



O que você aprenderá?



- ✘ Seja bem-vindo ao conceito de *podcast*-didático como uma forma mais ágil e flexível de aprender e de estudar!
- ✘ Nesse primeiro *podcast* eu apresentarei as duas metodologias-chaves que serão usadas na disciplina: o **Podcast-Didático** e a **Aprendizagem Baseada em Projetos**.
- ✘ Falar de **Podcast Didático** é mostrar como essa ferramenta, relativamente nova no ensino remoto formal do ensino superior, está associada ao aprender e ao estudar, considerando os neuroprocessos envolvidos.
- ✘ Já a **Aprendizagem Baseada em Projetos** é uma metodologia onde o conteúdo aprendido é colocado em ação no desenvolvimento de um Projeto de Aprendizagem do interesse de quem aprende.



Por que esse tema é relevante?

- Para que a peteca não caia e a mesmice de um remoto dando aula pra câmera não faça você dormir (nem desanimar!), o **Podcast-Didático** está aqui. Experimente essa nova forma de interagir, quando se tem uma mensagem para passar.
- **"Aprender" é um processo para a Vida** e que está no DNA da prática profissional em EDF, em qualquer área, pois praticar exercícios passa por "aprender a praticá-los" da maneira correta. O *podcast* é uma ferramenta que profissionais modernos usam, por exemplo, para "ensinar" a audiência sobre as vantagens dos serviços, processos ou produtos que oferecem e do diferencial que eles representam, no mercado de trabalho.



Expanda sua aprendizagem aqui!

- ☒ Todos os roteiros possuem [links ativos](#) que levam você a uma leitura, técnica ou informativa, para complementar aquilo que está aprendendo. Não deixe de usar e explorar esse recurso, dentro dos roteiros.
- ☒ Os temas-chaves dessa aprendizagem são o [lifelong learning e as metodologias ativas](#) enquanto recursos da atualidade, quando o assunto é a-p-r-e-n-d-e-r, e não, ensinar.



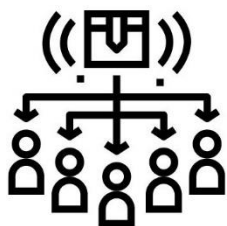
Dicas da professora...

- ⊕ Temos um calendário que prevê alguma atividade a ser feita e/ou entregue praticamente a cada semana. Essas atividades colocam em ação o que está sendo aprendido. Essa neuroação cognitiva ajuda a construir a aprendizagem, requerida pela disciplina.
- ⊕ Além disso, é a soma das notas dessas avaliações intermediárias que comporão sua nota final, portanto olho nelas e não deixe de cumprir com as atividades!

Todo lugar é lugar de aprender! Nossos espaços digitais são ferramentas para adquirir e aplicar o conhecimento àquilo que realmente importa: aprender como um processo para a Vida! Use sempre a *Google Classroom* como ponto de partida: lá estão disponíveis todos os materiais e links usados para conduzir sua aprendizagem. Mas não deixe de explorar outras possibilidades de organizar o conhecimento e ter acesso a soluções ágeis e inovadoras!



@insightsdocentes



Bem-vindo!

Esse é o primeiro episódio da série de podcasts didáticos que teremos para desenvolver o trabalho de formação em regime remoto. Desenvolva a aprendizagem na disciplina usando novos recursos digitais e aplicando o conhecimento na sua própria forma de ver a carreira e a inovação que deseja para si.

Como funciona aprender com podcasts didáticos?

No **slide 2** eu mostro que eles são a maneira mais ágil e flexível de você aprender e estudar remotamente. Você pode ouvir pela primeira vez, acompanhando com os slides e, depois, estudar só escutando, enquanto faz outras atividades, por exemplo!

Cada um dos nossos *podcasts* didático possui um arquivo de slides numerados para você acompanhar visualmente o que está sendo explicado, além de material de apoio para leituras e aplicação da aprendizagem do dia. Vamos ao *slide* seguinte?

No **slide 3** você tem 4 objetivos de usarmos os *podcasts* didáticos como recurso de aprendizagem: uma aula *mobile* e flexível, que pode estar na palma da mão se não tiver um computador disponível, e um recurso que fará você considerar sua incorporação como ferramenta de apoio para sua carreira. Cada vez mais as novas gerações preferem ouvir *podcasts* para aprender sobre alguma coisa, inclusive aprender mais sobre benefícios que um profissional de Educação Física pode trazer para a vida longa e saudável.

Agora é a vez de falar sobre **PROJETOS DE APRENDIZAGEM**, ou **APRENDIZAGEM BASEADA EM PROJETOS**, no **slide 4**. Essa será a metodologia que guiará a trilha de aprendizagem na disciplina. Desenvolver um Projeto de Aprendizagem (ProjAP) é trabalhar com uma metodologia ativa onde você aprende para a vida, e não para a prova. Isso se chama *lifelong learning*.

