

O TELEFONE MÓVEL COMO FATOR INFLUENCIADOR NO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES

Joyce Karen de Souza Rocha¹

Dianne Cristina Souza de Sena²

RESUMO

Dia após dia somos bombardeados por milhões de imagens, vídeos, sons e palavras produzidos pelas mídias, vivemos num mundo crescentemente informado. A inclusão da tecnologia na escola, vêm reestruturando a metodologia de ensino-aprendizagem de forma gradativa ao longo dos anos. Esta pesquisa caracteriza-se como exploratória, buscando levantar informações sobre um determinado uso do telefone móvel por alunos do Ensino Médio, delimitando um campo de trabalho, mapeando as condições de manifestações desse equipamento. Os dados foram coletados a partir de um questionário, com sete questões fechadas, apresentadas por escrito. A coleta foi realizada no CDF colégio e curso, Unidade Zona Norte da cidade de Natal, com turmas do Ensino Médio. Como resultado, de 100 alunos com faixa etária entre 14 e 19 anos, foi observado que os meninos praticam atividade física de forma mais frequente que as meninas. Observando ainda a grande quantidade de tempo que os adolescentes, que possuem o aparelho, passam fazendo uso do celular por dia, sendo em sua maioria meninas, utilizando o dispositivo móvel por mais de cinco horas por dia, tempo esse que poderia ser otimizado com a realização de alguma atividade física. O Telefone Móvel tem papel fundamental na vida do adolescente, mantendo-o conectado e informado. Nesse trabalho observamos que o aparelho influencia o nível de atividade física, de forma negativa quando deixam de realizar atividade física para passar seu tempo utilizando o telefone móvel, e de forma positiva quando utilizam o telefone móvel como instrumento de informação para prática de atividade física consciente e orientada.

Palavras-chave: Telefone Móvel. Atividade Física. Adolescentes.

¹ Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN). E-mail: joycekarenrocha@gmail.com

² Orientador Professor do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN). E-mail: ed_matias@hotmail.com

THE MOBILE PHONE AS AN INFLUENCING FACTOR AT THE LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY OF ADOLESCENTS

ABSTRACT

Day after day we are bombarded by millions of images, videos, sounds and words produced by the media, we live in an increasingly informed world. The inclusion of technology in school, have restructuring the teaching-learning methodology gradually over the years. This research is characterized as exploratory, seeking to gather information about a particular use of mobile phone by high school students, delimiting a labor camp, mapping the conditions of demonstrations of the equipment. Data were collected from a questionnaire with seven closed questions submitted in writing. The gathering was held at the CDF and college course, drive North of Natal area with groups of high school. As a result, 100 students aged between 14 and 19 years, it was observed that boys practice physical activity more frequently than girls. Noting the large amount of time that teens who own the device, start making cell phone use per day, mostly girls, using the mobile device for more than five hours a day, time that that could be optimized with the performing some physical activity. Mobile Phone plays a key role in the adolescent's life, keeping you connected and informed. In this study we found that the device influences the level of physical activity in a negative way when they fail to perform physical activity to spend your time using the mobile phone, and in a positive way when they use the mobile phone as a communication tool for the practice of conscious physical activity - oriented

Keywords: Mobile phone. Physical activity. Adolescents.

1 INTRODUÇÃO

Dia após dia somos bombardeados por milhões de imagens, vídeos, sons e palavras produzidos pelas mídias, vivemos num mundo crescentemente informado. A inclusão da tecnologia na escola vem, reestruturando o modelo metodológico de ensino-aprendizagem de forma gradativa ao longo dos anos, como por exemplo a utilização do quadro negro, passando pelo quadro branco até as atuais lousas

digitais interativas.

