necessidade de uma alfabetização digital que vá além do domínio técnico, promovendo também o

uso crítico e consciente das tecnologias. Esse é, inclusive, um papel essencial da escola na formação de cidadãos críticos (Gadelha, 2020).

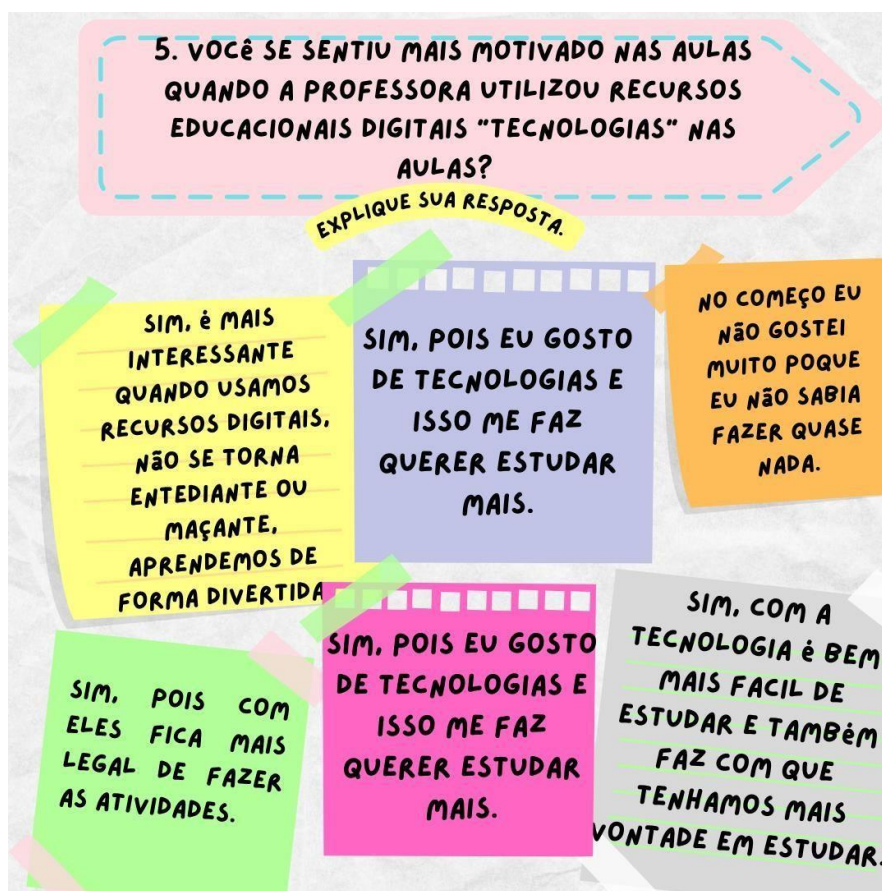
A quarta questão dirigida aos estudantes investigou o grau de apreciação pelas atividades práticas de ginástica. Dos 34 alunos que responderam, 6 manifestaram descontentamento em relação às aulas práticas, mencionando razões como fadiga excessiva, ocorrência de câibras e a sensação de não possuírem as habilidades motoras exigidas para a prática. Essa baixa participação pode estar associada a diversos fatores, incluindo o aumento nos índices de afastamento conforme os alunos avançam nos ciclos escolares.

Outro aspecto que pode contribuir para o gradativo afastamento dos alunos das aulas de Educação Física é o insucesso que muitos deles experimentam na disciplina. Não conseguir ser preciso num passe; não acertar a cesta; não passar a medida mais baixa no salto em altura; ficar em último na corrida; não conseguir seguir o ritmo – pode fazer com que esse aluno se sinta desconfortável com o seu próprio desempenho, levando-o a evitar situações em que essas dificuldades fiquem expostas e se convertam em motivo de constrangimento. A não participação é uma forma de proteção (Darido, 2018, p.109).

Embora sempre busquemos mediar situações nas aulas para evitar o afastamento e garantir a participação de todos, alguns estudantes enfrentam conflitos internos que vão além do que um professor pode resolver. Em algumas ocasiões, respeitar o aluno, permitindo que ele escolha não participar de determinada prática, contribui para que ele não se sinta envergonhado ou constrangido perante os colegas. No entanto, isso não exime nossa responsabilidade como professores de tentar incentivar e estimular a participação, tentando reduzir as exclusões.

A quinta pergunta indagou os estudantes sobre o nível de motivação nas aulas em que a professora utilizou recursos educacionais digitais. Em suas respostas, os estudantes destacaram os seguintes argumentos:

Figura 23: Respostas da pergunta 05 do questionário de saída



Fonte: elaborado pela autora (2024).

Entre os estudantes que responderam, apenas um manifestou desagrado em relação ao uso dos recursos digitais, justificando que tinha pouca familiaridade com esses meios. Esse relato encontra ressonância na reflexão feita por Darido (2018), que aponta que, nas atividades práticas, alguns alunos relutam em participar por medo de errar, se expor e sentir constrangimento. De forma semelhante, a desmotivação desse aluno pelo uso de tecnologias estava associado à sua falta de habilidade, o que pode gerar insegurança e afetar a motivação para engajar-se na atividade.

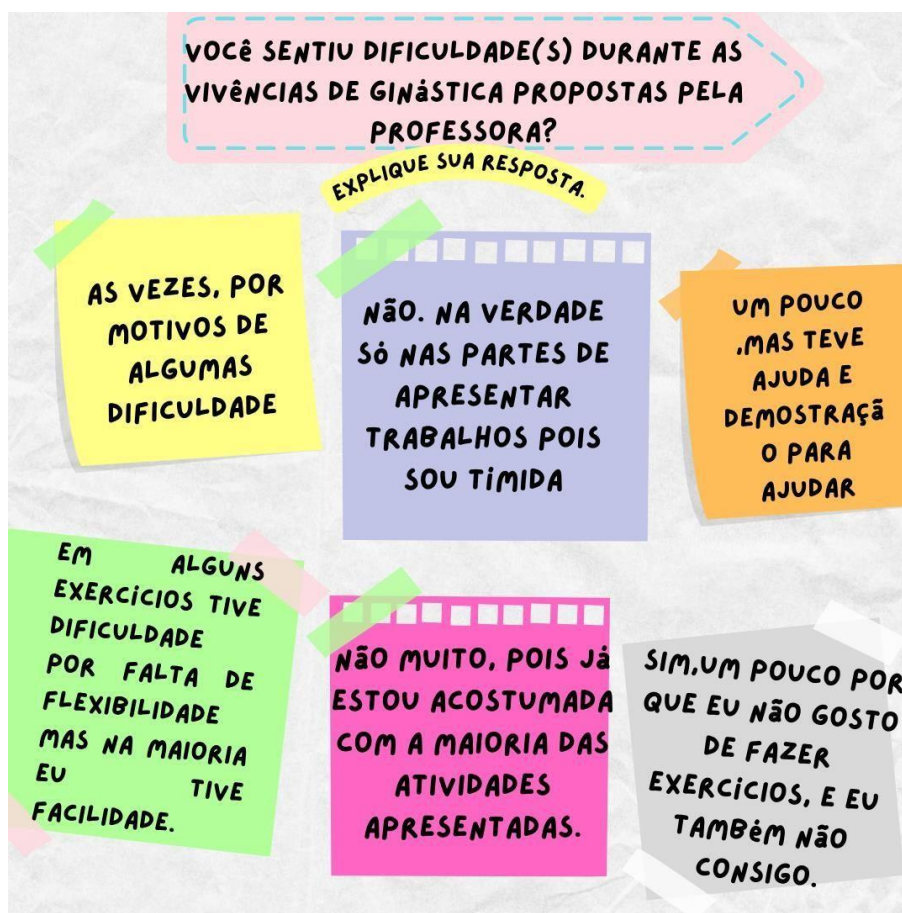
Em contrapartida, todos os demais estudantes indicaram que se sentiram mais motivados a participar das aulas, demonstrando que a inclusão de tecnologias atuou como um fator de engajamento positivo. Essas respostas corroboram as informações obtidas no questionário inicial, reforçando a familiaridade e o interesse dos adolescentes por recursos digitais, que os conectam com seu cotidiano e facilitam a aprendizagem de maneira mais próxima de suas experiências pessoais.

É importante ressaltar a necessidade de uma postura equilibrada ao integrar tecnologias ao ensino, evitando a suposição de que essas ferramentas devem dominar o processo educacional. Defendemos sua implementação como um recurso complementar, que tem o potencial de enriquecer e melhorar o processo de ensino e aprendizagem, mas que não deve ser visto como solução única para todos os desafios de motivação e aprendizagem dos estudantes (Heinsfeld; Pischetola, 2017).

Na sexta pergunta, questionamos os estudantes se eles tiveram dificuldade em utilizar os recursos educacionais digitais, e 5 responderam que sim. Esse dado destaca a importância do papel do professor na mediação e no suporte ao aprendizado tecnológico dos alunos, reforçando a ideia de que a escola é um espaço legítimo para o desenvolvimento de competências digitais. A instituição educacional, portanto, não deve se isolar como uma ilha, mas sim integrar-se ao contexto social e preparar os alunos para interagirem com as demandas tecnológicas do mundo contemporâneo (Dambros; Peron, 2022). Contudo, é fundamental manter o equilíbrio entre o ensino de tecnologias e o foco no conteúdo pedagógico, garantindo que o uso de recursos digitais sirva para enriquecer e não para substituir o aprendizado dos conteúdos essenciais (CIEB, 2017).

Destacamos a sétima pergunta feita aos estudantes e algumas das respostas apresentadas:

Figura 24: Respostas da pergunta 07 do questionário de saída



Fonte: elaborado pela autora (2024).

Dos 34 estudantes que participaram da pesquisa, 12 relataram sentir algum tipo de dificuldade durante as atividades, variando suas justificativas entre falta de habilidade motora, desinteresse pela prática, desconforto com certos movimentos ou dificuldades de compreensão sobre como realizar os exercícios propostos. Em contraste, os outros 22 estudantes afirmaram não ter encontrado dificuldades, justificando sua facilidade em função da prática regular de atividades físicas ou por considerarem as atividades simples e fáceis.

As respostas indicam que a experiência com as atividades propostas varia de um estudante para outro, o que reflete diferenças de habilidades motoras, como flexibilidade e resistência física, além de fatores emocionais, como a timidez. Essa variação reforça a importância de um planejamento que leve em conta a individualidade dos alunos, promovendo uma abordagem inclusiva que possibilite a adaptação das atividades para diferentes níveis de habilidade. “Trabalhar para



assegurar que todos os alunos, independentemente de suas características, tenham experiências positivas na disciplina é um desafio e responsabilidade que se impõe a todo coletivo de professores” (Darido, 2018, p. 111)

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do impacto das mudanças tecnológicas em todos os aspectos da vida humana, é inegável a necessidade de adaptações no campo educacional. Práticas pedagógicas devem alinhar-se às demandas de um mundo digital em rápida transformação, preparando educadores e educandos para um ensino adaptado à complexidade das relações contemporâneas.

