

ASPECTOS DO TREINAMENTO FÍSICO EM PRATICANTES DE E-SPORTES

GARBELOTTO, Thiago ¹

ALVES, Alex Pereira ²

Thy-12@hotmail.com

RESUMO

Com o avanço da tecnologia e dos jogos de realidades aumentadas, simuladores, computadores mais potentes, vídeo games também teve um aumento significativo de jogadores para as várias áreas de cada jogo; e com isso surgiu uma nova categoria de atletas eletrônico, os e-atletas é uma nova categoria de esporte virtual o E-sports, fazendo que os games deixasse apenas de serem algo para se divertirem para serem considerado como profissão. Os E-Atletas dessa nova geração já são encontrados por aí facilmente e muitos deles sem nenhum preparo ou acompanhamento de um profissional de educação física para que suas habilidades possam ser desenvolvidas de forma consciente. Com isso acaba-se levando a um looping entre derrotas e empates fazendo que eles não se mantenham por muito tempo no top e por um bom período pelo simples fato de não tem um hábito de treino e disciplina como os atletas de esportes mais convencionais e conhecidos. Só pelo fato em que eles não utilizam o corpo de modo geral aproveitando para usarem isso como desculpas; em que não há necessidade em fazer tipos de treinos assim. Então este estudo é para que esses e-atletas também possam deixar de lado o preconceito estabelecido que não há necessidade de atividades e exercícios físicos para ter um desempenho melhor.

Palavras-Chave: E-sports; E-Atletas; Cognitivo; Coordenação Motora Fina

¹ Acadêmico do 8º Termo do Curso de Educação Física – Bacharel – FIRA/FREA – Avaré-SP.
E-mail - Thy-12@hotmail.com

² Orientador – Professor Titular da FIRA- Faculdades Integradas Regionais de Avaré
E-mail – alexed.fisica@hotmail.com

1. INTRODUÇÃO

Pensar em possibilidades de treinamento de atletas praticantes de E-sports poderá ser um caminho para contribuir para a formação profissional, desta forma quebrar alguns paradigmas de que praticantes de jogos eletrônicos não necessitam de preparação física, todavia entender as capacidades físicas e psicológicas inerentes a modalidade poderá ser um caminho interessante para os futuros praticantes. O objetivo desse estudo é analisar os aspectos do treinamento físico e psicológico em praticantes de jogos eletrônicos e a sua contribuição para a formação destes atletas. Grande parte das atividades e exercícios físicos serão voltadas para parte cognitiva e de coordenação motora fina aonde as habilidades de cada um irão ser testadas e assim conseqüentemente trabalhada para poder serem desenvolvidas e ter uma melhora significativa. BORGES E OLIVEIRA (1999) afirmam que os jogos possuem uma relação de grande significância com o desempenho da inteligência, considerando-os como uma ferramenta de grande utilidade.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Com as áreas do cognitivo e de coordenação motora fina sendo desenvolvidas e trabalhadas juntas com a psicologia esportiva para ter a melhora considerável através dos treinamentos físicos voltadas para as capacidades físicas; Através de algumas aulas com todos os fundamentos teóricos que em como todos os esportes é muito importante ser abrangidas. Assim os integrantes E-Atletas poderiam se dedicar e compreender melhor as atividades a serem passadas conforme os dias de treinos. Um software pode ser desenvolvido como qualquer programa que seja utilizado para atingir fins educacionais, isto é, desenvolvido exclusivamente para tal finalidade (TAJRA, 2011). Utilizar jogos e atividades que ativam o cérebro conseqüentemente poderá desenvolver o raciocínio lógico que é de extrema importância, e com o isso claro o aperfeiçoamento do raciocínio lógico. Fazendo que o atleta possa se sair bem em uma situação problema que ele irá encontrar durante toda partida e também para os campeonatos em fases decisivas.

3. METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão narrativa de literatura com base em manuais das referências publicadas em livros, textos, revistas e artigos científicos por meio de base de busca do Google Acadêmico utilizando as respectivas palavras chaves: coordenação motora fina,

cognitivo, capacidades físicas, e-sports. No presente trabalho, as pesquisas foram realizadas somente em conteúdo da língua portuguesa e inglesa, os quais estivessem diretamente relacionados com o objetivo deste trabalho foram realizadas pesquisas de artigos periódicos de 1980 – 2019.