A mudança foi iniciada com as políticas públicas para a inclusão das Tele salas (espaços para atividades didáticas com áudio e vídeo) e ampliada com a implantação dos Laboratórios de Informática. Com essa prática os saberes ministrados em sala de aula ultrapassaram a oralidade e se somam às atividades que contemplam vídeos, músicas, notícias, animações e jogos, que são acessadas por alunos e professores em computadores conectados à Internet e dispositivos móveis (celulares). (SENA; BURGOS, 2010)

No Brasil, a internet começou a ser utilizada no início da década de 1990, inicialmente por cientistas brasileiros que trocavam informações e arquivos pela Rede Nacional de Pesquisa, e em 1995 iniciou-se o acesso comercial à internet no país. (NICOLACI-DACOSTA, 1998)

Segundo dados da pesquisa Tecnologia da Informação e Comunicação (TIC) Domicílios e Empresas (2013), o Brasil em 2012 possuía 80,9 milhões de usuários da internet. São 24,3 milhões de domicílios com acesso à internet, sendo que destes, 67% é por banda larga, 21% de conexão móvel e 7% de acesso discado. Em relação ao local de acesso individual à internet, 74% fazem em casa, 19% de um centro público de acesso pago e 4% de um centro público de acesso gratuito. A facilidade de produzir e distribuir arquivos digitais na internet influenciou a forma como nos comunicamos, que historicamente passa de carta, telefone, e-mail, a mensagem de texto enviada por um aparelho celular, até os aplicativos online de mensagens e chamadas de vídeo (NAGUMO, 2014).

Dado a expansão da capacidade de produção e disseminação de conteúdo, a quantidade de material na rede tem crescido de tal forma que muitos acabam tendo dificuldade de lidar com tanta informação. Por um lado, há uma diversificação do conteúdo disponível, assim como o aumento de informações de pouca relevância. Essa abundância pode acarretar rápida queda da qualidade, mas com o passar do tempo, a experimentação pode trazer resultados e a diversidade expandir os limites do possível, assim como ocorreu com o surgimento da imprensa (SHIRK, 2011). Com suas diversas formas e aparelhos de conexão à rede acaba se tornando uma forma de dispersão, pois com excesso de informações há uma imensa possibilidade de se consumir mais do que o necessário e realizar uma navegação com pouco foco, o que facilita a distração.

Atualmente pessoas são “viciadas” em informação e agilidade, nota-se o

grande número de pessoas vidradas em telas de aparelhos celulares, *tablets* e afins, em sua maioria adolescentes estudantes da Educação Básica.

Na Educação Básica brasileira contamos com três níveis de ensino, Educação Infantil e Ensinos Fundamental I e II e ainda o Ensino Médio. No nosso trabalho vamos ter como foco o Ensino Médio e o uso do aparelho celular, pelos alunos deste nível.

O Ensino Médio é um nível de ensino com características diferentes em cada país. No Brasil corresponde à totalidade do ensino secundário ministrado a adolescentes de faixa etária entre 14 e 18 anos. O Ensino Médio dura três anos e os estudantes devem ter concluído o Ensino Fundamental antes de serem autorizados a matricular-se no Ensino Médio. Esse nível de ensino compreende a grade curricular com Português, língua Estrangeira, Filosofia, Sociologia, História, Geografia, Matemática, Física, Química, Biologia e Educação Física.

Última etapa da educação básica, em particular, vai além da formação profissional, e atinge a construção da cidadania, é preciso oferecer aos nossos jovens novas perspectivas culturais para o acesso ao conhecimento historicamente acumulado e à produção coletiva de novos conhecimentos, sem perder de vista que a educação também é, em grande medida, uma chave para o exercício dos demais direitos sociais (DIRETRIZES CURRICULARES NACIONAIS PARA O ENSINO MÉDIO, 2012)

Nos termos da Lei de Diretrizes e Bases (LDB), o currículo do Ensino Médio, deve garantir a promoção da educação tecnológica básica, a compreensão do significado da ciência, das letras e das artes, o processo histórico de transformação da sociedade e da cultura, acesso ao conhecimento e exercício da cidadania. Deve também adotar metodologias avaliativas que estimulem a iniciativa dos alunos, bem como organizar os conteúdos, as metodologias e as formas de avaliação de modo que ao final do ensino Médio o estudante demonstre domínio dos princípios científicos e tecnológicos que presidem a produção moderna, e conhecimento das formas contemporâneas de linguagem.