Como não existe aprendizagem sem aplicação direta do conhecimento, quando você escolhe algo que deseja fazer para aplicar o que aprendeu, você protagoniza sua aprendizagem e desenvolve COMPETÊNCIAS. Uma aula expositiva e uma prova não conseguem mobilizar esse grau de envolvimento dos neuroprocessos de aprender, por isso os resultados são melhores e mais eficazes para sua formação profissional!

Dentro de uma turma, o projeto de cada estudante, ou grupo de estudantes, usa o mesmo conteúdo, mas aplica esse conteúdo naquilo que tem em mente para a carreira profissional e o mercado de trabalho. No **slide 5** estão apresentadas as 5 etapas de decisão para construir seu ProjAP.

Para cada uma dessas etapas o conteúdo aprendido nos *podcasts* didáticos e nas telereuniões remotas deve ser ressignificado para construir um pedacinho do projeto. Ao final da disciplina a entrega da proposta de valor contemplará a aplicação de tudo o que aprendeu!

Nos próximos slides vamos entender cada uma das etapas desse seu Projeto de Aprendizagem.

A forma de definir o PROBLEMA que será objeto do Projeto de Aprendizagem está no **slide 6**. São 5 perguntas que você responde para definir com mais precisão por que sua ideia de projeto é importante e merece ser desenvolvida. *Porquês são a raiz de tudo*: do interesse de quem se dedica a uma solução e do desejo de quem precisa dessa solução. Então pense em um PROBLEMA que pode ser um ponto chave na sua carreira e na sua atuação, em uma área ou especialidade da profissão... Eis as perguntas:

- ✘ *Como está a visão de mercado para esse problema?*
- ✘ *Quem já oferece serviços, processos ou produtos para essa área e esse problema específico?*
- ✘ *Quem faz isso usa mediação de tecnologias? Quais?*
- ✘ *Principalmente: as soluções que existem atualmente são BOAS PARA QUEM PRECISA DELAS?*
- ✘ *Você conseguiria pensar em algo melhor?*

Esse é seu desafio!

O **slide 7** convida você a pensar na área, tema e especialidade. Mas aqui tem um porém! *Eu estabeleci uma base de ação que DEVE ser seguida*: seja qual for seu interesse, seu Projeto de Aprendizagem PRECISA contemplar soluções que envolvam:

[a] saúde e movimento, no conceito de atividade física, lazer ou esporte;

[b] foco no tema da atualidade que são as mudanças de paradigmas de saúde para uma geração que possui uma expectativa de vida de 100 anos.



Como viver melhor cada dia? Como colocar mais vida nos dias, e mais dias na vida, aproximando-se de 100 anos de existência? Taí a base de ação sobre a qual todos os ProjAP devem ser desenvolvidos!

Pense na **especialidade**, dentro da profissão, que poderia atender a essa demanda, assim como nos **espaços** em que isso seria possível/viável, como academias, praças, escolas, postos de saúde, centros comunitários ou residência, por exemplo. Reflita também na **forma de abordagem** desse público, **de acordo com sua idade**, sua afinidade com estratégias que podem ser usadas, tanto na **captação e adesão** do público-alvo, como no **monitoramento e estímulo** para fidelização para com o programa que você está desenvolvendo.

Pensou em tudo isso? O **slide 8** convida você a fazer escolhas para seu projeto: não dá pra fazer tudo igual pra todo mundo, então é momento de afunilar as escolhas e focar no que se deve fazer e quais serão seus objetivos.

Estabeleça suas escolhas como idade, gênero e condições de saúde da população alvo do seu ProjAP. Defina os espaços de intervenção, garantindo interatividade e conectividade, para atingir os objetivos que estabeleceu. Esses cenários e contextos devem ser reais e todas as opções, juntas, devem levar a uma solução real e necessária para essa população.

Os passos do **slide 9** são para quem já definiu os detalhes do projeto, e agora deve fazer como todo profissional de ponta no mercado de trabalho: ir em busca de referências sobre o tema, área, população e tipo de abordagem que foram escolhidos nos passos anteriores.

Alguém fez/faz isso? Como fez/faz? Em quais espaços e cenários? Como você pode fazer algo inovador? Qual a melhor maneira de estruturar esse programa, para implementar no mundo real? Quais as dificuldades que serão enfrentadas? Como superar essas dificuldades, em uma estruturação melhorada do projeto? Dá pra usar tecnologias? Como elas ajudarão? Como atingir os resultados que se espera, nessa população?

A forma de apresentar sua **SOLUÇÃO DE VALOR** está apresentada no **slide 10**. Durante a disciplina você aprenderá a pensar e selecionar opções de intervenção para cada uma dessas etapas: é por isso que o conteúdo da disciplina é significativo! Mas aplicar o conteúdo é ainda mais importante, dentro dessa significação. Ao final de todo o processo você entregará seu projeto de aprendizagem respondendo a essas perguntas sobre a solução de valor que você escolheu, colocando o conteúdo convertido em ações reais dentro do projeto.