Desta maneira, este estudo teve como objetivo integrar recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física em uma turma do ensino fundamental II, expandindo as estratégias de ensino e aprendizagem para promover a construção de conhecimento pelos estudantes. De forma mais específica, foram propostas abordagens didáticas que utilizassem tais recursos, a fim de que os alunos pudessem vivenciar experiências educativas alinhadas aos objetivos de aprendizagem definidos para a unidade temática da ginástica. Além disso, foi realizada uma análise sobre o uso dos REDs e sua relação com o engajamento e a construção de saberes pelos alunos ao longo das atividades propostas.

Assim, implementamos diversos REDs nas aulas de educação física, visando atender às habilidades previstas na unidade temática de ginástica, bem como às competências específicas de linguagem para o ensino fundamental, no que se refere ao uso dessas tecnologias. Foram utilizados *chromebooks* e televisores como ferramentas de suporte tecnológico, o *Kahoot*, *Canva*, *Padlet* e *Plural* como plataformas interativas, *Google Docs* e *Forms* como recursos de produção e compartilhamento de conteúdo, além de vídeos do *YouTube* e sites variados para abordar temas relacionados à ginástica de conscientização corporal e de condicionamento físico, englobando as dimensões conceitual, procedimental e atitudinal.

Cabe resaltar que, a integração de recursos educacionais digitais nas escolas oferece tanto desafios quanto oportunidades, exigindo uma formação docente inicial e contínua e infraestrutura adequada para adaptar as práticas pedagógicas às demandas contemporâneas. A pandemia acelerou essa necessidade de mudança, reforçando a importância do desenvolvimento profissional dos professores e da oferta de recursos tecnológicos nas instituições. Entretanto, questões político-econômicas,

condições estruturais, disponibilidade de recursos, tamanho das turmas, sobrecarga de trabalho e fragilidade de políticas de valorização e investimento profissional dificultam o uso eficaz das tecnologias. Assim, para que o ensino responda à realidade digital e prepare os estudantes para o futuro, é essencial priorizar investimentos e políticas públicas que garantam uma educação adaptada ao século XXI.

Nesse sentido, ao analisarmos as informações produzidas nesta pesquisa, concluímos que, durante as aulas, alcançamos resultados positivos, como a melhoria na participação, no engajamento, no protagonismo, na motivação, na criticidade e no trabalho em equipe. Entretanto, devemos também expor que alguns entraves foram encontrados, como perda de foco em algumas aulas, conversas paralelas, a não participação de determinados alunos em atividades devido à timidez. Quanto aos estudantes, concluímos que precisam aprender a utilizar as tecnologias de maneira crítica, desenvolvendo uma cultura digital que promova não apenas o uso consciente, mas também habilidades de criação e cidadania digital.

É importante salientar, que na escola onde a pesquisa ocorreu, contamos com uma estrutura física adequada, acesso à internet e ferramentas suficientes para todos os estudantes, mas essa condição pode não refletir a realidade de outras escolas em nosso estado ou mesmo em nosso país.

Embora a professora pesquisadora, que também é a docente da turma, tenha destacado na problemática desta pesquisa a escolha do tema por não possuir domínio sobre ele, não houve dificuldades que prejudicassem o planejamento. Isso se deve ao fato de todos os recursos utilizados serem de fácil acesso, de uso intuitivo e, de certo modo, ao entendimento de que, quando estamos abertos ao novo e aceitamos desafios com perseverança, as dificuldades que surgem se tornam oportunidades para inspirar a busca por soluções.

Com base nos resultados deste estudo, esperamos que nossa abordagem com os Recursos Educacionais Digitais (REDs) sirva como um ponto de partida para novos debates e reflexões, estimulando nossos colegas docentes a explorar, adaptar e inovar com essa estratégia em diversas modalidades de ensino e temáticas. Nosso desejo é que essa prática contribua para uma aprendizagem mais significativa e enriquecedora, reforçando a importância e a valorização da educação física escolar como um componente essencial na formação integral dos estudantes.

REFERÊNCIAS

- ANDRÉ, Marli Eliza Dalmazo Afonso de. **Etnografia da prática escolar**. 12. ed. Campinas, SP: Papirus, 2005.
- APPOLINÁRIO, Fabio. **Dicionário de Metodologia Científica**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 2011.
- BACICH, L.; TANZI NETO, A.; TREVISANI, F. M. **Ensino híbrido: personalização e tecnologia na educação**. Porto Alegre, RS: Penso, 2015.
- BARACHO, A. F. DE O.; GRIPP, F. J.; LIMA, M. R. DE. **Os exergames e a educação física escolar na cultura digital**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 34, n. 1, p. 111–126, jan. 2012.
- BARBOSA EF, MOURA DGD. **Metodologias ativas de aprendizagem na Educação Profissional e Tecnológica**. B Tec Senac. 2013;39(2):48-67.
- BASTOS, Thais Basem Mendes Correa. **Um framework de competências digitais para professores a partir de análises de matrizes internacionais**. 2020. 165 f. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Ensino) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Foz do Iguaçu, 2020.
- BATISTA, Alison Pereira. **Educação física e recursos educacionais digitais: uma intervenção pedagógica no Ensino Médio Integrado do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte**. 2021. 194f. Tese (Doutorado em Educação) - Centro de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2021.
- BELLONI, M. L. **O que é mídia-educação**. Campinas/SP: Autores Associados, 2009.
- BETTI, Mauro. **Mídias: Aliadas ou Inimigas da Educação Física Escolar?** Motriz, v. 7, n. 2, p. 125-129, jul./dez. 2001.
- BIANCHI, P.; PIRES, G. D. L. **Cultura digital e formação de professores de educação física: estudo de caso na unipampa**. Movimento, [S. l.], v. 21, n. 4, p. 1025–1036, 2015.
- BORTOLUCCI, Suélen. **O uso das TIC para ensinar a temática da saúde nas aulas de educação física**. 2015. 43 f. Trabalho de conclusão de curso (licenciatura - Educação Física) — Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Instituto de Biociências de Rio Claro, Rio Claro, 2015. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/136510>>. Acesso em: 17 set. 2024.
- BRASIL. [2020]. Presidência da República. Secretaria-Geral. Subchefia para Assuntos Jurídicos. Lei nº 14.040, de 18 de agosto de 2020. Estabelece normas educacionais excepcionais a serem adotadas durante o estado de calamidade pública reconhecido

pelo Decreto Legislativo nº 6, de 20 de março de 2020; e altera a Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Brasília: Palácio do Planalto, 2020e. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2020/lei/L14040.htm. Acesso em 10 out. 2024.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2017.

BRASIL. **Medida Provisória nº 934, de 01 de abril de 2020**. Estabelece normas excepcionais sobre o ano letivo da educação básica e do ensino superior decorrentes das medidas de enfrentamento da COVID-19. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 1º abr. 2020. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2020/mpv/mpv934.htm. Acesso em: 10 out. 2024.

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais: introdução aos parâmetros curriculares nacionais**. Brasília: MEC/SEF, 1997. 126p.

CAMARGO, FAUSTO. DAROS, THUINIE. **A sala de aula digital: estratégias pedagógicas para fomentar o aprendizado ativo, on-line e híbrido**. Porto Alegre: Penso, 2021.

CARVALHO JUNIOR, Arlindo Fernando Paiva. **As tecnologias na Educação Física Escolar**. Anais do XIX Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte. Vitória- ES. Setembro, 2015.

CAVALCANTI, Jeane Odete Freire dos Santos. **Educação emocional e espiritualidade na promoção de saúde: um estudo sobre a participação dos colaboradores do NUCOM-IESP em práticas de alongamento, massagem e meditação**. 2019. 128 f. Dissertação (Mestrado em Educação) — Instituto de Educação, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2019.

CHRISTENSEN, C.; HORN, M.; STAKER, H. **Ensino híbrido: uma inovação disruptiva? Uma introdução à teoria dos híbridos**. Tradução: Fundação Lemann e Instituto Península. Clayton Christensen Institute, 2013.

CLEMENCEAU, Jean-Pierre; DELÁVIER, Frédéric; GUNDILL, Michael. **Guia de Alongamento**. São Paulo: Manole, 2012.

COSTA, A. E. R.; NASCIMENTO, A. W. R. **Os desafios do ensino remoto em tempos de pandemia no Brasil**. CONEDU — Alagoas, 2020.

DAMASCENO, V. O. et al. **Imagem corporal e corpo ideal**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Minas Gerais, v. 14, n. 2, p.81-94, 2006.

DARIDO, S. C.; GONZÁLES, F. J.; GINCIENE, G. **O afastamento e a indisciplina dos alunos nas aulas de educação física escolar**. Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional — ProEF — Disciplina: Problemáticas da Educação Física, 2018.

DOMINICÉ, Pierre. **A epistemologia da formação ou como pensar a formação.** In: MACEDO, Roberto Sidnei et al. Currículo e processos formativos: experiências, saberes e culturas. Salvador: EDUFBA, 2012. p. 19-38.

FANTIN, Mônica; RIVOLTELLA, Pier Cesare. **Interfaces da docência (des)conectada: usos das mídias e consumos culturais dos professores.** In: ANPED – Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Educação. 33ª Reunião Anual da ANPED, 2010, Caxambu, MG. Anais... Caxambu: ANPED, 2010.

FANTIN, Mônica, RIVOLTELLA, Pier Cesare. **Cultura digital e formação de professores.** Campinas, SP: Papyrus, 2012. Cap. 4, p. 107-142.

FANTIN, Monica. **A mídia na formação escolar de crianças e jovens.** In: INTERCOM – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação. XXXI Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação, 2008, Natal, RN. Anais... Natal: Intercom, 2008.

FANTIN, Mônica., GIRARDELLO, G. E. P. (2010). **Diante do abismo digital: mídia educação e mediações culturais.** Perspectiva, 27(1), 69-96.

FARINA, Ione; BENVENUTTI, Dilva Bertoldi. **Formação continuada de professores: perspectiva humana e emancipatória.** Joaçaba: Editora Unoesc, 2024. 152 p.

FREITAS, Olga. **Equipamentos e materiais didáticos.** Brasília: Universidade de Brasília, 2007. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/equipamentos.pdf>. Acesso em: 10 de junho de 2024

FREITAS, V.; ARAÚJO, J.; SANTO, A.; HANSEL, T.; VIERIRA, M. **Educação física com tecnologia: potencializando a prática educativa.** Cadernos da Fucamp, v. 28, p. 17-31/2024.

FUMIS, Henrique José. **Efeitos dos jogos eletrônicos nas aulas de educação física escolar.** Augusto Cesinando de Carvalho. 2023. 148 f. Dissertação (Mestrado profissional em Educação Física) - Faculdade de Ciências e Tecnologia, Universidade Estadual Paulista, Presidente Prudente, 2023.