4. TREINAMENTO FISICO

Treinamento é o conjunto de procedimentos tendentes a conduzir um ser humano ao máximo de suas possibilidades a fim de desenvolver progressivamente suas qualidades, tanto físicas como mentais. O treinamento esportivo está relacionado aos atletas e vem a ser: a prática de um conjunto de exercícios de uma forma progressiva, a ponto de melhorar a performance para uma competição, está diretamente ligado ao autodesenvolvimento humano, com ganho de conhecimentos pessoais e novas habilidades. Um princípio básico da preparação dos atletas é o da especificidade de treinamento, o conhecimento a ser desenvolvido pelo preparador e técnico deve atender o que a modalidade realmente solicita para utilização em treinamentos. Deve possibilitar voltar as atenções para capacidades importantes será preciso aumentar a intensidade do treinamento gradativamente com o desgaste que um treinamento propõe e promove em um corpo humano, nos saímos de homeostase para que nosso organismo possa ter um anabolismo de qualidade. O desempenho físico é considerado parte integral do esporte e sua avaliação constitui um aspecto fundamental na análise da eficácia dos processos de treinamento empregados ao longo de uma temporada (KISS & BÖHME, 2003). Ter os treinos voltados totalmente específicos para os E-Atletas; não coopera apenas para a formação profissional mas, também para toda a parte de desempenho e resultados que eles possam atingir durante seus períodos de Competições que é bastante importante não apenas para os E-sports, mas conjuntamente aos Esportes mais tradicionais isso já é feito a um bom tempo, e na maioria das vezes com resultados bons e positivos.

5. PSICOLOGIA DO ESPORTE

A Psicologia do Esporte é uma ciência, que estuda os comportamentos de pessoas envolvidas no contexto esportivo e de exercício físico. O objetivo é entender como os fatores psicológicos influenciam o desempenho físico e compreender como a participação nessas atividades afeta o desenvolvimento emocional, a saúde e o bem-estar de uma pessoa nesse ambiente. A atuação profissional mais conhecida está relacionada aos esportes de alto

rendimento. Na área esportiva procuram desenvolver as principais habilidades psicológicas para um bom desempenho. Desta forma, é possível perceber que o campo de atuação profissional do psicólogo esportivo é amplo, no entanto, embora sua denominação esteja vinculada à Psicologia, existem profissionais com diferentes formações ocupando este campo profissional (Rubio, 2000). No mundo do Esportes quase sempre os resultados são vistos com mais importância do que a própria saúde do atleta e esse tipo de cobrança profissional gera uma pressão psicológica no atleta. Fazendo que o trabalho do profissional da área de psicologia seja importante

6. ANSIEDADE PRE COMPETITIVA

São muitos os estudos realizados sobre o controle emocional nos períodos pré-competitivo, competitivo. Porém, o principal enfoque é dado ao pré-competitivo, o de comportamentos mais variados, visíveis e detectados. Júnior (2004) enuncia que a ansiedade ocorre sempre devido a um “medo” do futuro, o atleta entra em Estado de ansiedade por não saber o que acontecerá durante a competição. À medida que a competição acontece a ansiedade transforma-se, dando lugar a um relativo relaxamento. Após o termo da partida, o seu nível de ansiedade volta a oscilar, devido à expectativa da repercussão do resultado. Alguns atletas, afirmam, punem-se a si mesmos pelos maus resultados e conseqüentemente a sua autoestima decresce, havendo um incremento da fonte de ansiedade pré-competitiva. Um dos fatores com maior influência na qualidade da performance do atleta é o grau do estado de ansiedade durante o tempo que precede a competição. Um bom desempenho competitivo requer um nível de ansiedade, e quando esta situação acontece, o atleta deve estar psicologicamente preparado. Segundo Stefanello (1999), a proximidade do jogo aumenta os níveis de ansiedade pré-competitiva, sustentando nas suas pesquisas que quanto mais próximo do início do jogo, mais ansioso o atleta vai ficando. Freitas et al., (1999) referem que o atleta em vez de aguardar com entusiasmo a oportunidade de atuar, acaba por recear o seu início. Este fato acontece porque revive o “medo” de falhar e, conseqüentemente, verifica-se um aumento da ansiedade.