Nesse estudo será abordado o uso do aparelho celular nesse nível de ensino, a fim de analisar se a utilização do aparelho pode influenciar na frequência da prática de atividade física dos adolescentes.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 O FASCÍNIO PELA TECNOLOGIA

As tecnologias de comunicação estão provocando profundas mudanças em todas as dimensões da nossa vida. Elas vêm colaborando, sem dúvida, para modificar o mundo. A máquina a vapor, a eletricidade, o telefone, o carro, o avião, a televisão, o computador, as redes eletrônicas contribuíram para a extraordinária expansão do capitalismo, para o fortalecimento do modelo urbano e para a diminuição das distâncias.

As redes de comunicação permitem o processo de distribuição em tempo real. Permitem uma produção compartilhada de arquivos e informações.

Há uma disseminação geral das tecnologias da informação e comunicação; elas estão presentes e influenciam a vida social. Neste sentido não se pode negar o relacionamento entre o conhecimento no campo da informática e os demais campos do saber humano. Trata-se de uma nova forma de linguagem e de comunicação, um novo código: a linguagem digital.

A internet nasceu de um projeto militar norte-americano chamado Arpanet, uma rede de computadores montada em 1969 pela Advanced Research Projects Agency (ARPA). Os primeiros nós dessa rede foram alguns centros universitários de pesquisa. Tratava-se de uma rede de comunicação que poderia se manter ativa mesmo se alguns pontos fossem atingidos por ataques. Para isso, Paul Baran propôs uma estrutura de comunicação em que houvesse flexibilidade, ausência de um centro de comando e autonomia máxima de cada nó (CASTELLS, 2003).

No Brasil, a internet começou a ser utilizada no início da década de 1990, inicialmente por cientistas brasileiros que trocavam informações e arquivos pela Rede Nacional de Pesquisa, e em 1995 iniciou-se o acesso comercial à internet no país (NICOLACI-DACOSTA, 1998).

No artigo *“O computador e o telefone celular no processo ensino-aprendizagem da educação física escolar”* (SENA; BURGOS, 2010), autora afirma que a popularização da internet e de suas mídias tem mudado o cenário educacional brasileiro, já que a utilização dos meios de comunicação virtuais e dos dispositivos móveis na escola, se constituem como instrumentos pedagógicos para a aquisição do conhecimento. Partindo dessa premissa, sabemos que os professores se

deparam com o desafio de acompanhar esse ritmo, na busca por uma integração com a cultura extra escolar dos alunos. Estes transpõem as suas práticas sociais para a sala de aula, nas quais se mostram impregnadas por estímulos publicitários, modelos organizacionais e modismos, fato que gera a valorização das mídias virtuais e dos seus dispositivos como sendo os elementos indissociáveis para a comunicação e a melhoria da educação.

Os telefones celulares têm se tornado um aparelho central na construção da identidade dos jovens (CASTELLS et al., 2009). Estes são rápidos ao se apropriar das tecnologias móveis, pois costumam usá-la com intensidade para todos os tipos de propósitos. Como resultado, são o maior grupo social que está interligado por comunicações sem fio, o que demonstra o potencial do uso dessa tecnologia.

A cultura jovem encontrou no telefone celular uma ferramenta adequada para expressar suas demandas por autonomia, conectividade e redes de práticas sociais compartilhadas. Entender as motivações dos alunos para usarem seus aparelhos na escola deve ser outro ponto a ser explorado na educação. Em geral, eles utilizam seus celulares porque sentem-se entediados, têm tempo livre, querem se comunicar e entrar nas redes sociais. O tédio dos alunos pode decorrer de uma educação que pouco se comunica com sua cultura e seus interesses (NAGUMO, 2014).

