



Evento	Salão UFRGS 2013: IX SALÃO DE ENSINO
Ano	2013
Local	Porto Alegre - RS
Título	Laboratório Interativo – Exergames na Promoção de Saúde
Autores	MARLOM ZOTTI BITTENCOURT MATEUS DAVID FINCO MILTON ANTONIO ZARO
Orientador	ELISEO BERNI REATEGUI

O projeto Laboratório Interativo – *Exergames* na Promoção de Saúde se trata de um laboratório experimental de apoio a ações pedagógicas a nível escolar. O laboratório interativo objetiva a implementação de pesquisa sobre a influência dos *Exergames* e de recursos informacionais de saúde na produção de um estilo de vida mais saudável e ativo, prevenção à obesidade e promoção de um ambiente colaborativo e de aprendizagem compartilhada.

A metodologia adotada neste trabalho foi dentro de uma perspectiva qualitativa, utilizando a observação participativa nas práticas junto aos alunos. A partir do acompanhamento e orientação das atividades desenvolvidas na Oficina de *Exergames* que ocorreu no Colégio Israelita durante o período de outubro a dezembro de 2012, e de fevereiro a maio de 2013, com um encontro semanal dentro do período do componente curricular de educação física, foram observadas a dinâmica e características de interação entre os estudantes participantes, com destaque para as questões colaborativas, como também sua influência em questões de estilo de vida.

Cada período durava por volta de cinquenta minutos e era composto por quatro alunos de mesma faixa etária, sendo normalmente dois meninos e duas meninas da 2ª série, 6ª série, 7ª série e 8ª série do Ensino Fundamental, além do 1º ano, 2º ano e 3º ano do Ensino Médio. As atividades se davam através do uso do console Xbox 360 Kinect com os jogos: *Kinect Adventures*, *Kinect Sports* e *Your Shape Fitness Evolved 2012*, onde as duplas se revezavam, ou seja, enquanto dois alunos jogavam, os outros dois observavam e interagem em segundo plano.

A despeito de algumas divergências e pequenos atritos naturais nas relações interpessoais, principalmente nos estudantes de menor faixa etária, foi notória a colaboração geral entre todos no decorrer das aulas da oficina, como por exemplo, no auxílio natural por parte de alguns alunos aos colegas com mais dificuldade, tanto com instruções verbais das regras e lógicas do jogo e dicas de aperfeiçoamento da performance, quanto através de demonstrações gestuais da melhor forma de se movimentar em determinado jogo. Além disso, a postura de alguns alunos com mais desenvoltura, serviu de modelo espontâneo para as crianças com mais dificuldades, que dessa forma aprimoraram suas habilidades motoras. Este tipo de cooperação teve impacto tão positivo, que estudantes, que nas primeiras aulas tinham dificuldade, com o decorrer das semanas e conseqüente evolução, passaram a auxiliar os demais colegas.

Outro fator de destaque, foi que a colaboração além de promover o aprendizado conjunto de habilidades, também possibilitou uma auto-organização harmoniosa entre as crianças, que aumentava a cada dia, permitindo que definissem as duplas, a ordem dos jogadores, os jogos escolhidos, como também a resolução de discordâncias, sem necessidade de intervenção do instrutor. Houve até mesmo um episódio, onde uma aluna destacou para os demais, que as atividades não se tratavam de competição, a fim de acalmar os ânimos e manter a cordialidade entre todos. Neste quesito ocorreu também, cooperação entre os sexos, como formação de duplas mistas, a pedido dos próprios alunos, fato de rara ocorrência nas aulas de Educação Física.

Outra característica de dinâmica observável na oficina foi o incentivo entre os participantes, através de torcida e até mesmo frases motivacionais. Sendo que este entusiasmo de grupo ocorria mesmo que não propositalmente, como em uma passagem, onde inicialmente uma aluna não iria participar da atividade por relatar mal estar, mas que de qualquer maneira queria observar os colegas. Entretanto com o decorrer dos jogos, esta se empolgou, a ponto de querer participar, e o fazer posteriormente, sem qualquer indisposição física.

Referente ao tópico de estilo de vida saudável foram estabelecidas conversas informais com perguntas, sugestões e orientações durante as práticas, concernentes a hábitos alimentares, aspectos de saúde em geral, práticas de atividades físicas regulares que os alunos se interessam ou executam, prática de *Exergames* em casa, entre outros. Também foi feita uma observação acerca de um maior interesse em cuidar do corpo e maior engajamento nas aulas de Educação Física.

Em diversas aulas houve fatos positivos, desde alunos comentando que passaram a ter um motivo para continuar se exercitando em casa com seu console, até então esquecido, ou em escolinhas esportivas, como também escolares que demonstraram maior participação na aula de Educação Física regular, em comparação ao período anterior a participação na oficina. Além disso, tanto as práticas com jogos sugestivos, quanto às intervenções informacionais, despertaram um interesse e curiosidade nos participantes, levando-os a questionar acerca de vários assuntos, como gasto calórico de uma atividade física, alimentos mais adequados a serem consumidos, modalidades esportivas, entre outros.

Embora muitas pessoas vejam *Exergames* como um entretenimento a ser utilizado apenas em casa, esses jogos tem um grande potencial a serem empregados ligados a atividades das aulas de Educação Física. A partir de um ambiente apropriado e de um suporte especializado por parte dos professores, eles podem se tornar bons aliados, principalmente para alunos que são normalmente desmotivados em aulas regulares de Educação Física. Os jogos que antes estavam associados normalmente a sedentarismo e obesidade infantil, hoje apresentam subsídios atraentes para a prática de exercícios físicos.

Em vista de todos os pontos evidenciados anteriormente, se mostra nítido o aprendizado compartilhado, a colaboração cultivada, o desenvolvimento da sociabilidade, o incentivo a um estilo de vida mais ativo e saudável, a ampla adesão, a inovação na Educação Física, o auxílio pedagógico, entre outros aspectos positivos, propiciados pelas atividades da Oficina de *Exergames* associadas aos recursos informacionais.