GADELHA, George Tawlinson Soares. **Os jogos eletrônicos na educação física escolar: uma possibilidade na abordagem crítico-emancipatória.** 2020. 137f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2020.

GARCIA, L. F. **O Cérebro de Alta Performance.** São Paulo: Gente, 2013.

GEMENTE, F. R. F., Silva, A. P. S. da, & Matthiesen, S. Q. (2021). **Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação: desafios e possibilidades para a inserção na Educação Física escolar.** Revista Eletrônica Esquiseduca, v. 12, n. 28, p. 570-586, 2021.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5.ed. São Paulo: Atlas, 1999.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GONZÁLEZ, Fernando Jaime. **Educação física escolar entre “o rola bola” e a renovação pedagógica**. 2018. Texto elaborado para o Mestrado profissional em educação física em rede nacional — PROEF. Disponível em: <https://acervodigital.unesp.br/bitstream/unesp/381384/4/0008-unesp-iep3-livro-desafios-educacao-fisica-escolar-proef-15032021.pdf> Acesso em: 21 jul. 2023.

HALLAL, Renato et al. **Abordagem avaliativa de objetos de aprendizagem: Prática pedagógico sugerida a programas na modalidade à distância**, v. 39, <https://www.revistaespacios.com/a18v39n35/a18v39n35p14.pdf>

HEINSFELD, Bruna Damiana; PISCHETOLA, Magda. **Cultura digital e educação, uma leitura dos estudos culturais sobre os desafios da contemporaneidade**. Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação, v. 12, n. esp. 2, p. 1349-1371, ago./2017.

HICKMANN, J.; BARBOSA, P. R. .; COSTA, M. da; FERREIRA, G. de P.; CARNEIRO, A. J. de O. L. L. .; SILVA, F. J. A. da .; SOUZA, A. S. de .; LIMA, G. F. .; ZAHAL, T. P. V. .; JACQUES, C. A. F. . **Post-pandemic education: use of technologies and recomposing learning in debate**. Research, Society and Development, [S. l.], v. 11, n. 16, p. e367111638452, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i16.38452. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/38452>. Acesso em: 11 sep. 2024.

KENSKI, V. M. **Educação e tecnologias: o novo ritmo da informação**. Campinas: Papirus, 2012.

LOPES, Marcos Antonio Campelo; FREIRE, Elisabete dos Santos. **Mídia-educação e a educação física escolar: uma revisão narrativa crítica da perspectiva fantiniana**. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, [S. l.], v. 9, n. 8, p. 2270–2280, 2023. DOI: 10.51891/rease.v9i8.11063. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/11063>. Acesso em: 22 out. 2024.

MARTINS, E. A. **Mídia-educação e a dança na educação física escolar**. 2023. 171 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física em Rede) - Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2023.

MATOS, S. R.; MAZZAFERA, B. L. **Reflections on active methodologies and digital technologies as pedagogical resources in the process of teaching and learning skills** . Research, Society and Development, [S. l.], v. 11, n. 9, p. e57311932259, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i9.32259.

MEC, Ministério da Educação (Brasil). CONSELHO NACIONAL DA EDUCAÇÃO.

Parecer de 19 de setembro 2019. **Diretrizes Curriculares Nacionais e Base Nacional Comum para a Formação Inicial e Continuada de Professores da Educação Básica.** 3ª VERSÃO DO PARECER: (Atualizada em 18/09/19), Brasília, 18 set. 2019

MENEZES, C., & Dell 'Aglia, D. **Por que meditar?: os benefícios percebidos da prática de meditação.** Psicologia em Estudo, 2009, p. 565-573.

MINAYO, M.C. de S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** 10 ed. São Paulo: Hucitec, 2007.

MIRANDA, G. L. **Limites e possibilidades das TIC na educação.** Sísifo. Revista de Ciências da Educação, N. 3 – mai./ago. p. 41-50, 2007.

MORAES, Elizuita da Conceição Mourão. **“Mana, não te afoba! Que hoje a aula vai ser diferente”: as competências digitais dos estudantes nas aulas de Educação Física.** 2023. 154 f., il. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Física) — Universidade de Brasília, Brasília, 2023.

MORAN, J. **Metodologias ativas para uma aprendizagem mais profunda.** In.: BACICH, Lilian; MORAN, José. (Org.) Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática. Porto Alegre: Penso, 2018.

MORAN, José; MASETTO, Marcos; BEHRENS, Marilda. **Novas tecnologias e mediação pedagógica.** São Paulo: Papirus, 2000.

NÓVOA, A. **Os professores e a sua formação.** Lisboa: Publicações Dom Quixote, 1997 (org.). Vida de professores. Porto: Porto, 1992.

OLIVEIRA, Alan Luiz Carvalho de. **As aulas de educação física escolar na pandemia de Covid-19: possibilidades e desafios para a utilização das tecnologias digitais de informação e comunicação.** 142f. 2022 Dissertação (mestrado) - Universidade Federal do Paraná, Setor de Educação, Programa de Pós-Graduação em Educação: Teoria e Prática de Ensino, Curitiba, 2022.

OLIVEIRA, M. D.; FISCHER, M. L. **A representação do ensino do autocuidado pelo professor de educação física.** *Revista Tempos e Espaços em Educação*, v. 16, n. 35, e19683, 2023. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.20952/revtee.v16i35.19683>.

PASQUALI, D.; FANTIN, M.; LAZZAROTTI FILHO, A. **Apropriações das mídias na Educação Física: dimensões metodológica, crítica e expressivo-produtiva em questão.** *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 26, 2023. DOI: 10.5216/rpp.v26.74297. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/74297>. Acesso em: 22 out. 2024.

PERON, Lucélia; DAMBROS, Marlei. **Desafios educacionais e o fazer docente frente às transformações tecnológicas contemporâneas.** *Brazilian Journal of Development*, Curitiba, v. 8, n. 1, p. 4958-4968, jan. 2022.

PRENSKY, M. **Digital Natives, Digital Immigrants.** *On the Horizon*, Bradford, v. 9, n. 5, p. 2-6, out. 2001.

QUARESMA, Lays Fonseca. **Imagem corporal e adolescência: uma revisão sistemática da produção acadêmica**. 2023. 80 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) — Universidade de Brasília, Brasília, 2023.

RATO, C. **Meditação laica educacional. Para uma educação emocional**. Jundiaí: Paco Editorial, 2011.

ROCHA, Vivianne Klissia Oliveira et al. **Gerações e estilo de aprendizagem: Um estudo com alunos de uma universidade pública em Alagoas**. Revista Economia & Gestão, v. 18, n. 50, p. 80-96, 2018.

ROSA, Ana Carolina Pereira da Silva. **Formação docente, cultura digital e histórias de professores: uma trama com muitos fios**. 2017. 200 f. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017.

SALGADO, K. R.; SCAGLIA, A. J. **Os exergames como recurso didático no ensino do atletismo na Educação Física escolar**. Journal of Physical Education, v. 31, n. 1, e. 3146, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jpe/a/NgrLVhXNd3HrD8gPzVmCHtM>. Acesso em: 17 set. 2024.

SANTOS, Rodrigo de Souza. **Formação de professores e cultura digital: contextos e perspectivas da formação docente em Educação Física**. 2022. 135 f. Dissertação (Mestrado em Educação) — Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, 2022.

SANTOS, Simone Costa Andrade Dos. **Trilhas de aprendizagem para formação continuada de docentes em competências digitais para o ensino a partir de MOOCs da rede de institutos federais**. 2022. Tese (Doutorado) — Curso de Ensino, Universidade do Vale do Taquari - Univates, Lajeado, 23 fev. 2022. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10737/3414>. Acesso em: 05 jun. 2024.

SANTOS, T. S.; et al. **Identificando o projeto de vida dos estudantes do ensino médio técnico pela roda da vida**. Research, Society and Development, v. 9, n. 8, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/6236/5425>. Acesso em: 28 jun. 2024.

SANTOS, T. W.; SÁ, R. A. DE .. **O olhar complexo sobre a formação continuada de professores para a utilização pedagógica das tecnologias e mídias digitais**. Educar em Revista, v. 37, p. e72722, 2021.

SARAIVA, Karla; TRAVERSINI, Clarice; LOCKMANN, Kamila. **A educação em tempos de COVID-19: ensino remoto e exaustão docente**. Práxis Educativa, v. 15, p. 1-24, 2020.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **“Metodologia do Trabalho Científico”**. 23 ed. rev. e at. São Paulo: Cortez, 2007.

SILVA, Glaucia Suzana Fener da. **Os impactos das tecnologias digitais nas práticas pedagógicas docentes no período pós-pandemia**. 2023. 113f. Dissertação

(Mestrado Acadêmico em Ensino de Humanidades e Linguagens) - Universidade Franciscana, Santa Maria - RS.

SILVA, M. R; PIRES, G. L. **Educação Física e Tecnologias Digitais: formação profissional, práticas educacionais e socioculturais.** Editorial. Motrivivência, Ano XXII, Nº 34, p. 06-11 Junho, 2010.

SILVA, Tomaz Tadeu. **Documentos de identidade: uma introdução às teorias do currículo.** Belo Horizonte: Autêntica, 1999.

SIMÃO, V. A.; COSTA, M. L. F.; BURCI, T. V. L.; DE OLIVEIRA, D. H. I.; DE OLIVEIRA, F. R.; SERRANO, E. S.; MENEGASSO, M. G. de L.; NOVAIS, I. de A. M. **TECNOLOGIAS DIGITAIS NA EDUCAÇÃO: POSSIBILIDADES E FRAGILIDADES.** Revista Contemporânea, [S. l.], v. 3, n. 9, p. 14872–14892, 2023. DOI: 10.56083/RCV3N9-076. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/1706>. Acesso em: 13 set. 2024.

SOARES, Felipe da Silva. **Práticas corporais circenses e mídia-educação na educação física escolar.** 2020. 124 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física em Rede) - Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2020.

SOUZA, A. C. DE.; SILVA, G. H. G. DA. **Incluir não é Apenas Socializar: as contribuições das tecnologias digitais educacionais para a aprendizagem matemática de estudantes com transtorno do espectro autista.** Bolema: Boletim de Educação Matemática, v. 33, n. 65, p. 1305–1330, set. 2019.

SOUZA, Pricila Rodrigues de; ANDRADE, Maria do Carmo F. de. **Modelos de rotação do ensino híbrido: estações de trabalho e sala de aula invertida.** Revista eTECH: Tecnologias para Competitividade Industrial - ISSN - 1983-1838, [S. l.], v. 9, n. 1, p. 03–16, 2016. DOI: 10.18624/e-tech.v9i1.773. Disponível em: <https://etech.sc.senai.br/revista-cientifica/article/view/773>. Acesso em: 09 abr. 2023.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa-ação.** 18. ed. São Paulo: Cortez, 2011. TINÔCO, R. DE G.; ARAÚJO, A. C. DE .. **Concepção Crítico-Emancipatória e Mídia-Educação: uma interlocução possível à Educação Física Escolar.** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 42, p. e2068, 2020.