2.2 A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA

No artigo *“A Importância da Educação Física no Ensino Médio Para um Estilo de Vida Ativo”* (DESSBESELL, 2012), questiona qual a importância da disciplina para o aluno que trabalha, e afirma que o que se espera da escola em relação as aulas de Educação Física é que oportunize uma atividade pessoal, em contrapartida ao trabalho com relaxamento, fazendo com que conheça seu próprio corpo e desenvolva a capacidade de controlar o mesmo e que permitam aos alunos convivência, relacionamento em grupo e aprendizagem globalizada. A autora ainda trata que a Educação Física deve ser olhada como uma disciplina que promova a saúde e o bem-estar, com reflexos voltada a importância de ter estilo de vida ativo, haja vista que esses jovens em breve estarão em sua maioria assumindo posições na vida adulta e precisam levar consigo a consciência e importância de ter um estilo de vida ativo.

Já no artigo “*Educação Física no Ensino Médio*” (MARTINELLI, 2006), a autora critica um impasse entre professores e alunos que comumente ocorre no Ensino Médio, onde os professores querem desenvolver o conteúdo programado e os alunos querem apenas jogar.

Na Educação Física existe a possibilidade de reunir os alunos por grupos de interesse e necessidades e, junto a eles, desenvolver projetos de atividades físicas especiais para estes grupos. Os alunos do Ensino Médio Noturno estão expostos a algumas circunstâncias negativas devido as atividades laborais exercidas na maioria das vezes antes do horário escolar, destacando-se o estresse, que traz junto com ele as doenças psicossomáticas como ansiedade, frustração e depressão. Por isso, é necessária a inclusão de programas escolares que valorizem o aprendizado e a prática de exercícios físicos de elevação e manutenção da frequência cardíaca, alongamento, flexibilidade, relaxamento e compensação com o objetivo de uma melhor qualidade de vida.

Historicamente, no Brasil, o Ensino Médio divide-se em dois objetivos principais, o que, de alguma forma, permanece até hoje: preparar os alunos para o vestibular e a entrada no ensino superior, por um lado, e preparar para a profissionalização e a ocupação do mercado de trabalho, por outro. Em ambos os casos, há trabalhos demonstrando os problemas para alcançar esses objetivos, pois os destinatários dessa demanda, universidade e mercado de trabalho, têm queixas comuns: alunos que não sabem escrever, raciocinar não concebendo operações lógicas; profissionais desqualificados para o exercício de profissões; massa humana sem criatividade para solucionar problema (MOREIRA, 2011).

3 METODOLOGIA

3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

Esta pesquisa caracteriza-se como exploratória, buscando levantar informações sobre um determinado objeto, uso do telefone móvel por alunos do Ensino Médio, delimitando um campo de trabalho, mapeando as condições de manifestações desse objeto. Sendo uma preparação para a pesquisa explicativa, que além de registrar e analisar os fenômenos estudados, busca identificar suas causas.

3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

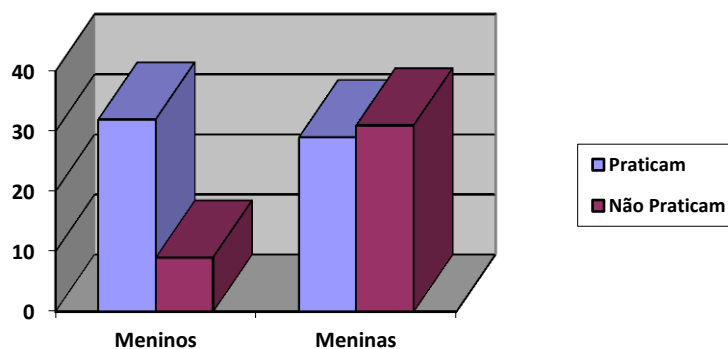
A população deste estudo foram 100 alunos do Ensino Médio de uma escola da rede privada de ensino, localizada na Zona Norte do Município de Natal/RN.

3.3 COLETA DE DADOS

Os dados foram coletados a partir de um instrumento de coleta de informações, denominado questionário, caracterizado por possuir um número sete questões fechadas, apresentadas por escrito. A coleta foi realizada no CDF colégio e curso, unidade zona norte, com turmas do 1º, 2º e 3º ano do Ensino Médio. No dia da coleta entramos em sala de aula com permissão dos professores responsáveis. Informamos aos alunos o objetivo da pesquisa e pedimos a colaboração voluntária dos mesmos, com isso conseguimos atingir o número total de 100 questionários.