6. 1. ESTADO DA ANSIEDADE

O estado de ansiedade é identificado como um estado emocional imediato e transitório que varia de intensidade e no tempo, caracterizado pelo sujeito e pela sua consciente percepção de sentimentos de apreensão e tensão, acompanhados ou associados com a ativação do sistema

nervoso autónomo. Estas reações aumentam em situações em que o indivíduo percebe uma ameaça, medo, embora não queira dizer que é um perigo objetivo ou real. O estado de ansiedade é induzido quando durante uma avaliação processual os estímulos exteriores são reconhecidos como ameaçadores. Pessoas muito ansiosas tendem a responder a estas situações com um aumento do estado de ansiedade (Cruz, 1996).

6. 2. FATORES GERADORES DA ANSIEDADE

Será proporcional a intensidade da ansiedade à quantidade de ameaça que sofre o atleta e manter-se até que a situação seja enfrentada ou alterada por algum determinante externo ou interno ao sujeito. Por vezes as causas da ansiedade são conhecidas e entendidas pelos atletas, outras vezes não. Existem fatores da ansiedade que debilitam a performance enquanto outros fatores vão aumentar a performance competitiva. Os efeitos da ansiedade na performance dos atletas variam em função de distintos fatores, que condicionam a assumir diferentes formas de a combater. A ansiedade competitiva parece ser reforçada pela pressão social que sente o atleta, ao medo do fracasso, à obrigação da vitória, etc. Estes pensamentos que antecedem a competição provocam um efeito devastador na performance esportiva e, conseqüentemente, na vida quotidiana, levando ao esquecimento do bem-estar e saúde como também à ocorrência de comportamentos improdutivos e prejudiciais nos atletas. Daí a importância dos atletas de alto nível serem capazes de controlar e lidar, com as expectativas que desenvolvem para si próprios e as expectativas de outras pessoas, com as exigências externas, tais como a imprensa, os adeptos, as “exposições” ao público e os patrocinadores (Cruz, 1996).

6. 3. ANSIEDADE COGNITIVA

A ansiedade cognitiva é vista como as preocupações negativas acerca do rendimento e autoavaliação negativa. Segundo MARTENS et al. (1990), “a ansiedade cognitiva consiste em pensamentos negativos e preocupações sobre a performance, incapacidade para se concentrar e atenção disruptiva. Trata-se de uma componente mental do estado de ansiedade causada pelo medo de uma avaliação negativa e que causa reações, como o medo, apreensão, apatia, desinteresse, pensamentos negativos (JUNIOR, 2004). É essencialmente determinada pela sensação de apreensão e tenacidade psíquica. Este tipo de ansiedade, quando aumentada, produziria efeitos negativos nas atividades esportivas que requerem maior concentração, estratégia e agilidade psicomotora fina (MARTENS et al., 1990).

A ansiedade cognitiva é caracterizada pela consciência de pressentimentos desagradáveis acerca de si próprio ou estímulos exteriores, preocupações e distúrbios de imagens visuais. No esporte a ansiedade cognitiva é normalmente manifestada negativamente, quer nas expectativas de performances, quer na autoavaliação do atleta. Os antecedentes da ansiedade cognitiva são os fatores do ambiente competitivo que influenciam as expectativas de sucesso dos atletas, tornando-as negativas (BURTON, 1988). Neste contexto, o grau de estado de ansiedade cognitiva vivido por um atleta depende da sua percepção de competência, que se baseia principalmente em experiências competitivas prévias. Porém, fatores situacionais independentes de experiências passadas, como a capacidade do adversário, também a podem influenciar. Ainda assim, parece ser seguro afirmar que as expectativas de rendimento antes da competição estão mais correlacionadas com a ansiedade cognitiva. Quando as expectativas diminuem ou se tornam incertas é mais provável os atletas experimentarem um aumento da ansiedade cognitiva e uma diminuição da autoconfiança. Neste contexto, como reflete preocupações com as consequências do insucesso, a ansiedade cognitiva só mudará quando mudar a probabilidade subjetiva de sucesso. A ansiedade cognitiva deverá ser um mediador mais poderoso no rendimento ao longo da competição, porque as expectativas de sucesso podem mudar em qualquer momento durante a competição e ter um poderoso efeito no rendimento (BURTON, 1988).

