



EFEITOS MOTORES E COGNITIVOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO COM EXERGAMES EM CRIANÇAS: UM ESTUDO PILOTO.

Erick Alves Pepe¹
Jéssica Hass Caetano²
Júlia Hykavey³
Luiza Hermínia Gallo⁴
Sílvia Regina Ribeiro⁵

A tecnologia está presente no cotidiano da sociedade em geral, pronunciada no período da pandemia e refletida no comportamento e entretenimento das crianças em idade escolar. Entre as práticas utilizadas pelos escolares destacamos os jogos virtuais ativos denominados exergames (EXGs) que possibilitam ao participante ter a experiência motora e esforço físico similar à diferentes práticas de esportes, lutas, danças e outras atividades físicas. A realidade virtual proposta pelos EXGs além de motivadora, incluem habilidades motoras e feedbacks sensoriais, ajustáveis às amplitudes de movimento, níveis de velocidade e precisão, com várias tarefas motoras e cognitivas a serem desenvolvidas pelos participantes. Nesse contexto, o objetivo do presente estudo foi de analisar os efeitos de um programa de treinamento com EXGs nos aspectos motores e cognitivos de crianças integrantes do Projeto de extensão universitária DANÇA na UEPG da Universidade Estadual de Ponta Grossa, no município de Ponta Grossa- PR. Trata-se de um estudo piloto, aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UEPG sob o n° CAAE 58931922.9.0000.0105, em que participaram 14 crianças ($7,6 \pm 1,8$ anos) divididas em grupo controle (GC) e grupo treinamento (GT). Todos os participantes e responsáveis assinaram voluntariamente o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido. Para avaliação foram realizados o Teste do Quadrado (agilidade) e o Teste de Atenção por Cancelamento (TAC) nas fases: 1 (atenção seletiva), 2 (atenção seletiva com maior grau de dificuldade) e 3 (atenção alternada); no início e após 5 sessões de treinamento com o uso do EXG Just Dance 2021 na plataforma Xbox One realizadas pelo GT. Cada sessão de treinamento foi composta de uma playlist previamente organizada com diferentes coreografias, de nível fácil com duração de $22,8 \pm 1$ min. Os participantes foram orientados a se posicionarem em local demarcado frente ao equipamento (Kinect) e realizar os movimentos da melhor forma possível, o escore de pontuação foi anotado a cada final de coreografia. Os dados foram organizados e analisados em

¹Graduando do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual de Ponta Grossa - PR, 20013447@uepg.br;

²Graduando do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual de Ponta Grossa- PR; 21006347@uepg.br

³Graduando pelo Curso de Bacharelado em Educação Física da Univerdade Estadual de Ponta Grossa- PR; 23010239@uepg.br

⁴Professor: Doutora pelo Programa de pós-graduação em Educação Física da Universidade Federal do Paraná-UFPR, Curitiba/PR, Docente no Departamento de Educação Física Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG – Paraná, lhgallo@uepg.br

⁵Professor orientador: Doutora pelo Programa de pós-graduação em Engenharia Biomédica da Universidade do Vale do Paraíba-UNIVAP, São José dos Campos/ SP. Docente no Departamento de Educação Física Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG – Paraná, srribeiro@uepg.br



planilha Excel. Não foram observadas alterações no componente motor agilidade, porém os valores foram mantidos em ambos os grupos no período avaliado. Quanto aos aspectos cognitivos a análise de variância sobre o escore total do TAC, revelou o aumento ($p \leq 0,01$) dos *acertos* do GT quando comparados ao GC. Os resultados denotam manutenção do componente motor de agilidade e apontam para a melhora da capacidade de atenção de crianças com o treinamento com EXGs corroborando com a literatura recente. Estudos considerando outras variáveis são necessários.