UNESCO. Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura. **Padrões de Competência em TIC para Professores, Brasil, 2009.**

VALENTE, J. A.; ALMEIDA, M. E. B.; GERALDINI, A. F. S. **Metodologias ativas: das concepções às práticas em distintos níveis de ensino.** Revista Diálogo Educacional, Curitiba, v. 17, n. 52, p. 455-478, 2017.

VASCONCELLOS, Gabriela Ramos; SILVA, Júlia Almeida Britto; GÓES, Maria Eduarda Santos; VALENÇA, Rafaela Valverde; DUARTE, Sofia Abreu Araújo;



SALOMÃO, Milene de Freitas Lima. Diving into the self: guided meditation as an integrative practice. **International Journal of Education and Health**, Salvador, Brazil, v. 8, p. e5701, 2024. DOI: [10.17267/2594-7907ijeh.2024.e5701](https://doi.org/10.17267/2594-7907ijeh.2024.e5701). Disponível em: <https://journals.bahiana.edu.br/index.php/educacao/article/view/5701>. Acesso em: 29 oct. 2024.

VIEIRA, S. **Como elaborar questionários**. São Paulo. Atlas, 2009.

Apêndice A - Autorização/Anuência Institucional

Solicito anuência/autorização para realização do projeto de pesquisa INTEGRANDO RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: possibilidades pedagógicas para atingir os objetivos de aprendizagem, do(a) pesquisador(a) *Evelin Ferreira Gonçalves*, do Programa/Curso de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF, da Universidade Federal de Mato Grosso, sob orientação do Prof. Dr. Evando Carlos Moreira. Informo que a coleta/produção de dados será realizada no período de fevereiro a maio.

Solicito, ainda, autorização para uso de infraestrutura física para realização da pesquisa, a saber, sala de aula, quadra, chromebooks, projetor de imagens, caixa de som, colchonetes, álcool para limpeza dos colchonetes, acesso à internet, necessária para o desenvolvimento da unidade didática que será aplicada tratando dos recursos educacionais digitais na unidade temática da ginástica.

Informo que o(a) pesquisador(a) se compromete a:

1. Iniciar a coleta de dados somente após a aprovação final do protocolo de pesquisa pelo Sistema CEP/CONEP. Informo que este projeto será avaliado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos das áreas de ciências humanas e sociais da Universidade Federal de Mato Grosso – CEP/Humanidades/UFMT, em relação a análise ética.
2. Obedecer às disposições éticas de proteger os participantes da pesquisa, garantindo-lhes o máximo de benefícios e o mínimo de riscos possíveis.
3. Assegurar a privacidade das pessoas citadas nos documentos institucionais e/ou contatadas diretamente, de modo a proteger suas imagens, bem como garantir que não utilizará as informações coletadas em prejuízo dessas pessoas e/ou da instituição, respeitando deste modo as Diretrizes Éticas da Pesquisa Envolvendo Seres Humanos, nos termos estabelecidos nas Resoluções Nº 466/12 e Nº 510/16 do CNS.
4. Como benefício para a instituição, após a finalização do projeto de pesquisa, Como benefício para a instituição, após a finalização do projeto de pesquisa, espera-se que este contribua com a finalidade da escola enquanto instituição de ensino e da educação física na condição de componente curricular de formar indivíduos dotados de capacidade crítica em condições de agir autonomamente e serem protagonistas em sua realidade. Fazendo a devolutiva da pesquisa para a instituição por meio de uma reunião pública aberta a comunidade, em março de 2025.

Data: / /

Nome do pesquisador: *Evelin Ferreira Gonçalves*

- • - • - • - • - • - • - • - • - • - • - • - • - • - • -

Assinatura e carimbo institucional: _____

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DIAGNÓSTICO

Identificação e Dados Pessoais:

Nome: _____

Idade: _____ Ano/Turma: _____ Gênero: () Feminino () Masculino

1 - Você gosta de participar das aulas de Educação Física? Explique os motivos da sua resposta.

2 – Você possui algum aparelho tecnológico, como por exemplo, celular, tablet, computador.

3- Você tem acesso a internet fora do ambiente escolar?

4- Quando você utiliza a internet é com qual objetivo? Assinale todas as alternativas que correspondem a sua resposta.

- a) () Estudo
- b) () Diversão
- c) () Entretenimento
- d) () Conversar com outras pessoas
- e) () Assistir séries e filmes

5- Na escola, os professores utilizam recursos tecnológicos durante as aulas?

6 – Você se sentiria mais motivado em realizar as atividades, leituras, exercícios e avaliações das aulas se elas fossem trabalhadas pelos professores de outras maneiras? Explique sua resposta.

7 – Você já praticou algum tipo de ginástica? Se a resposta for sim, escreva qual.

8- Você aprende melhor quando pratica o que aprendeu nas aulas? Explique sua resposta.

APÊNDICE C – QUESTIONÁRIO DE SAÍDA

Identificação e Dados Pessoais:

Nome: _____

Idade: _____ Ano/Turma: _____ Gênero: () Feminino () Masculino

1 - Você gostou de participar das aulas de Educação Física em que foram utilizados recursos digitais? Explique sua resposta.

2 - Qual ou quais recurso(s) digitais que você mais gostou de utilizar durante as aulas? Por quê?

3 – Você gosta quando os professores utilizam recursos educacionais digitais “tecnologias” nas aulas? Explique sua resposta.

4 – Você gostou de praticar as aulas de ginástica? Explique o motivo da sua resposta.

5 – Você se sentiu mais motivado nas aulas quando a professora utilizou recursos educacionais digitais “tecnologias” nas aulas? Explique sua resposta.

6 – Você teve dificuldade em utilizar os recursos educacionais digitais “tecnologias” durante as aulas? Explique sua resposta.

7 – Você sentiu dificuldade(s) durante as vivências de ginástica propostas pela professora? Explique sua resposta.

APÊNDICE D - ROTEIRO DE OBSERVAÇÕES – DIÁRIO DE CAMPO

Aula nº:		Data:	Turma:
	Tema da aula:		
	Quantos alunos estavam presente?		



	Quantos alunos participaram ativamente da aula? Qual foi a abordagem em relação aos que não participaram?
	Descrição da aula:
	Como foi o comportamento dos alunos?
	Os alunos apresentaram dificuldades, desmotivação ou avanços nas aulas?

OUTRAS OBSERVAÇÕES / APONTAMENTOS

APÊNDICE E - ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – ALE

São José do Rio Claro – MT, ___ de _____ de 2024

Prezado(a) estudante, você está sendo convidado(a) para participar como voluntário (a) da pesquisa “INTEGRANDO RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: possibilidades pedagógicas para atingir os objetivos de aprendizagem”. A pesquisa será conduzida pela pesquisadora, Evelin Ferreira Gonçalves, professora de Educação Física, docente efetiva da Rede Estadual de Educação de Mato Grosso, acadêmica do Curso de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF) da Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Cuiabá, sob a orientação do Prof. Dr. Evando Carlos Moreira.

Essa pesquisa será realizada na própria escola em que você se encontra matriculado, durante o horário de aulas da disciplina e a pesquisadora dessa pesquisa é a sua professora de Educação Física, a direção da escola possui ciência sobre a pesquisa e permitiu a sua realização, assim como o seu responsável legal também fez a autorização prévia. A sua identidade será preservada, assim como a de seus colegas que participarão da pesquisa, os nomes de vocês não serão identificados em nenhum momento, pois serão utilizados pseudônimos.

Esta pesquisa se justifica pela necessidade de inovação no ensino, visto que a Educação Física é uma disciplina fundamental para o seu desenvolvimento. O objetivo é integrar recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física, visando ampliar as estratégias de ensino e aprendizagem e a produção de conhecimento.

Os procedimentos realizados serão os seguintes: Você deverá entregar Assentimento Livre e Esclarecido - ALE, assinado por você, e o Consentimento Livre e Esclarecido – CLE, assinado pelo seu responsável. Assim, você participará deste estudo, durante todo o segundo bimestre que irão tratar sobre exercícios físico, saúde, ginástica, movimentos corporais, integrando ao planejamento os recursos educacionais digitais. Você também deverá responder dois questionários, inicial (no início da pesquisa), de saída (no final da pesquisa). Caso você opte por não participar da pesquisa você deverá participar das aulas como normalmente faz e desenvolver as atividades para o aprendizado da ginástica visto que este será, o

conteúdo tratado e avaliado nas aulas de educação física, no entanto a professora não registrará nenhuma informação sua no decorrer das aulas no diário de campo para ser utilizada como coleta de dados para a pesquisa, nem das respostas do questionário e você não será obrigado a participar das atividades voltadas para os objetivos específicos da pesquisa.

Como benefício, esta pesquisa poderá tornar as aulas de Educação Física ainda mais atrativas e dinâmicas, ampliando seus conhecimentos sobre exercícios físico, saúde, ginástica, movimento corporais além de uma maior compreensão sobre os conteúdos estudados, mas é possível ocorrer riscos, que são mínimos, próprios do cotidiano das aulas de Educação Física, como quedas, lesões ou outras ocorrências, se você se machucar, o professor realizará os primeiros socorros e seguirá o protocolo habitual da escola (ligará para os responsáveis e encaminhará ao pronto atendimento, se assim for necessário). Para amenizar os riscos, o professor pesquisador solicitará a utilização de calçados e vestimentas adequadas para participar das aulas práticas e também fará as devidas orientações de como utilizar de maneira correta os recursos digitais.

É possível que você se sinta constrangido(a) ou inseguro(a) por não conseguir responder algumas das perguntas dos questionários, podendo então deixá-las sem responder. É possível considerar também, que você se sinta desconfortável ou tímido(a), pois o professor/pesquisador irá realizar anotações sobre fatos ocorridos nas aulas, além de fazer alguns registros por meio de fotos, nesses momentos, caso você sinta-se desconfortável ou tímido(a), poderá pedir para não participar da atividade, ou solicitar que sua imagem não seja registrada. Contudo se for necessário o participante tem o direito de buscar indenização nos termos da lei (conforme artigos 9º e 19 da Resolução 510/16 do CNS).

Caso haja despesas adicionais decorrentes da pesquisa, assim como eventuais danos relacionados a sua participação, serão de responsabilidade e assumidos pelo pesquisador.

Sua participação é voluntária e ninguém saberá que você está participando da pesquisa. Será garantido o direito de não participar da pesquisa ou retirar sua participação em qualquer momento, sem que isso lhe acarrete qualquer prejuízo e a garantia de acesso ao registro do consentimento sempre que solicitado. Os resultados

da pesquisa serão divulgados em eventos ou publicações científicas, de maneira que não identifique você. Você terá acesso aos resultados, assim como a pesquisa completa, na própria escola, pois uma cópia encadernada da pesquisa será disponibilizada a instituição escolar, além de ser promovida uma reunião pública para apresentar o estudo finalizado e seus resultados, o referido encontro será divulgado pelas mídias sociais da escola.