6. 4. EXPLICANDO O COGNITIVO E SUA IMPORTANCIA

O Cognitivo nada mais é que a capacidade de processar informações e transformá-las em conhecimento com base em um conjunto de habilidades mentais como a percepção, a atenção, a associação, a imaginação, o juízo, o raciocínio e a memória. De modo geral, podemos dizer que a cognição humana é a interpretação que o cérebro faz de todas as informações captadas pelos cinco sentidos, e a conversão dessa interpretação para a nossa forma interna de ser. Miranda (2001) relata que vários objetivos podem ser atingidos a partir da utilização dos jogos, como os relacionados a cognição, socialização, motivação e criatividade. Todas essas informações que são processadas pelo nosso cérebro estão ao meio em que vivemos no nosso dia a dia, que todos tem pessoalmente E para o jogo essas capacidades e habilidades do nosso cognitivo acaba sendo muito importante serem desenvolvidas, já que os atletas precisam de muita atenção, raciocínio, memória para lembrar as jogadas que o time possa desenvolver em uma partida. Os jogos digitais usados para fins educacionais devem proporcionar um ambiente crítico, fazendo com que o aluno de mobilize para a apropriação de conteúdos

disciplinares e o desenvolvimento de estratégias exigidas para o avanço no jogo (ARRUDA, 2011).

6. 5. TRABALHANDO COM O COGNITIVO NA PRÁTICA

Os exercícios de estimulação cognitiva têm como principal objetivo preservar ou melhorar o desempenho das funções cognitivas de cada um. São exercícios que podem ser realizados das mais diversas formas sejam pelo preenchimento de fichas, seja pela prática de jogos e atividades que visem a estimulação do participante

7. EXPLICANDO A COORDENACAO MOTORA FINA

A coordenação motora é a capacidade de sincronizar os movimentos usando o cérebro, músculos e articulações. A coordenação motora grossa permite que nós possamos andar, correr, saltar, pular etc. A coordenação motora fina dá a capacidade de usar os pequenos músculos em movimentos delicados como escrever, pintar, desenhar, recortar, encaixar, montar, desmontar etc. A melhor fase para desenvolver essa capacidade é na infância onde começa na criança ainda nos primeiros meses de vida com 2 meses e vai até os 6 anos de idade. Mas é claro que podemos aperfeiçoar quando mais velhos com simples brincadeiras, atividades e treinos. Na pesquisa realizada por Nobre (2012), a maioria das crianças submetidas a atividades elaboradas dentro de um programa de intervenção motora apresentaram melhor desempenho em atividades locomotoras e de controle de objeto em relação às crianças que não foram submetidas a um programa de intervenção. Muller (2008) obteve diferenças estatisticamente significativas no programa motor concretizado, reforçando com isso a relevância do desenvolvimento de intervenções motoras para crianças com atrasos motores e salientando que quanto mais precoce for diagnosticado o atraso motor, mais cedo se elaboram propostas interventivas a fim de potencializar o desenvolvimento. Para os atletas de E-Sports é de extrema importância ter essa capacidade bem desenvolvida o suficiente para ter os movimentos o mais perfeito possível. Já que o controle a onde se utiliza toda a jogabilidade é no mouse. Então se os músculos das mãos, olhos e braços não estiver treinados o suficiente em uma partida profissional a equipe pode com certeza ter mais chances de perder; e pode ser vários os motivos desde ter a vista cansada no meio da partida, ou o músculo da mão não estiver treinado corretamente com isso acabar gerando um movimento mais brusco que o necessário, fazendo que a movimentação seja comprometida e consequentemente errando o adversários.