O que foi aplicado e **como** foi aplicado, no seu projeto? Como você **inovou** aquilo que pesquisou e que outros fazem, nessa mesma área? Você usou **mediação por tecnologias**? Como você **soluciona um problema real**, nesse projeto, para as pessoas e como isso **melhora as opções** que já existem?

Finalmente, no **slide 11** você encontra as razões para aprender por essa metodologia. Ao desenvolver seu projeto você usará o que aprendeu, inclusive em outras disciplinas do curso, e trabalhará sobre que mais lhe interessa, usando sua própria visão do mercado de trabalho. Também conhecerá novos espaços digitais e novas maneiras de usar velhos recursos digitais para aplicar suas ideias de uma carreira diferenciada e sintonizada com o mundo e com a nova geração.

Passaremos por uma fase de usar as mídias sociais e profissionais de forma inteligente e ética, comunicando-se como profissional e destacando como a profissão beneficia uma nova sociedade que possui uma expectativa de vida centenária.

Ao final, você aprendeu sem estudar para a prova (somente), mas apresentando uma proposta de atuação que reflete o desempenho aplicado daquilo que conheceu e aprendeu. Esse é o aprender para a vida, ou *lifelong learning*.

E o que você desenvolve, quando aprende por projetos?

No **slide 12** eu quero mostrar como essa metodologia muda os neuroprocessos de aprendizagem, colocando ação no conteúdo para desenvolver competências. E quais seriam essas competências?

Primeiro, a competência do momento, em todo o mundo: o *Growth Mindset*, ou a [Mentalidade de Crescimento](#). A mentalidade de crescimento trata de como você olha, percebe e atua sobre sua própria inteligência e capacidade de aprender. Ela está fundamentada em 3 pilares de ação: desenvolver-se, associar-se e desafiar-se.

No **slide 13** eu explico esses três pilares que fazem parte do [Growth Mindset](#), ou Mentalidade de Crescimento:

- [1] **DESENVOLVER-SE**, ou saber que tudo pode ser aprendido, com treino e dedicação, sem desistir. Com isso se cria uma RESISTÊNCIA dos processos mentais de aprendizagem, melhorando cada vez mais o desempenho em estudar e aprender.
- [2] **ASSOCIAR-SE**, ou perceber que modelos soli-D-ários são mais eficazes que modelos soli-T-ários. Essa consciência ajuda a fazer melhores escolhas para equipes de trabalho: escolha associar-se a que complementa aquilo que você não sabe fazer. Equipes complementares fazem mais, melhor e mais rápido.
- [3] **DESAFIAR-SE**, ou entender que a inteligência e a aprendizagem são músculos que precisam ser exercitados. Limites pessoais e erros não são derrotas: são aprendizados sobre como fazer melhor, na próxima tentativa. O segredo é desenvolver RESILIÊNCIA para levantar a cada queda e não desistir de buscar o que se deseja atingir!

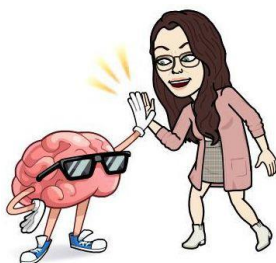
Mas não para por aí...

No **slide 14** eu completo as competências que serão desenvolvidas no seu ProjAP. A **INSPIRAÇÃO**, quando você sai em busca de referências para desenvolver sua proposição de projeto, e a **MOTIVAÇÃO** de aplicar o que está aprendendo em algo que faz sentido para suas aspirações de carreira, fazem parte de [uma atitude chamada PROTAGONISMO](#).

Só protagonizando seu processo de aprendizagem você alcançará melhores desempenhos na formação profissional. Ninguém ensina quem não está comprometido em aprender, e o meu papel passa a ser o de facilitadora desse processo de aprendizagem, convertendo-o em projeto aplicado e oferecendo o conteúdo da disciplina para que você possa convertê-lo em realidade, dentro das suas expectativas de profissão e de carreira!

Por agora é isso !

Os próximos *podcasts* didáticos levarão você ao itinerário do conteúdo da disciplina, tema a tema. Lembre-se que para cada podcast-aula você tem roteiros de aprendizagem, *links* para leituras, e outros materiais de apoio.



Tudo fica centralizado na [Google Classroom¹](#) que você acessa com o link no **slide 15**, mas também fluiremos por outros espaços digitais. O objetivo é que você diversifique sua própria Mentalidade de Crescimento e protagonize ao máximo seu processo de aprendizagem nessa disciplina. Bons estudos!

¹ Você pode localizar a sala pelo código *Google Classroom* para a disciplina ESTÁGIO B, que é **rbnu3uo**