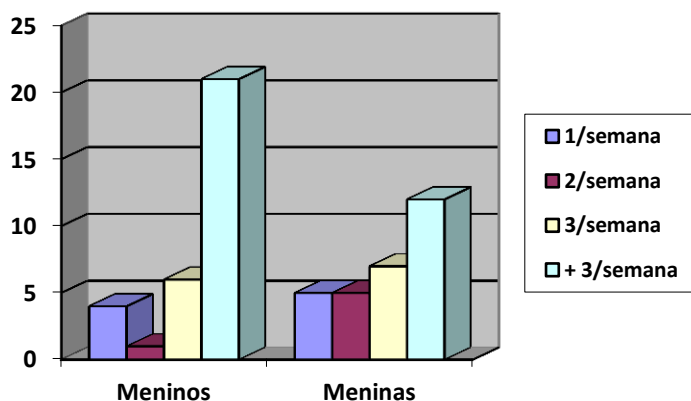
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Gráfico 1 – Você pratica algum tipo de atividade física?



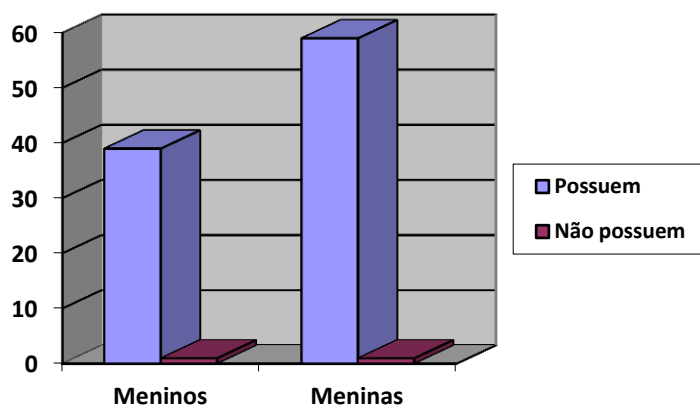
Fonte: Pesquisa de Campo, 2015.

Gráfico 2 – Com que frequência realiza essa atividade?



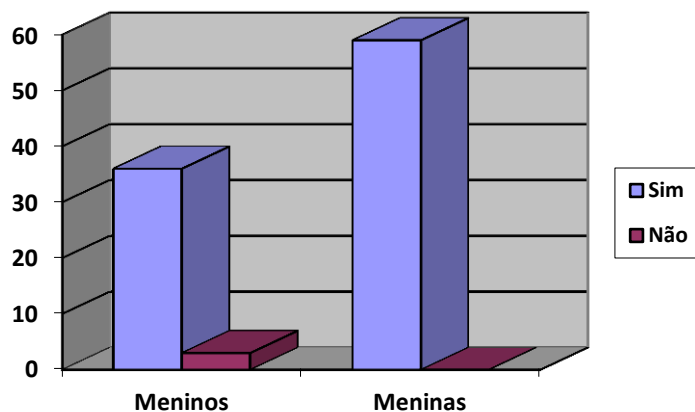
Fonte: Pesquisa de Campo, 2015.

Gráfico 3 – Você possui aparelho celular?



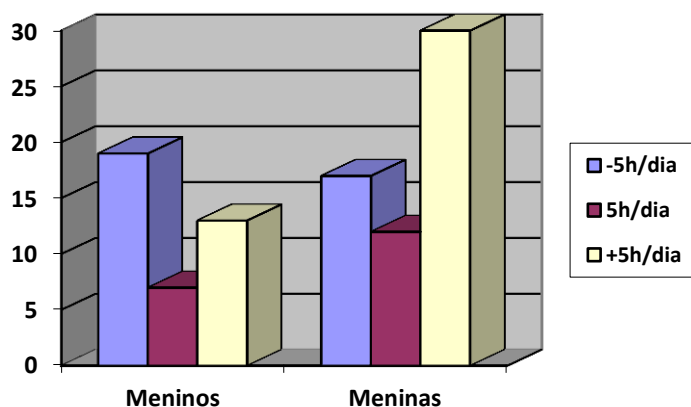
Fonte: Pesquisa de Campo, 2015.