7. 1. APERFEICOANDO A COORDENACAO MOTORA FINA

Situações corriqueiras funcionam como exercícios ou brincadeiras que impulsionam as habilidades ligadas aos músculos menores, geralmente localizados nas mãos e nos pés. A importância de desempenhar um treinamento nesses membros é o uso que fazemos dele para absolutamente tudo há uma série de atividades que tem a prerrogativa de otimizar esse mecanismo tão necessário para a independência das habilidades. As tarefas podem ser aplicadas em qualquer lugar até na própria casa por serem atividades muito simples, mas de real importância para o desenvolvimento do membro treinado. No estudo realizado por Braga et al. (2009) verificaram-se pesquisas, tanto nacionais quanto internacionais, relacionadas a intervenção, sendo que os resultados encontrados demonstram que após o período de estimulação do programa interventivo, os participantes apresentaram melhora significativa no desempenho motor. Um fator que pode ser utilizado como motivação para as atividades, brincadeiras e exercícios para ter uma melhora na coordenação motora fina é o tempo, que pode ser feito um desafio em todas as tarefas, terminar mais rápido, bater o recorde do próprio tempo que conseguiu durante o dia ou na próxima semana e por aí vai. Claro havendo consciência e bom senso para os treinos não serem totalmente de desgaste excessivo pra evitar o retrocesso dos trabalhos feitos no time e nos atletas. Silva et al. (2011), em seu estudo, afirmaram diferenças estatisticamente significativas após a intervenção motora, demonstrando que essa foi efetiva para a melhora do desempenho/habilidade motora dos escolares com indicativo de transtorno do desenvolvimento da coordenação (TDC).

8. JOGOS ELETRONICOS

O jogo eletrônico, videogame ou *videogame* é aquele que usa a tecnologia de computador. Ele pode ser jogado em computadores pessoais (dentre eles tablets e telefones celulares), em máquinas de fliperama ou em consoles. Um console é um computador pequeno que serve basicamente para jogar videogame — PlayStation, Xbox e Wii são exemplos. Os consoles são conectados a controles manuais e a um aparelho de televisão. As pessoas podem jogar tanto sozinhas quanto acompanhadas em constante evolução, o videogame é uma das formas de entretenimento mais populares do mundo. Além de proporcionar diversão, a tecnologia dos jogos eletrônicos vem sendo cada vez mais explorada para fins educacionais.

9. O QUE SÃO E-SPORTS

Esportes Eletrônicos ou e-sports (o termo mais usado atualmente no mundo são uma nova modalidade surgida há poucos anos e que vem dominando o mercado de games e atraindo legiões de jovens no mundo. Competições disputadas em games eletrônicos em que os

jogadores atuam como atletas profissionais de esportes tradicionais e são assistidos por uma audiência presencial ou online, através de diversas plataformas de stream online ou tv

9.1. QUANDO UM JOGO PODE SER CONSIDERADO E-SPORTS

A CBeS possui uma definição mais específica para explicar o que é essa modalidade: Competições profissionais de games que ocorrem em uma plataforma digital envolvendo dois ou mais competidores (sejam indivíduos ou equipes), em partidas online ou presenciais síncronas e montadas de forma a permitir o acompanhamento de uma audiência “Competições profissionais de games que ocorrem em uma plataforma digital “ Em primeiro lugar, quando falamos de e-sports estamos falando de torneios de games, mais torneios profissionais, em que seus competidores recebem pela competição, seja em forma de salário, auxílio de custo ou premiação. Além disso estamos falando de games que acontecem em plataformas digitais: console, Pc, mobile, e não qualquer tipo de game “envolvendo dois ou mais competidores (sejam indivíduos ou equipes), em partidas online ou presenciais síncronas “. Os e-sports atualmente só são considerados como modalidade de competição quando envolvem a disputa entre duas ou mais pessoas, sejam em disputas individuais ou equipe contra equipe, em partidas que podem tanto acontecer presencialmente, com os atletas em um mesmo local físico ou online (com cada equipe em um local geográfico diferente ou até mesmo cada competidor de uma equipe em um local). Além disso, só podemos considerar a modalidade que é executada em partidas síncronas, ou seja, que são disputadas pelos mesmos competidores ao mesmo tempo, um contra o outro. Há no mercado diversos formatos de games e, ao contrário do esporte tradicional, os esportes eletrônicos possuem uma característica de mutabilidade muito grande, inerente a sua natureza. Com isso há games que são jogados por turnos (um jogador tem sua vez de fazer a jogando enquanto outro espera assim como no Xadrez) as disputas diretas (chamadas de RT ou Real Time, em que não há turnos e enquanto um competidor está agindo o adversário também está) e há os jogos assíncronos, em que um competidor faz seu jogo completo e o adversário só poderá jogar quando o primeiro tiver terminado Essa última categoria é a mais complexa para se encaixar na definição de e-sports Existem jogos e competições em que as disputas acontecem por tempo (um competidor ou equipe faz todo o jogo no menor tempo possível e depois o adversário tenta bater esse tempo. A disputa não acontece concorrentemente). Existem também jogos em que um competidor luta contra a equipe adversaria, mas em uma versão com os mesmos recursos que os adversários teriam, mas controlada pelo computador Atualmente a CBeS considera que as categorias