Em razão da pandemia de SARS-CoV-2 (Covid-19), seguiremos os protocolos sanitários recomendados pela Organização Mundial da Saúde (OMS), e também as medidas de biossegurança orientadas em portaria pela secretaria de educação do estado (Seduc) para minimizar os riscos de contágio, como higienização das mãos e dos materiais utilizados com álcool em gel.

Toda e qualquer dúvida poderá ser solucionada diretamente por meio dos contatos dos pesquisadores, orientador Prof. Evando Carlos Moreira, telefone: 65 9972-9983, e-mail: ecmmoreira@uol.com.br ou também com a pesquisadora Evelin Ferreira Gonçalves, telefone: 65 99323-9654, e-mail: evi.ferreira74@hotmail.com ou ainda com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Área das Ciências Humanas e Sociais da Universidade Federal de Mato Grosso, CEP/Humanidades/UFMT, pelo telefone 65 3615-8935 ou pelo e-mail: cephumanas@ufmt.br ou cephumanas@gmail.com.

Esta pesquisa foi submetida ao sistema CEP/CONEP, gerando o Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº 74271423.7.0000.5690, o CEP tem o papel de salvaguardar a conduta ética da pesquisa, logo, poderá ser procurado por você ou seu responsável no caso de denúncia ou dúvidas a respeito da conduta ética da pesquisa, sendo assim, se no transcorrer da pesquisa você constatar que ela não está sendo realizada da forma como consta neste assentimento ou se sentir prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisacom Seres Humanos – CEP/Humanidades/UFMT, seguem os dados para contato, se necessário. Coordenadora: Rosangela Kátia Sanches Mazzorana Ribeiro. Endereço: Andar Térreo – sala 102 – Instituto de Educação – Universidade Federal de Mato Grosso. E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br. WhatsApp: (65) 98122 1192. Horário de funcionamento: das 8:00 às 12:00 horas e das 14:00 às 18:00 horas.

Sendo assim, convido você a participar voluntariamente desta pesquisa. Caso aceite, preencha e assine o campo: Participante da pesquisa. Este documento estará em duas vias, uma ficará com você e a outra via será guardada pela pesquisadora por cinco anos, todas as páginas deverão ser rubricadas pela pesquisadora e pelo participante da pesquisa. informo que o (a) participante terá acesso ao registro de assentimento sempre que solicitar.

Pesquisadora responsável: Evelin Ferreira Gonçalves

PARTICIPANTE DA PESQUISA

Eu, _____,
aceito participar da pesquisa “INTEGRANDO RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: possibilidades pedagógicas para atingir os objetivos de aprendizagem”. Autorizo o uso da minha imagem, sem finalidade comercial, para ser utilizada em benefício da pesquisa. Autorizo ainda a divulgação dos meus dados pessoais, bem como, informações sobre mim. Entendi as coisas ruins e coisas boas que podem acontecer. Entendi que posso dizer “sim” e participar, mas que a qualquer momento, posso dizer “não” e desistir. O professor/pesquisador explicou sobre a pesquisa para mim e tirou minhas dúvidas. Li e entendi este Assentimento Livre e Esclarecido e concordo em participar da pesquisa.

São José do Rio Claro, _____ de _____ de 2024.

Nome do (a) estudante participante:

Assinatura do (a) estudante participante:

APÊNDICE F - CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO – CLE

São José do Rio Claro – MT, _____ de _____ de 2024

Estamos convidando seu filho(a) para participar da pesquisa “INTEGRANDO RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: possibilidades pedagógicas para atingir os objetivos de aprendizagem”. A pesquisa será conduzida pela pesquisadora, Evelin Ferreira Gonçalves, professora de Educação Física, docente efetiva da Rede Estadual de Educação de Mato Grosso, acadêmica do Curso de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF) da Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Cuiabá, sob a orientação do Prof. Dr. Evando Carlos Moreira.

Esta pesquisa se justifica pela necessidade de inovação no ensino, visto que a Educação Física é uma disciplina fundamental para o seu desenvolvimento. O objetivo é integrar recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física, em uma turma do ensino fundamental, anos finais, visando ampliar as estratégias de ensino e aprendizagem e a produção de conhecimento. A direção da escola já está ciente e permitiu a realização da pesquisa, que será feita nas dependências da própria unidade de ensino onde você está matriculado(a), no horário normal das aulas de Educação Física.

Os procedimentos realizados no estudo serão os seguintes: o estudante deverá entregar o Assentimento Livre e Esclarecido - ALE, assinado por ele, assim como o Consentimento Livre e Esclarecido – CLE, assinado por você, responsável pelo estudante. Assim, ele participará deste estudo, realizando as aulas de Educação Física, durante todo o segundo bimestre que irão tratar sobre exercícios físico, saúde, ginástica, movimentos corporais, integrando ao planejamento os recursos educacionais digitais. Ele deverá responder dois questionários, inicial (no início da pesquisa), de saída (no final da pesquisa). E a participação terá acompanhamento e assistência integral e gratuita durante, após e/ou em caso de interrupção da pesquisa caso haja a necessidade.

Como benefício, esta pesquisa poderá tornar as aulas de Educação Física ainda mais atrativas e dinâmicas, ampliando os conhecimentos sobre exercícios físico, saúde, ginástica, movimento corporais, além de uma maior compreensão sobre os

conteúdos estudados, mas é possível ocorrer riscos, que são mínimos, próprios do cotidiano das aulas de Educação Física, como quedas, lesões ou outras ocorrências, se o estudante se machucar, o professor realizará os primeiros socorros e seguirá o protocolo habitual da escola (ligará para os responsáveis e encaminhará ao pronto atendimento, se assim for necessário). Para amenizar os riscos, o professor pesquisador solicitará a utilização de calçados e vestimentas adequadas para participar das aulas práticas e também fará as devidas orientações de como utilizar de maneira correta os recursos digitais.

É possível que o estudante se sinta constrangido(a) ou inseguro(a) por não conseguir responder algumas das perguntas dos questionários, podendo então deixá-las sem responder. É possível considerar também, que o estudante se sinta desconfortável ou tímido(a), pois o professor/pesquisador irá realizar anotações sobre fatos ocorridos nas aulas, além de fazer alguns registros por meio de fotos, nesses momentos, caso o estudante sinta-se desconfortável ou tímido(a), poderá pedir para não participar da atividade, ou solicitar que sua imagem não seja registrada. Contudo se for necessário o participante tem o direito de buscar indenização nos termos da lei (conforme artigos 9º e 19 da Resolução 510/16 do CNS).

Conforme artigo 9º e 19º da Resolução 510/16 do Conselho Nacional de Saúde, caso haja despesas diretamente decorrentes da participação do estudante na pesquisa, serão de responsabilidade e assumidas pelo pesquisador, existindo ainda o direito do participante em buscar indenização, nos termos da lei, por danos decorrentes da pesquisa. A participação do estudante é voluntária, e não resultará em nenhum tipo de remuneração financeira ou custos para você, será garantido o direito de o estudante recusar-se a participar da pesquisa ou de você retirar seu consentimento em qualquer momento, sem que isso lhe acarrete qualquer prejuízo.

É importante ressaltar que o aluno que não for autorizado pelo responsável a participar da pesquisa ou ainda que não queira fazer parte do estudo, deverá participara das aulas como normalmente faz e desenvolver as atividades para o aprendizado da ginástica visto que este será, o conteúdo tratado e avaliado nas aulas de educação física, no entanto a professora não registrará nenhuma informação do estudante no decorrer das aulas no diário de campo para ser utilizada como coleta de

dados para a pesquisa, nem das respostas do questionário e não será obrigado a participar das atividades voltadas para os objetivos específicos da pesquisa.

Será mantido o sigilo sobre as informações e garantida a privacidade bem como garantido o direito de não participar da pesquisa ou retirar a participação do estudante a qualquer momento, sem que isso lhe acarrete qualquer prejuízo e a garantia de acesso ao registro do assentimento sempre que solicitado. Os resultados da pesquisa serão divulgados em eventos ou publicações científicas, de maneira que não identifique o estudante. Os participantes bem como a comunidade terão acesso aos resultados da pesquisa, assim como a pesquisa completa, na própria escola, pois uma cópia encadernada da pesquisa será disponibilizada a instituição escolar, além de ser promovida uma reunião pública para apresentar o estudo finalizado e seus resultados, o referido encontro será divulgado pelas mídias sociais da escola.

Toda e qualquer dúvida poderá ser solucionada diretamente por meio dos contatos dos pesquisadores, orientador Prof. Evando Carlos Moreira, telefone: 65 9972-9983, e-mail: ecmmoreira@uol.com.br ou também com a pesquisadora Evelin Ferreira Gonçalves, telefone: 65 99323-9654, e-mail: evi.ferreira74@hotmail.com ou ainda com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Área das Ciências Humanas e Sociais da Universidade Federal de Mato Grosso, CEP/Humanidades/UFMT, pelo telefone 65 3615-8935 ou pelo e-mail: cephumanas@ufmt.br ou cephumanas@gmail.com.

Esta pesquisa foi submetida ao sistema CEP/CONEP, gerando o Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº74271423.7.0000.5690, o CEP tem o papel de salvaguardar a conduta ética da pesquisa, logo, poderá ser procurado pelo participante da pesquisa no caso de denúncia ou dúvidas a respeito da conduta ética da pesquisa, sendo assim, se no transcorrer da pesquisa você constatar que ela não está sendo realizada da forma como consta neste Consentimento ou se sentir prejudicado de alguma forma, você poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos – CEP/Humanidades/UFMT. Seguem os dados para contato, se necessário. Coordenadora: Rosangela Kátia Sanches Mazzorana Ribeiro. Endereço: Andar Térreo – sala 102 – Instituto de Educação – Universidade Federal de Mato Grosso. E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br. WhatsApp: (65)

98122 1192. Horário de funcionamento: das 8:00 às 12:00 horas e das 14:00 às 18:00 horas.

Sendo assim, solicitamos a sua autorização. Caso aceite, preencha este documento que será emitido em duas vias, uma via ficará com você e a outra via será arquivada pelo pesquisador por cinco anos. Todas as páginas deverão ser rubricadas pela pesquisadora e pelo responsável legal do participante da pesquisa. Será garantido ao participante livre acesso ao registro do consentimento sempre que solicitado.

Agradecemos desde já sua atenção e colocamo-nos à disposição para eventuais esclarecimentos.

Pesquisadora responsável: Evelin Ferreira Gonçalves

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____,

concordo que o estudante _____

_____ participe do estudo "INTEGRANDO RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: possibilidades pedagógicas para atingir os objetivos de aprendizagem". Autorizo também o uso de sua imagem, desde que sejam apenas para fins da pesquisa e não tenha finalidade comercial. Autorizo ainda a divulgação dos dados pessoais, bem como, informações sobre os participantes da pesquisa. Ciente de que fui informado (a) sobre a pesquisa e seus procedimentos e que todos os dados a seu respeito não deverão ser identificados por nome em qualquer uma das vias de publicação ou uso. Foi-me garantido que posso retirar o consentimento a qualquer momento. Li e entendi este consentimento e concordo em liberar meu filho a participar da pesquisa.