Gráfico 4 – O aparelho tem acesso à rede de internet?



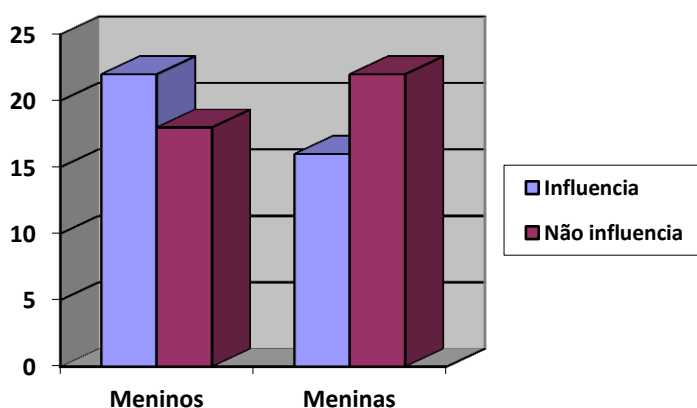
Fonte: Pesquisa de Campo, 2015.

Gráfico 5 – Quantas horas por dia você faz uso do celular?



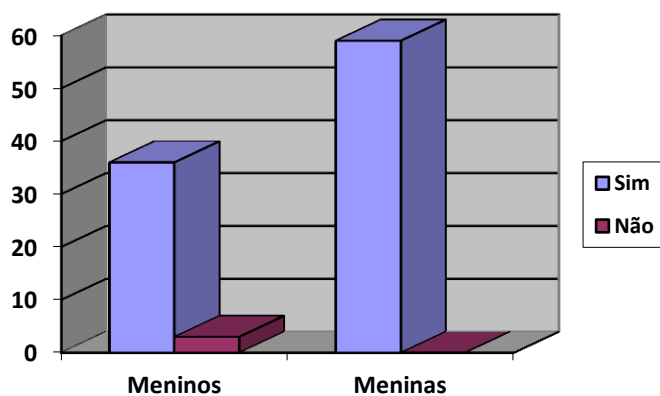
Fonte: Pesquisa de Campo, 2015.

Gráfico 6 – Você acredita que o uso do aparelho celular influencia na sua frequência de realização de atividade física?



Fonte: Pesquisa de Campo, 2015.

Gráfico 7 – Você tem algum perfil registrado em Redes Sociais?



Fonte: Pesquisa de Campo, 2015.

De 100 alunos com faixa etária entre 14 e 19 anos, sendo 60 meninas e 40 meninos, foi observado que os meninos praticam atividade física de forma mais frequente que as meninas. Apenas dois adolescentes relataram não possuem aparelho celular, observando ainda a grande quantidade de tempo que os adolescentes, que possuem o aparelho, passam fazendo uso do celular por dia em sua maioria meninas utilizando o aparelho por mais de cinco horas por dia. Destacamos que do total de 100 alunos apenas uma aluna relatou não ter perfil registrado em Redes Sociais. 62 estudantes contaram que o uso do celular influencia, positiva ou negativamente, na sua frequência de atividade física.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Telefone Móvel tem papel fundamental na vida do adolescente, mantendo-o conectado e informado. Nesse trabalho observamos que o aparelho influencia de forma negativa na prática de atividade física, pois os adolescentes passam muito tempo utilizando o telefone móvel, tempo esse que poderia ser otimizado sendo realizada algum tipo de atividade física, observa-se ainda o grande número de informações sobre exercícios físicos que são “jogadas” na rede, fazendo com que os adolescentes realizem alguma atividade sem a orientação adequada do profissional de Educação Física. Dentro da escola o telefone móvel pode ser uma ferramenta didática informativa que pode ser utilizada de diferentes maneiras, desde que conste no planejamento escolar do docente, sendo ele o mediador dos conteúdos. Para isto é necessário que o corpo docente, as famílias e a escola comuniquem-se e promovam um trabalho colaborativo.

