

ESCOLA MUNICIPAL RITA CARMELINDA ROCHA			
PROFESSOR(A): TARCISO			
Ano: 2021	2º E 3º CICLIOS 5º E 6º ANOS	Atividade 2301	Nº Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA
Turno: MANHA	Data: 14.09	Habilidades:EF01EFO2EF67	

JOGOS ELETRÔNICOS

Prezado(a) estudante, nesta semana abordaremos um tema muito comum a realidade da sua geração: os jogos eletrônicos. Afinal, eles são benéficos ou maléficos? Qual a relação dos jogos eletrônicos com a saúde e o controle da obesidade? Bons estudos!!

OBESIDADE E SEDENTARISMO: OS JOGOS ELETRÔNICOS SÃO O VENENO OU A CURA?

No dia 3 de junho celebra-se a Conscientização Contra a Obesidade Mórbida Infantil. Com a conscientização, vem à tona a luta contra as causas deste mal que assola crianças e jovens ao redor do mundo, como a má alimentação e o sedentarismo. Atualmente, é impossível pensar em jovens e sedentarismo e não pensar em videogames, devido à má fama formada por anos de mídia unindo os fatos e propagando que os jogos são os inimigos de uma vida menos sedentária. Mas será que realmente os games são os inimigos nessa história? Com os avanços tecnológicos e as inúmeras novas formas de se jogar, até onde o virtual está atrapalhando a vida saudável? Os jogos eletrônicos são o veneno ou a cura para este mal?

Segundo estudos, a taxa de obesidade infantil triplicou nas últimas três décadas, e isso se deve principalmente à explosão tecnológica. Os jovens passaram a ocupar a maior parte de seu tempo livre em jogos eletrônicos, televisão e mídias sociais, deixando de lado as atividades físicas. Com a ascensão das comidas rápidas, como salgadinhos e lanches, a situação

piora ainda mais: pessoas tendem a comer quando estão jogando ou assistindo TV, sejam lanches sutis ou mesmo refeições. Elas absorvem mais calorias e queimam menos. O ciclo vicioso prossegue.

Entretanto, com as ondas do ecológica e biologicamente corretas, as pessoas entraram em uma fase de lutar contra os males que a própria cultura estava infligindo à população. Alimentação saudável, zero açúcar, redução de gordura, incentivos aos exercícios... E como todo e qualquer mercado capitalista o mercado de games não podia se negar a entrar em uma nova fase em que a população estava entrando. Assim nascem os jogos com sensor de movimento.

Nintendo Wii, o primeiro a ingressar nesse ousado mercado, arriscou ao introduzir um novo estilo de jogabilidade que exigia que o jogador fizesse movimentos com os braços para guiar o jogo. Ao mesmo tempo que isso dava uma imersividade nova para certos jogos (como *The Legend of Zelda: Twilight Princess*, *Skyward Sword* e *Red Steel 2*), fazer o jogador se exercitar enquanto joga quebrava todos os argumentos sobre como os games tornavam o consumidor sedentário.

A Nintendo ousou mais uma vez e lançou *Wii Fit* (seguido de *Wii Fit Plus* e, mais recentemente, *Wii Fit U*), agora declaradamente visando o bem-estar do consumidor. O jogo que acompanhava o *Balance Board*, um periférico a se usar no chão para medição do equilíbrio do corpo e até mesmo o índice de massa corporal do jogador, envolvia atividades aeróbicas, yoga, treinamento muscular e até alguns minijogos de equilíbrio. O sucesso foi tão estrondoso que o título se tornou um dos jogos mais vendidos de todos os tempos. Com o sucesso da Nintendo, as principais concorrentes não ficaram para trás, e entraram na corrida pelos “jogos eletrônicos mais saudáveis”. A Sony lançou o *PlayStation Move* enquanto a Microsoft lançou o *Kinect* para o Xbox, ambos consoles muito semelhantes ao Nintendo Wii, e buscam levar um pouco mais de movimento aos principais jogos.

Clique no link a seguir para assistir a um vídeo e conhecer a evolução dos consoles de jogos eletrônicos. Você irá se surpreender com os gráficos e jogabilidade dos primeiros jogos: <[https://www.](https://www.youtube.com/watch?v=89koRGBs72U)

[youtube.com/watch?v=89koRGBs72U](https://www.youtube.com/watch?v=89koRGBs72U)>. Acesso em: 08 abr. 2021.

ATIVIDADES

1. Ao analisarmos o texto, podemos afirmar que os jogos eletrônicos estão mais para veneno ou para a cura do sedentarismo? É correto

Afirmar que os jogos por controle de movimento conseguem substituir a prática regular de exercícios físicos no quesito sedentarismo?

Justifique sua resposta.

2. Complete as lacunas do trecho abaixo com as palavras que estão disponíveis no final da questão:

“O jogo eletrônico é uma ótima opção para melhorar as habilidades cognitivas como: atenção, _____, raciocínio lógico, etc. Entretanto não se deve cometer _____. O tempo de jogo não deve ultrapassar

2h por dia. É preciso ficar atento também a outros problemas que o _____ com a “jogatina” pode trazer, como: _____ inadequada com alimentos muito _____ e posturas _____ que possam causar dores na _____ e outras articulações.”

Palavras: Calóricos, coluna, concentração, vício, exageros, alimentação, corporais

3. Assinale a(s) alternativa(s) correta(s) quanto aos jogos eletrônicos.

a) São os únicos causadores da obesidade infantil.

b) Atrapalham o desenvolvimento das habilidades cognitivas.

c) Jogos com controle de movimento se equivalem a atividades físicas regulares.

d) Se praticados com moderação e associados a atividades físicas, trazem diversos benefícios aos praticantes.

4. Quais as causas da explosão dos índices de obesidade infantil nas últimas décadas?

5. Como a indústria dos games reagiu às críticas de que causam o sedentarismo ?