Data: ____ / ____ / ____

Assinatura do responsável pelo estudante: _____

Observação: rubrique as páginas anteriores

APÊNDICE G – PLANOS DE AULA DA INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA

Aula 1

Tema: Promovendo saúde e flexibilidade: a importância do alongamento muscular

Unidade temática: Ginástica

Turma: 9º ano

Número de aulas: 4 aulas

Habilidade: Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.

Objetivo da aula: Compreender a importância dos exercícios de alongamento na vida cotidiana e as maneiras de realizá-los corretamente.

Procedimentos metodológicos:

- Iniciar a aula apresentando o tema e perguntando aos estudantes quais conhecimentos prévios eles possuem sobre o assunto.

- Apresentar aplicativos, plataformas e websites nos quais estão disponíveis vídeos, treinos e sequências de exercícios de alongamento para as diversas necessidades da vida diária, faixas etárias e nível de condicionamento.

- Criar grupos para que os estudantes possam explorar os recursos digitais apresentados, bem como outras fontes relevantes. Após a investigação, solicitar que cada grupo elabore uma apresentação contendo 10 exercícios de alongamento. Cada grupo receberá um tema específico para que os diversos grupos musculares sejam alongados. Os temas seguirão a ordem:

Grupo 1: Alongamento para pescoço e ombro

Grupo 2: alongamento para braços e costas

Grupo 3: Alongamento para lombar

Grupo 4: Alongamento para parte inferior do corpo (exercícios em pé)

Grupo 5: Alongamento para parte inferior do corpo (exercícios no solo)

Durante as apresentações, os grupos explicarão as maneiras corretas de realizar os exercícios, visando permitir que os participantes pratiquem coletivamente.

- Ao término da aula, propor uma reflexão aos estudantes sobre as sensações e exigências corporais que identificaram durante os exercícios realizados, bem como as dificuldades e facilidades encontradas.

Recursos e Materiais: Quadro, pincel atômico, *chromebook*, celular, aplicativos diversos, plataformas *online*, *websites* e quadra poliesportiva e colchonetes.

Avaliação: A avaliação será baseada na participação nos diálogos durante a aula, no uso pedagógico dos recursos digitais, no nível de envolvimento e colaboração com o grupo, bem como na qualidade da apresentação realizada e na participação prática na proposta dos demais grupos.

Fonte: Elaborado pelo autor.

Aula 2

Tema: Postura corporal adequada, impacto na saúde, respiração, confiança e bem-estar emocional

Unidade temática: Ginástica

Turma: 9º ano

Número de aulas: 4 aulas

Habilidade: Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.

Objetivo da aula: Compreender a importância da postura corporal adequada para a saúde física e mental, promovendo as ações de cuidado para manter ou melhorar a postura.

Procedimentos metodológicos:

- O ambiente da sala estará organizada em quatro estações.
- Posteriormente, já com os grupos de estudantes em sua respectiva estação, orienta-los a acessar via *chromebook*/celular a plataforma Plural para fazer a leitura das orientações da aula e *logar* ao link do *Google Docs* que os direcionará para um arquivo colaborativo.
- Após esse momento, entregar aos grupos um *QR code* para ser acessado, que indicará uma pergunta específica. Orientando que dialoguem entre os integrantes da equipe para juntos elaborarem uma resposta a ser registrando no documento compartilhado dentro do limite de tempo estabelecido previamente.
- Em seguida, os grupos deverão trocar de estação, identificar a próxima pergunta e seguir o mesmo procedimento. Durante todo esse processo terão acesso simultâneo as respostas fornecidas pelos demais grupos, permitindo que façam a leitura das argumentações de todos.

As perguntas feitas em cada estação serão :

5. Como a postura corporal adequada pode influenciar positivamente a saúde física a longo prazo?
6. De que maneira a postura corporal afeta a respiração e quais são as consequências disso para o desempenho físico e mental.

7. Como a postura corporal pode influenciar a confiança e a percepção dos outros sobre nós?
8. Quais práticas podem ser adotadas para melhorar a postura corporal no dia a dia e quais são seus efeitos no bem-estar emocional?

- Concluindo a aula, os grupos terão a oportunidade de apresentar suas argumentações sobre os diálogos realizados e discutir as possibilidades de cuidados com a postura que promovam a saúde, melhora da respiração, confiança e o bem-estar emocional. Durante essas apresentações, os estudantes terão a chance de compartilhar suas descobertas e reflexões, enriquecendo o debate e ampliando o entendimento sobre a importância da postura corporal adequada para cada sujeito

Recursos e Materiais: Quadro, pincel atômico, *chromebook*, celular, ferramenta *Google Docs* e *Padlet* e impressões em papel A4.

Avaliação: Avaliação da participação ativa, compreensão e reflexão do tema, contribuições significativas para o debate e apresentação clara e organizada das ideias, capacidade de acessar e analisar as respostas dos demais grupos, incorporando diferentes perspectivas ao próprio entendimento.

Fonte: Elaborado pelo autor.

Aula 3

Tema: Conhecendo a Ginástica de conscientização corporal e ginástica de condicionamento físico

Unidade temática: Ginástica

Turma: 9º ano

Número de aulas: 2 aulas

Habilidade: Identificar as diferenças e semelhanças entre a ginástica de conscientização corporal e as de condicionamento físico e discutir como a prática de cada uma dessas manifestações pode contribuir para a melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo.

Experimentar e fruir um ou mais tipos de ginástica de conscientização corporal, identificando as exigências corporais dos mesmos.

Objetivo da aula: Explorar e compreender as características distintas da ginástica de conscientização corporal e da ginástica de condicionamento físico, discutindo os benefícios que ambas podem proporcionar para a qualidade de vida, saúde, bem-estar e autocuidado.

Procedimentos metodológicos:

- Na introdução da aula, apresentar aos estudantes um *Padlet* contendo imagens que representem diversas práticas de ginástica de conscientização corporal e de condicionamento físico. Questionar os alunos sobre qual das atividades já praticaram e qual o objetivo específico de cada uma delas. Para assinalar as que já praticaram basta curtir as fotos e para responder o objetivo específico de cada uma delas eles poderão comentar as postagens. Assim como em uma rede social.
- Após o diálogo inicial, explicar os conceitos da aula dialogando com os alunos e acrescentando as imagens do *Padlet* à definição de ambas as classificações para fins de leitura e consolidação do diálogo anterior
- No final da aula proporcionar que os estudantes façam uma meditação guiada, exibindo um vídeo do *YouTube* e indicando plataformas virtuais gratuitas para realização dessa prática em casa.

Recursos e Materiais: *Chromebook*, televisão, celular, *Padlet*, caixa de som e colchonetes.

Avaliação: Avaliação da participação ativa, compreensão e reflexão do tema, contribuições significativas para os diálogos e apresentação clara e organizada das ideias, realização prática dos exercícios propostos.

Fonte: Elaborado pelo autor.

Aula 4

Tema: Conhecendo o programa de exercício *High Intensity Interval Training* (HIIT)

Unidade temática: Ginástica

Turma: 9º ano

Número de aulas: 4 aulas

Habilidade: Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.

Objetivo da aula: Conhecer e experimentar o *High Intensity Interval Training* (HIIT), identificando as características da ginástica de condicionamento físico e as possibilidades de realizar esses exercícios fora da escola.

Procedimentos metodológicos:

- Iniciar a aula apresentando o tema e perguntando aos estudantes quais conhecimentos prévios possuem sobre o assunto.
- Explicar o que é o HIIT e qual é a estratégia utilizada neste protocolo, bem como quem pode realizá-lo e de quais maneiras. Apresentar os diferentes protocolos que existem e a importância de adequar a prática ao condicionamento físico de cada sujeito. Demonstrando alguns exercícios que podem ser incluídos aos treinos e que podem ser realizados em diferentes espaços.
- Indicar recursos digitais que podem ser utilizados pelos estudantes em casa para realização dessa prática diariamente, orientando estudantes sobre a necessidade de compreender as limitações de seu corpo e respeitá-las, cuidando para evitar excessos que podem causar fadiga, exaustão, lesões nas articulações e ligamentos, aumentar os riscos de fraturas e fissuras ósseas e até perda de massa muscular.
- Neste momento da aula, os estudantes participarão de uma experiência utilizando um vídeo disponível no *YouTube* para experimentarem esse estilo de treino.
- Para finalizar os estudantes irão testar seus conhecimentos em um jogo eletrônico que abordará as seguintes perguntas:

O que significa a sigla HIIT?

Qual é a principal característica do HIIT?

Qual é a principal vantagem do HIIT em comparação com exercícios contínuos de baixa intensidade?

Para quem o HIIT é indicado?

O que se deve evitar ao praticar HIIT?

O HIIT é classificado como uma ginástica de conscientização corporal?

Verdadeiro ou Falso

Os treinos de HIIT devem ser realizados exclusivamente em espaços apropriados, como academias e centros de treinamento?

Verdadeiro ou Falso

Quais tipos de exercícios podem compor um treino de HIIT?

Recursos e Materiais: *Chromebook*, televisão, projetor, celular, aplicativo *Heart Rate Free*, aparelho de aferir pressão digital, caixa de som, apito e colchonete.

Avaliação: A avaliação incluirá o engajamento e a participação ativa dos estudantes, a compreensão do tema apresentado, a participação na experiência prática, as respostas durante a roda de conversa final. Será verificada a capacidade de compreender e responder às indagações feitas, bem como de reconhecer os cuidados individuais e limitações de cada sujeito. Além disso, será observada a

percepção dos alunos sobre as possibilidades de continuar realizando os exercícios em casa.

Fonte: Elaborado pelo autor.

Aula 5

Tema: Autocuidado, cultivando o bem-estar e a saúde integral

Unidade temática: Ginástica

Turma: 9º ano

Número de aulas: 4 aulas

Habilidade: Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).

Objetivo da aula: Conscientizar-se da necessidade do autocuidado entre os estudantes, a fim de melhorar a saúde nos diversos aspectos que permeiam a vida.

Procedimentos metodológicos:

- Iniciar a aula conversando com os estudantes e perguntando o que eles entendem por autocuidado, orientando que se autoavaliem e reflitam como têm praticado esse autocuidado na vida diária. Após a reflexão, os estudantes acessarão um *link* que os direcionará para realização de um teste da “Roda da Vida”, instrumento importante para exercício do autoconhecimento, orientando que preencham o diagrama respondendo a todos os itens com pontuação mais próxima da sua realidade.