Compreendemos que o trabalho realizado aqui expõe apenas dados numéricos sobre a influência do telefone móvel no nível de atividade física dos adolescentes. Contudo, a proposta é expandir e aprofundar esse estudo para um debate sobre este equipamento como possibilidades de favorecer os adolescentes nas atividades físicas. De que modo o telefone móvel pode contribuir na elevação da frequência e nível de atividade física dos adolescentes? Como o professor podem utilizar este aparelho em favor das suas aulas e atividades? Quais possibilidades o equipamento apresenta no tocante atividade física?. Estes são apenas questionamentos futuros, que serão abordados e estudados em pesquisas futuras.

REFERÊNCIAS

BETTI, Mauro. Mídias: aliadas ou inimigas da educação física escolar. **Revista Motriz**, v. 7, n. 2, p. 125-129, 2001.

BRASIL. Conselho Nacional de Educação (CNE). Parecer n. 5/2011, de 24 de janeiro de 2012. **Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio**. Brasília, DF, 2012.

CASTELLS, M. et al. **Comunicação móvel e Sociedade**: uma perspectiva global. Cambridge: MIT Press, 2009.

CASTELLS, Manuel. **A galáxia da internet**: reflexões sobre a internet, os negócios e a sociedade. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2003.

CASTELLS, Manuel. A sociedade em rede. MORAES, Denis. **Por uma Outra Comunicação**: mídia, mundialização cultural e poder. Rio de Janeiro: Record, 2005.

DESSBESELL, Denise Rodrigues; NASCIMENTO, Bianca Bueno, Antunes, Fabiana Ritter. **A Importância da Educação Física no Ensino Médio Para um Estilo de Vida Ativo**. Cruz Alta, RS. 2012.

MARTINELLI, Camila Rodrigues. Educação física no ensino médio: motivos que levam as alunas a não gostarem de participar das aulas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, 2006.

MORAN, José Manuel. Novas tecnologias e o reencantamento do mundo. Tecnologia educacional. **Revista Tecnologia Educacional**, v. 23, n. 126, p. 24-26, 1995.

MOREIRA, Wagner Wey; SIMÕES, Regina, MARTINS, Ida Carneiro. **Aulas de Educação Física no Ensino Médio**. Campinas: Papirus, 2011. (Coleção Papirus Educação).

NAGUMO, Estevon. **O uso do aparelho celular dos estudantes na escola**. 100 f. 2014. Dissertação (Mestrado) – Universidade de Brasília. Faculdade de Educação. Programa de Pós-Graduação em Educação. Disponível em: <http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/16856/1/2014_EstevonNagumo.pdf>. Acesso em: 20 nov. 2015.

NICOLACI-DA-COSTA, A. M. **Na Malha da Rede**: os impactos íntimos da Internet. Rio de Janeiro: Campus, 1998.

PINTO, Aparecida Marcianinha. As novas tecnologias e a educação. **Revista Portal Anpedsul**, v. 5, 2012.

RENATO, Flávio. A história dos telefones celulares. **TechTudo**, 2012.

SENA, Dianne; BURGOS, Taciana. O computador e o telefone celular no processo ensino-aprendizagem da educação física escolar, 2010. 3º Simpósio Hipertexto e Tecnologia na Educação: redes sociais de aprendizagem. **Anais...** Disponível em: <<https://www.ufpe.br/nehete/simposio/anais/Anais-Hipertexto-2010/Dianne-Sena-Taciana-Burgos.pdf>>. Acesso em: 20 nov. 2015.

SHIRK, C. **A cultura da participação**. Tradução de Celina Portocarrero. Rio de Janeiro: Zahar, 2011

ZAZERI, Ana Carolina. A Importância da Educação Física para o Ensino Médio. **Colégio Meta**. Indaiatuba, SP. 2013. Disponível em: <<http://www.colegiometa.com/a-importancia-da-educacao-fisica-escolar-para-o-ensino-medio/#.Vk8yQnarTcc>>. Acesso em: 20 nov. 2015.