assíncronas não são exatamente consideradas e-sports, apenas de serem competições profissionais. No entanto, dentre os dois tipos de competição assíncrona, a pro tempo se aproxima mais da modalidade de Esportes Eletrônicos “...e montadas de forma a permitir o acompanhamento de uma audiência” esta é um ponto crucial já que apenas com o constante crescimento da audiência é que os e-sports chegaram ao patamar em que estão hoje. Portanto, se um jogo apresenta todas as possibilidades competitivas profissionais, valor de investimento, mas não está preparado para que a audiência acompanhe o game, ele precisa evoluir para se encaixar como Esporte Eletrônico

9.2. TIPOS DE GAMES

Historicamente não existia uma definição de quais tipo de games se encaixavam na definição de Esportes Eletrônicos. Mas três categorias principais de games potencializaram o mercado de e-sports: jogos de luta, jogos de tiro em primeira pessoa (FPS) e jogos de estratégia em tempo real (RTS). Com o tempo, diversos jogos foram se encaixando no cenário competitivo e hoje temos uma categorização básica de games disponíveis, mas uma grande variedade de possibilidades em cada categoria. Estes são apenas alguns exemplos e os consideramos como jogo com capacidade para e-sports

- Jogos de lutas - (Injustice, Tekken, Street Fighter)
- Esportes - (FIFA series, NBA 2K, Pro Evolution Soccer)
- Corrida – (F1, Forza, iRacing)
- Moba – Multiplayer Online Battle Arena – (Dota 2, League of Legends)
- Battle royale – (PUBG, Fortnite)
- Mobile – (PUBG Mobile)
- FPS – First Person Shooters – (Serie Counter-Strike, Serie Call of Duty)
- RTS – Real Time Strategy – (Serie Age of Empires, Serie StarCraft)

9.3. O QUE DIFERE UMA EQUIPE PROFISSIONAL DE OUTRA NÃO PROFISSIONAL

Uma equipe profissional de esportes eletrônicos tem uma gestão que passa pro manager, coach e analista, além de um elenco com reservas, todos com contrato assinado, que segue um cronograma de treinos e vive em uma gaming office ou gaming house. Normalmente uma

equipe amadora de e-sports tem treinos regulamentares, mas apenas próximos dos campeonatos, não tem uma gestão estruturada e muitas vezes não assinam contrato com os jogadores ou não seguem rigorosamente os contratos. Com isso, os atletas acabam não tendo muita sequência e nem se dedicando como pede a profissão e muitas vezes a equipe perde a sua estrutura e escalação e não conseguem se manter, por não serem os mesmos jogadores sempre.