- Posteriormente, os estudantes serão orientados a formar grupos para realizarem a atividade da aula, que consistirá na criação de um infográfico contendo informações e dicas sobre autocuidado. A cada grupo será atribuído um tipo específico de autocuidado: mental e emocional, físico, intelectual, social e espiritual. Os membros dos grupos devem conduzir pesquisas e diálogos para elaborarem um infográfico utilizando a plataforma *Canva*, com o propósito de apresentá-lo posteriormente à turma e compartilhá-lo com os demais estudantes da escola, através das redes sociais e dos murais físicos disponíveis na instituição.

- Após a finalização da edição do infográfico, os estudantes apresentarão à turma as ideias propostas para aprimorar o autocuidado em diversas áreas que permeiam nossas vidas. Isso permitirá a troca de conhecimentos e a visualização das diversas maneiras de cuidar de si mesmo.

Recursos e Materiais: Quadro, pincel atômico, *chromebook*, celular, plataforma *canva* e websites.

Avaliação: Será avaliado o nível de envolvimento dos estudantes durante as discussões, sua capacidade de autoavaliação e reflexão sobre suas práticas diárias de autocuidado. A clareza na comunicação durante a apresentação e a habilidade dos estudantes em comunicar as ideias propostas.

Fonte: Elaborado pelo autor.

Aula 6

Tema: Beleza idealizada: explorando os padrões estéticos, transtornos alimentares e o uso de anabolizantes

Unidade temática: Ginástica

Turma: 9º ano

Número de aulas: 2 aulas

Habilidade: Problematizar a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de medicamentos para a ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais.

Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).

Objetivo da aula: Promover a conscientização e a reflexão dos estudantes sobre transtornos alimentares, padrões de beleza e o uso de anabolizantes.

Orientar os estudantes a explorarem criticamente o papel das mídias sociais na formação da percepção de beleza e corpo.

Procedimentos metodológicos:

- Iniciar a aula apresentando alguns vídeos curtos aos estudantes sobre transtornos alimentares, padrões de beleza e uso de anabolizantes.
- Conduzir uma conversa explorando os transtornos alimentares que afetam a população, os padrões estéticos contemporâneos e a busca por esses padrões, assim como o papel das redes sociais na amplificação dessa busca. Alertar os estudantes sobre a presença de sites, redes sociais e *blogs* que oferecem dicas de exercícios e dietas, que frequentemente divulgam informações sensacionalistas e pouco embasadas, sem a devida avaliação de especialistas. Esclarecer aos estudantes a distinção entre suplementos alimentares e anabolizantes.
- Orientar os estudantes a refletirem sobre a seguinte pergunta: Como as mídias sociais influenciam a percepção de beleza e corpo? Quais são as medidas preventivas e de conscientização que podem ser adotadas em relação aos padrões de beleza. Após as reflexões, acessarem o padlet da aula para que possam compartilhar suas respostas e apontamentos.

Recursos e Materiais: *Chromebook* e televisão.

Avaliação: Avaliação da participação ativa, compreensão e reflexão do tema, contribuições significativas para o debate, apresentação clara e organizada das ideias e produção de vídeo.

Fonte: Elaborado pelo autor.

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: INTEGRANDO RECURSOS EDUCACIONAIS DIGITAIS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: possibilidades pedagógicas para atingir os objetivos de aprendizagem

Pesquisador: Evelin Ferreira Gonçalves

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 74271423.7.0000.5690

Instituição Proponente: Programa de Mestrado Profissional em Educação Física

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 6.459.906

Apresentação do Projeto:

Segundo a pesquisadora:

"Resumo: O projeto de pesquisa intitulado "Integrando Recursos Educacionais Digitais nas Aulas de Educação Física: Possibilidades Pedagógicas para Atingir os Objetivos de Aprendizagem " propõe como objetivo principal Integrar recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física, em uma turma do ensino fundamental, anos finais, ampliando as estratégias de ensino e aprendizagem, com vistas a produção de conhecimento por parte dos alunos. Propondo estratégias didáticas utilizando os recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física, para experimentar possibilidades educativas a fim de desenvolver os objetivos de aprendizagem e analisar a utilização dos recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física e a relação com a produção de conhecimento por parte dos alunos Para atingir esses objetivos, a pesquisa tava a abordagem de cunho qualitativo a partir da pesquisa-ação e seguirá a metodologia que envolve a implementação de uma unidade didática de ginástica, enriquecida com recursos digitais, em um ambiente de sala de aula. A pesquisa será desenvolvida na Escola Estadual Dr. Anísio José Moreira no município de São José do Rio Claro – Mato Grosso. O público-alvo desta pesquisa será escolhido em consenso com a gestão e coordenação escolar e contemplará uma das turmas do Ensino Fundamental II, anos finais, do período matutino, visto que as aulas da professora são atribuídas apenas nesse turno e a escola atente exclusivamente essa etapa de ensino. Como instrumentos de coleta de dados serão utilizados dois questionários, um inicial, para analisar

Endereço: Rua Fernando Correa da Costa, 2367

Bairro: BOA ESPERANCA

CEP: 78.060-900

UF: MT

Município: CUIABA

Telefone: (65)3615-8935

E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br

Continuação do Parecer: 6.459.906

previamente a percepção dos alunos acerca dos recursos digitais e da ginástica. E outro de final, a fim de verificar se houve mudanças nas percepções dos alunos acerca das aulas de Educação Física e dos conteúdos trabalhados. Também será utilizado como instrumento de pesquisa a observação dos estudantes e preenchimento de diário de campo. Realizando anotações referentes as conversas entre os alunos, comportamentos, gestos, expressões, sua participação nas atividades propostas, nas vivências e demais registros que forem pertinentes para pesquisa, bem como registros fotográficos. Em suma, os questionários aplicados no início e no final da pesquisa servirão para identificar as percepções prévias dos estudantes sobre as aulas de Educação Física e os recursos educacionais digitais bem como as mudanças ou evoluções que ocorreram no decorrer da pesquisa. O diário de campo será um instrumento utilizado na pesquisa que contribuirá para analisar os dados coletados".

Metodologia Proposta: A pesquisa será desenvolvida na Escola Estadual Dr. Anísio José Moreira no município de São José do Rio Claro, Mato Grosso. Como instrumentos de coleta de dados serão utilizados dois questionários, um inicial, para analisar previamente a percepção dos alunos acerca dos recursos digitais e da ginástica. E outro de final, a fim de verificar se houve mudanças nas percepções dos alunos acerca das aulas de Educação Física e dos conteúdos trabalhados. Antes de iniciar a coleta de dados junto à instituição de ensino, será apresentado ao gestor escolar documentos de autorização da pesquisa, a saber: Autorização/Anuência Institucional, solicitando anuência para realização da pesquisa, uso da infraestrutura física, além de informar as disposições éticas e de privacidade, bem como os benefícios e riscos aos participantes e a instituição. Aos estudantes será entregue o Assentimento Livre e Esclarecido - ALE e aos Pais/Responsáveis o Consentimento Livre Esclarecido - CLE para preenchimento físico, presencial. Será utilizado como instrumento de pesquisa a observação dos estudantes e preenchimento de diário de campo. Realizando anotações referentes as conversas entre os alunos, comportamentos, gestos, expressões, sua participação nas atividades propostas, nas vivências e demais registros que forem pertinentes para pesquisa, bem como registros fotográficos. Com base nesses instrumentos diagnósticos, será elaborado um plano de intervenção construindo uma unidade didática para o ensino do conteúdo de ginástica, utilizando como estratégia os recursos educacionais digitais. É importante ressaltar que o aluno que não for autorizado pelo responsável a participar da pesquisa ou ainda que não queira fazer parte do estudo, deverá participara das aulas como normalmente faz e desenvolver as atividades para o aprendizado da ginástica visto que este será, o conteúdo tratado e avaliado nas aulas de educação física, no entanto a professora não registrará nenhuma

Endereço: Rua Fernando Correa da Costa, 2367

Bairro: BOA ESPERANCA

CEP: 78.060-900

UF: MT

Município: CUIABA

Telefone: (65)3615-8935

E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br

Continuação do Parecer: 6.459.906

informação sua no decorrer das aulas no diário de campo para ser utilizada como coleta de dados para a pesquisa, nem das respostas do questionário e o estudante não será obrigado a participar das atividades voltadas para os objetivos específicos da pesquisa".

Metodologia de Análise de Dados: A presente pesquisa traz a abordagem de cunho qualitativo, visto que a problemática a ser respondida exige a utilização dessa metodologia. Neste viés, Minayo (2007, p. 22-23, grifos da autora) aponta: São as metodologias da pesquisa qualitativa, entendidas como aquelas capazes de incorporar a questão do SIGNIFICADO e da INTENCIONALIDADE como inerentes aos atos, às relações, e às estruturas sociais, sendo essas últimas tomadas tanto no seu advento, quanto na sua transformação, como construções humanas significativas. Dessa forma, escolhemos a abordagem qualitativa a partir da pesquisa-ação, que envolve a exploração de questões sociais e técnicas que tenham relevância científica, através de colaboração entre pesquisadores, membros das situações-problema e outros interessados na resolução desses

problemas ou, pelo menos, no progresso em direção a respostas apropriadas nas áreas social, educacional, técnica e/ou política. Nesse processo de pesquisa-ação, os objetivos de ação e os objetivos de conhecimento estão entrelaçados e, esses objetivos, são fundamentados em um conjunto de referências teóricas que orientam a estruturação de conceitos, abordagens interpretativas e a coleta de informações durante a investigação.

(THIOLLENT, 2011). Gil (1999, p. 47), descreve que os estudos que se utilizam da pesquisa-ação, "se caracterizam pelo envolvimento dos pesquisadores e dos pesquisados no processo de pesquisa". Isso significa que não é uma pesquisa distante ou observacional, uma vez que todas as partes participam ativamente da pesquisa. Para Severino (2007, p. 120,)

A pesquisa-ação é aquela que, além de compreender, visa intervir na situação, com vistas a modificá-la. O conhecimento visado articula-se a uma finalidade intencional de alteração da situação pesquisada. Assim, ao mesmo tempo que realiza um diagnóstico e a análise de uma determinada situação, a pesquisa-ação propõe ao conjunto de sujeitos envolvidos mudanças que levem a um aprimoramento das práticas analisadas. Em outras palavras, é um tipo de investigação que não apenas busca entender uma situação, mas também procura intervir nela para provocar mudanças. O conhecimento almejado está ligado à intenção de alterar a situação que está sendo estudada. Portanto, enquanto examina e analisa uma determinada situação, a pesquisa-ação também propõe mudanças aos participantes envolvidos, com o objetivo de melhorar as práticas que estão sendo estudadas. Em relação a natureza, a pesquisa é classificada como pesquisa

Endereço: Rua Fernando Correa da Costa, 2367

Bairro: BOA ESPERANCA

CEP: 78.060-900

UF: MT

Município: CUIABA

Telefone: (65)3615-8935

E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br

Continuação do Parecer: 6.459.906

aplicada, que segundo Appolinário (2011, p. 146), é realizada com o objetivo de “resolver problemas ou necessidades concretas e imediatas”. Neste contexto, afirmamos a necessidade de integração de recursos educacionais digitais na educação, a fim de melhorar a prática pedagógica e acompanhar as modificações e exigências do contexto contemporâneo.