9.4. DIFERENCAS E SEMELHANÇAS COM ESPORTE TRADICIONAL

O e-sports possuem diversas semelhanças com o esporte tradicional. Na verdade, o mercado já chegou à conclusão cabal que o Esporte Eletrônico é um Esporte no sentido escrito da palavra. No e-sports existem grandes torneios que rendem prêmios de grande importância ou altas somas de dinheiro como premiação. As equipes profissionais possuem sede própria e centros de treinamento para seus atletas, além de comissão técnica e profissionais de apoio os torneios possuem regras específicas que são seguidas em qualquer parte do mundo em que aconteçam, o que padroniza e profissionaliza a modalidade. Os atletas de Esportes Eletrônicos possuem uma sequência de treinamento, ritmos que podem chegar a 12 ou 14 horas de treino, contratos legais com as equipes, sofrem extremas pressão nos torneios, precisam não só praticar os jogos como estudar o esporte e os adversários, contratos de patrocínio com empresas anunciantes e obrigações na execução de ativações e participação em eventos, etc. Uma grande audiência acompanha os torneios tanto em transmissões não tv ou por streaming quanto presencialmente em arenas montadas especialmente para os torneios Ou seja, por mais que se considere o e-sports como uma modalidade que não exige fisicamente como outras modalidades do esportes tradicional, o Esporte Eletrônico exige do atleta tanto quanto em outros esportes e a categoria possui muito mais modelos e métodos do esportes tradicional do que diferenças para este último.

9.5. POR QUE UMA CONFEDERACAO

O mercado de e-sports cresce constantemente, mas de forma ainda desorganizada ou centrada em games específicos A título de comparação, ao contrário de falarmos de um esporte tradicional único e comparativamente, ao falarmos apenas de um dos games do mercado (por exemplo League of Legends, Dota 2, CS:GO ...), quando falamos de e-sports estamos falando de diversas modalidades diferentes. É quase como se ao longo do ano estivéssemos tendo uma

Olimpíada acontecendo por todos os 365 dias do ano. Mas no caso de Esportes Eletrônicos, estamos falando de direitos autorais e propriedades intelectuais de empresas. Cada games, cada modalidade é um produto. Como tal, é natural que as desenvolvedoras e publicadoras, quem detém os direitos de exploração desses produtos façam investimentos focados em seus próprios produtos. Mas apesar de ser compreensível esse desenvolvimento do mercado, é preciso que tenhamos em mente que se ele continuar funcionando dessa forma, os e-sports como um todo sofrerão muito em termos de desenvolvimento no país. E é esse um dos principais motivos da existência de um órgão que esteja no centro do mercado e conecte as pontas. A CBeS – Confederação Brasileira de e-sports nasceu de profissionais do mercado de games, e-sports e esporte tradicional que vivenciaram e lidaram com as dores que o mercado experimenta pra seu crescimento. Por isso ela possui visão clara sobre o que precisa ser feitos para integrar e potencializar os diferentes pontos do mercado: como mencionado, as desenvolvedoras fazem muito pelo mercado de e-sports mas cada uma, compreensivelmente, com foco em seu game, seu produto e são muito oneradas por essas ações. As equipes, por sua parte, ainda são muito dependentes dos investimentos das desenvolvedoras. Apesar de já mostrarem um enorme nível de profissionalização, ainda precisam de apoio em muitos pontos. Apenas com uma entidade forte trabalhando em total parceria com as desenvolvedoras, equipes, ligas, jogadores, mídia e empresas patrocinadoras, é que a modalidade pode atingir o potencial nacional e mundial que esperamos. É importante frisar que o investimento no mercado de e-sports como um todo só faz sentido para marcas quando há um órgão regulador com compromisso Ético, e fortes Políticas de Compliance e Governança.

10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesse estudo realizado sobre a importância e do impacto que tem sobre os aspectos que podem e tendem a ser melhorados utilizando exercícios físicos para manter nossa saúde com qualidade e atividades voltadas especificamente para nossas áreas cognitivas do cérebro e do desenvolvimento das nossas habilidades na coordenação motora fina. E o quanto é importante para todos nós poder desenvolver essas capacidades sejam os atletas de esportes mais conhecidos ou de esportes pouco conhecido ou até mesmo para pessoas normais. Sempre devemos manter nosso cérebro ativo utilizando as capacidades citadas para que todos tenham uma boa saúde mental e corporal. É um estudo que claro pode ter muito mais desenvolvimento no futuro com mais assuntos abordados e trabalhados não só para a área

cognitiva e de coordenação motora fina mais claro também para a área de aperfeiçoamento para os games que são e-atletas e precisam de orientação e treino.

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

ARRUDA, Eucidio Pimenta. **Aprendizagens e jogos digitais**. Campinas: Alínea 2011.