Objetivo da Pesquisa:

Segundo a pesquisadora:

"Objetivo primário: "Integrar recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física, em uma turma do ensino fundamental, anos finais, ampliando as estratégias de ensino e aprendizagem, com vistas a produção de conhecimento por parte dos alunos".

Objetivo Secundário: "- Propor estratégias didáticas utilizando os recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física;- Experimentar por meio de recursos educacionais digitais possibilidades educativas para desenvolver os objetivos de aprendizagem da Educação Física;- Analisar a utilização dos recursos educacionais digitais nas aulas de Educação Física e a relação com a produção de conhecimento por parte dos alunos".

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Segundo a pesquisadora os Riscos são: "Esclarecemos que não haverá nenhum procedimento invasivo, os riscos envolvidos neste estudo serão mínimos, a incidência de riscos nas aulas práticas não deve ser maior do que aqueles próprios do dia a dia das aulas de Educação Física, como risco de quedas, lesões ou outras situações que podem afetar mesmo que minimamente a saúde física dos estudantes. Para amenizar os riscos nestas aulas, a professora pesquisadora solicitará a utilização de calçados e roupas adequadas para participar das vivências, além de passar orientações e acompanhar os estudantes durante toda duração da aula. Preventivamente, será providenciada uma caixa de primeiros socorros para caso aconteça alguma ocorrência de dano físico, além de realizar os primeiros socorros a professora seguirá o procedimento padrão da unidade escolar, ligando para os responsáveis e encaminhar o aluno ao pronto atendimento, se assim for necessário. Outro risco é quanto ao uso inadequado frente as tecnologias, para ser evitada serão estabelecidos limites claros e direcionados os alunos para o uso apropriado dos recursos digitais durante as aulas. Ademais, é importante mencionar a desigualdade de acesso aos recursos digitais. Neste viés, a instituição na qual a pesquisa será aplicada está preparada para atender as demandas da pesquisa, contando com recursos que a instituição já possui para garantir a participação de todos os alunos, evitando a exclusão digital. Outro risco diz respeito a questões emocionais, pois os estudantes poderão sentir-se constrangidos ou inseguros para responder

Endereço: Rua Fernando Correa da Costa, 2367

Bairro: BOA ESPERANCA

CEP: 78.060-900

UF: MT

Município: CUIABA

Telefone: (65)3615-8935

E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br

Continuação do Parecer: 6.459.906

algumas das perguntas do questionário diagnóstico e/ou questionário de saída, sendo assim, a professora pesquisadora deixará o estudante ciente de que não precisará responder aquelas perguntas que lhe causarem constrangimento ou insegurança. É possível considerar também, que os participantes da pesquisa se sintam envergonhados ou desconfortáveis durante as aulas, já que a pesquisadora utilizará um diário de campo, realizando anotações referentes aos fatos ocorridos nas aulas sobre o comportamento dos alunos, sobre as suas opiniões em relação ao conteúdo vivenciado e tudo que a professora- pesquisadora julgar importante apontar, de acordo com o roteiro préestabelecido, bem como realizará registros por meio de fotos de algumas partes das aulas. Nesses momentos, caso o estudante sinta-se envergonhado ou desconfortável poderá solicitar para não participar da atividade, ou pedir que sua imagem não seja registrada".

Benefícios: "Entre os benefícios diretos cabe mencionar o acesso a uma variedade de informações e conteúdos relacionados à Educação Física. Através de recursos digitais, como textos, imagens, vídeos, áudios, animações, infográficos, aplicativos específicos ou plataformas de aprendizagem, os alunos poderão ampliar seus conhecimentos sobre exercícios físico, saúde, ginástica, movimentos corporais, entre outros temas relevantes. Isso permitirá que eles compreendam melhor as dimensões conceituais e procedimentais, que perpassam o componente curricular. Além dos benefícios diretos, o uso de recursos educacionais digitais nas aulas de educação física também proporciona benefícios indiretos. Por exemplo, a integração da tecnologia no contexto da educação física pode aumentar o engajamento dos alunos nas aulas. A familiaridade com dispositivos eletrônicos e aplicativos faz com que eles se sintam mais conectados e interessados nas atividades propostas. Ademais, o uso de recursos digitais poderá promover a colaboração e a interação entre os alunos. Por meio de aplicativos e plataformas online, eles poderão compartilhar experiências, desafios e conquistas, estimulando a cooperação e o trabalho em equipe e também poderão facilitar a avaliação e o acompanhamento do progresso dos alunos. Outro benefício é a possibilidade de personalização do ensino. Com recursos digitais é possível adaptar as atividades de acordo com as necessidades individuais dos alunos. Entendemos que traremos luz, por meio de um trabalho científico, a oferta de aprendizagem de um conhecimento relevante para a área da Educação Física, isso somado a divulgação de dados que possibilitarão estudos mais aprofundados, assim como reflexões que orientem os profissionais da área sobre a importância dessa temática ser ampliada no ambiente escolar, assim, outros professores poderão se apropriar do conhecimento e poderão transformá-los e ou recriá-los, buscando uma valorização do componente curricular, contribuindo assim com a aprendizagem da cultura corporal do movimento

Endereço: Rua Fernando Correa da Costa, 2367

Bairro: BOA ESPERANCA

CEP: 78.060-900

UF: MT

Município: CUIABA

Telefone: (65)3615-8935

E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br

Continuação do Parecer: 6.459.906

cada vez mais significativa aos estudantes".

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de um protocolo de pesquisa de mestrado do Programa de Pós-graduação Profissional em Educação Física da UFMT.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Nesta versão, foram inseridos os seguintes documentos de apresentação obrigatória:

- Formulário de Informações Básicas do Projeto (PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2208885.pdf)
- Carta Resposta (CARTA_RESPOSTA.docx)
- Carta Resposta (CARTA_RESPOSTA.pdf)
- Projeto de Pesquisa (ProjetoPesquisaAlterado.pdf)
- Projeto de Pesquisa (ProjetoPesquisaAlterado.doc)
- Modelo da Forma de Registro do Consentimento Livre e Esclarecido (ConsentimentoAlterado.pdf)
- Modelo da Forma de Registro do Consentimento Livre e Esclarecido (ConsentimentoAlterado.docx)
- Modelo da Forma de Registro do Assentimento Livre e Esclarecido (assentimentoAlterado.pdf)
- Modelo da Forma de Registro do Assentimento Livre e Esclarecido (assentimentoAlterado.docx)

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Todas as pendências e solicitações listadas no parecer anterior foram atendidas. Propõem-se a aprovação do projeto de pesquisa em relação a análise ética.

Considerações Finais a critério do CEP:

Considerando as Resoluções 466/2012 e 510/2016 do CNS, e, uma vez que a documentação apresentada atende ao solicitado, emitiu-se o parecer para o presente projeto: Aprovado.

Conforme as Resoluções 466/12 e 510/2016, é atribuição do CEP acompanhar o desenvolvimento dos projetos, por meio de relatórios semestrais dos pesquisadores e de outras estratégias de monitoramento, de acordo com o risco inerente a pesquisa. Ressaltamos as seguintes atribuições da pesquisadora: Desenvolver o projeto conforme delineado; Elaborar e apresentar os relatórios semestrais (parciais) e final até 60 dias após o seu término (como notificação); Apresentar dados solicitados pelo CEP ou pela CONEP a qualquer momento; Manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda responsabilidade, por um período de 5 (cinco) anos após o término da pesquisa; Encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos

Endereço: Rua Fernando Correa da Costa, 2367

Bairro: BOA ESPERANÇA

CEP: 78.060-900

UF: MT

Município: CUIABA

Telefone: (65)3615-8935

E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br

Continuação do Parecer: 6.459.906

créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto. Justificar fundamentadamente, perante o CEP, qualquer modificação (emenda) ou interrupção do projeto.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMACOES_BASICAS_DO_PROJETO_2208885.pdf	15/10/2023 21:32:26		Aceito
Outros	CARTA_RESPOSTA.docx	15/10/2023 21:31:37	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Solicitação registrada pelo CEP	CARTA_RESPOSTA.pdf	15/10/2023 21:30:23	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	ConsentimentoAlterado.pdf	15/10/2023 21:27:40	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	ConsentimentoAlterado.docx	15/10/2023 21:27:28	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	assentimentoAlterado.pdf	15/10/2023 21:27:12	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	assentimentoAlterado.docx	15/10/2023 21:27:00	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoPesquisaAlterado.pdf	15/10/2023 21:25:38	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoPesquisaAlterado.doc	15/10/2023 21:25:09	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_Rosto_assinado.pdf	15/09/2023 13:38:26	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Outros	Roteiro.pdf	05/09/2023 19:15:05	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Outros	Roteiro.docx	05/09/2023 19:14:52	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Outros	questionariosaida.pdf	05/09/2023 19:14:18	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Outros	questionariosaida.docx	05/09/2023	Evelin Ferreira	Aceito

Endereço: Rua Fernando Correa da Costa, 2367**Bairro:** BOA ESPERANCA**CEP:** 78.060-900**UF:** MT**Município:** CUIABA**Telefone:** (65)3615-8935**E-mail:** cephumanidades.propeq@ufmt.br

Continuação do Parecer: 6.459.906

Outros	questinariosaida.docx	19:14:02	Gonçalves	Aceito
Outros	Questionario.pdf	05/09/2023 19:13:29	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Outros	Questionario.docx	05/09/2023 19:13:11	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	assentimento.pdf	05/09/2023 19:11:44	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	assentimento.docx	05/09/2023 19:11:34	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Consentimento.pdf	05/09/2023 19:11:01	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Consentimento.docx	05/09/2023 19:10:47	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Autorizacao.pdf	05/09/2023 19:10:08	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Autorizacao.docx	05/09/2023 19:09:57	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Compromisso.docx	05/09/2023 19:07:26	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Compromisso.pdf	05/09/2023 19:07:07	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoPesquisa.doc	05/09/2023 18:54:00	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoPesquisa.pdf	05/09/2023 18:52:58	Evelin Ferreira Gonçalves	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: Rua Fernando Correa da Costa, 2367

Bairro: BOA ESPERANCA

CEP: 78.060-900

UF: MT

Município: CUIABA

Telefone: (65)3615-8935

E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br



UNIVERSIDADE FEDERAL DE
MATO GROSSO -
HUMANIDADES - UFMT



Continuação do Parecer: 6.459.906

CUIABA, 25 de Outubro de 2023

Assinado por:
Rosangela Ribeiro
(Coordenador(a))

Endereço: Rua Fernando Correa da Costa, 2367

Bairro: BOA ESPERANCA

CEP: 78.060-900

UF: MT

Município: CUIABA

Telefone: (65)3615-8935

E-mail: cephumanidades.propeq@ufmt.br