BRAGA, R. K. et al. **A influência de um programa de intervenção motora no desempenho de habilidades locomotoras de crianças com idade entre 6 e 7 anos**. Revista de Educação Física/UEM, Maringá, v. 20, n. 2, p. 171-181, 2009.

Borges MAF e Oliveira, S.P learning bióloga with gene. Proceedings oficial the ped' 99 conferece, Exeter, England, 1999.

Cruz, J. (1996). **Stress, Ansiedade e Competências Psicológicas em Atletas de Elite e de Alta Competição: Relação com o Sucesso Desportivo**. In Manual de Psicologia do Desporto. Universidade do Minho: Instituto de Educação e Psicologia. 111-139.

Cruz, J. (1996). **Stress e Ansiedade na Competição Desportiva: Natureza, efeitos e avaliação**. In Manual de Psicologia do Desporto. Universidade do Minho: Instituto de Educação e Psicologia. 173-214.

Eduarda Maria Remísio de Sousa Ferreira - **O estado de ansiedade pré-competitiva e autoconfiança**, Porto, 2006.

GEE, James Paul. WhatsApp vídeo games haverá tô teach us about learning André literacy. New York: Palgrave / Macmillan, 2003.

Júnior, B. D. (2004). **Um estudo sobre o nível de ansiedade estado pré-competitiva em atletas de futsal**. Dissertação de Mestrado em Educação Física da Universidade de Pato Branco, Pato Branco.

KISS, M.; BOHME, M. Avaliação de treinamento esportivo In: KISS, M.A.P.D.M. Esporte e exercício: avaliação e prescrição. São Paulo: Roca, 2003. p.3-20.

Lisandra Bertuol, Nadia Cristina Valentini - ANSIEDADE COMPETITIVA DE ADOLESCENTES: GÊNERO, MATURAÇÃO, NÍVEL DE EXPERIÊNCIA E MODALIDADES ESPORTIVAS - R. da Educação Física/UEM Maringá, v. 17, n. 1, p. 65-74, 1. sem. 2006.

Letícia Carrillo Maronesia, Mirela de Oliveira Figueiredo, Elisandra dos Santos, Sheila Maria Mazer-Gonçalves, Sara Domiciano Franco Campos: **Análise de uma intervenção dirigida ao desenvolvimento da coordenação motora fina, global e do equilíbrio**; Cad. Ter. Ocup. UFSCar, São Carlos, v. 23, n. 2, p. 273-284, 2015.

Martens, R.; Vealey, R.; Burton, D. (1990). **Competitive Anxiety in Sport**. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, Inc.

MIRANDA, S (2001) **no fascínio do jogo a alegria de aprender**. Ciência hoje, v, 28, p 64-66.

MULLER, A. B. **Efeitos da Intervenção motora em diferentes contextos no desenvolvimento da criança com atraso motor**. 2008. 186 f. Dissertação (Mestrado em Movimento Humano) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Rio Grande do Sul, 2008.

NOBRE, F. S. S. et al. **Intervenção motora como fator determinante no desenvolvimento motor: estudo comparativo e quase experimental**. Revista Acta Brasileira do Movimento Humano, Santa Catarina, v. 2, n. 2, p. 76-85, 2012.

PSICOLOGIA DO ESPORTE: UMA ÁREA EMERGENTE DA PSICOLOGIA - Lenamar Fiorese Vieira, João Ricardo Nickenig Vissoci, Leonardo Pestillo de Oliveira, José Luiz Lopes Vieiræ - Psicologia em Estudo, Maringá, v. 15, n. 2, p. 391-399, abr./jun. 2010.

Rubio, K. (2000). **Psicologia do Esporte: Interfaces, pesquisa e intervenção**. São Paulo: Casa do Psicólogo.

SILVA, E. V. A. et al. **Programa de intervenção motora para escolares com indicativo de transtorno do desenvolvimento da coordenação**. Revista Brasileira de Educação Especial, Marília, v. 17, n. 1, p. 137-150, 2011.

TAJRA Sanmya Feitosa. **Informática na educação**. São Paulo. Editora Érica, 2011. P.198

Ysabele C.O da Silva ; Ivaldir de Farias; Juliana K. A Lemoine Neves. **Jogos digitais como estratégia pedagógica**. Revista Eletrônica Estacio Recife.