



**Universidade Federal de Ouro Preto – UFOP Escola de
Educação Física da UFOP - EEFUFOP Bacharelado em
Educação Física**



TCC em formato de Artigo

**Tecnologia, inovação e movimentação:
relação entre tempo de tela, conhecimento sobre brincadeiras e
o nível de atividade física em crianças de 7 a 10 anos.**

Larissa Aparecida Almeida de Assis

**Ouro
Preto 2022**

Larissa Aparecida Almeida de Assis

**Tecnologia, inovação e movimentação:
relação entre tempo de tela, conhecimento sobre brincadeiras e
o nível de atividade física em crianças de 7 a 10 anos.**

Trabalho de Conclusão de Curso em formato de artigo, formatado para a revista Pensar a Prática, apresentado à disciplina Seminário de TCC (EFD-356) do curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto, como requisito parcial para aprovação na mesma.

Orientador: Prof. O Dr. Renato Melo Ferreira

**Ouro Preto
2022**

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

A848t Assis, Larissa Aparecida Almeida de.
Tecnologia, inovação e movimentação: [manuscrito]: relação entre o tempo de tela, conhecimento sobre brincadeiras e o nível de atividade física em crianças de 7 a 10 anos.. / Larissa Aparecida Almeida de Assis. - 2022.
35 f.: il.: gráf., tab..

Orientador: Prof. Dr. Renato Melo Ferreira.
Monografia (Bacharelado). Universidade Federal de Ouro Preto. Escola de Educação Física. Graduação em Educação Física .

1. Tecnologia e crianças. 2. Exercícios físicos. 3. Tempo de tela. 4. Brincadeiras. I. Ferreira, Renato Melo. II. Universidade Federal de Ouro Preto. III. Título.

CDU 79

Bibliotecário(a) Responsável: Soraya Fernanda Ferreira - SIAPE: 1.763.787



FOLHA DE APROVAÇÃO

Larissa Aparecida Almeida de Assis

Tecnologia, inovação e movimentação: relação entre tempo de tela, conhecimento sobre brincadeiras e o nível de atividade física em crianças de 7 a 10 anos.

Monografia apresentada ao Curso de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel

Aprovada em 19 de outubro de 2022

Membros da banca

Prof. Dr. Renato Melo Ferreira - Orientador(a) (Universidade Federal de Ouro Preto)
Prof. Dr. Bruno Ocelli Ungheri - (Universidade Federal de Ouro Preto)
Prof. Dr. Kelerson Mauro de Castro Pinto - (Universidade Federal de Ouro Preto)

Renato Melo Ferreira, orientador do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 24/10/2022



Documento assinado eletronicamente por **Renato Melo Ferreira, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR**, em 26/10/2022, às 17:31, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0416477** e o código CRC **7C7B4D1B**.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por ter me guiado até aqui e por apesar da vontade, não ter me deixado desistir ao longo desse percurso; a toda a minha família pelo apoio, ao meu pai Reginaldo, a minha mãe Luciene e a minha avó Joana por sempre acreditarem em mim e na minha capacidade mesmo quando eu mesma desacreditei; aos meus amigos, sobretudo a Helen por ser para mim ombro, base e estar presente em todas as etapas da minha vida e a Stefany por aguentar meus surtos; aos amigos e companheiros de curso que fizeram ser mais leve essa trajetória, especialmente Nicole, Julia, Maria Fernanda, Estephany, Isadora, Adrienne e o João Marcelo. Agradeço também ao meu orientador Renato por me auxiliar e apoiar desde o primeiro contato com o meio acadêmico.

RESUMO

O avanço tecnológico é uma das transições sociais que mais transformou os indivíduos ao longo dos tempos. Este acontecimento trouxe como consequência o aumento do tempo de tela e a diminuição do nível de atividade física diária, inclusive para crianças. Esta pesquisa buscou identificar como a influência tecnológica pode afetar a prática de atividade física de crianças de 7 a 10 anos, o seu conhecimento sobre brincadeiras práticas e identificar fatores de interferência nesta relação. O estudo foi feito com 30 alunos de uma escola em Itabirito (MG) e um responsável por aluno. Foram utilizados 3 instrumentos para avaliar o nível de atividade física, o tempo de tela e o conhecimento sobre brincadeiras. Os resultados mostram que 66% das crianças praticam atividades físicas, 57,7% gostam de brincar e 59,4% passam mais tempo em tela do que brincando. Constatou-se que o tempo de tela dessas crianças é em média três vezes mais alto do que o recomendado, influenciando parcialmente na prática esportiva e na vivência com brincadeiras.

Palavras-chave: Crianças, atividade física, tecnologia, tempo de tela, brincadeiras.

ABSTRACT

Technological advancement is one of the social transitions that most transformed individuals over time. This event resulted in an increase in screen time and a decrease in the level of daily physical activity, including for children. This research sought to identify how the technological influence can affect the practice of physical activity of children aged 7 to 10 years, their knowledge about practical games and to identify interference factors in this relationship. The study was carried out with 30 students from a school in Itabirito (MG) and one person responsible for each student. Three instruments were used to assess the level of physical activity, screen time and knowledge about play. The results show that 66% of children practice physical activities, 57.7% like to play and 59.4% spend more time on screen than playing. It was found that the screen time of these children is on average three times higher than recommended, partially influencing the practice of sports and the experience with games.

Keywords: Children; physical activity; technology; screen time; games.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	9
MÉTODOS	11
RESULTADOS	14
DISCUSSÃO	16
CONCLUSÃO	20
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	22
ANEXOS	25

INTRODUÇÃO

Segundo Kohn e Moraes (2007) está acontecendo uma das transições sociais que mais modificaram os indivíduos ao longo dos tempos, o avanço e a evolução dos dispositivos tecnológicos. Com a chegada da era tecnológica e a maior disponibilidade de novos aparelhos, o organismo que na infância e adolescência era habituado à prática de exercícios físicos, agora se adapta a uma vida cada vez mais inativa (MONTEIRO e NORONHA, 2017). Este é um fato que também atingiu as crianças, visto que, para elas, os avanços tecnológicos trouxeram como consequências o aumento do tempo de tela (televisão, computador, *smartphones* e *videogames*) e a diminuição do nível de atividade física diária (MAIOR, 2016).

Ser criança em pleno século XXI é crescer em um período onde a tecnologia está em toda parte, por decorrência disso, torna-se uma tarefa quase impossível viver sem ela (PAIVA e COSTA, 2015). Com o passar dos anos esses indivíduos têm se relacionado com uma variedade de aparelhos tecnológicos de maneira muito intensa (OLIVEIRA, 2020) e o tempo de tela, que é dado como o tempo total pelo qual a criança permanece exposta a todas as telas, tem aumentado (NOBRE *et.al.*, 2021). Tendo em vista esse contexto, as atividades recreativas tradicionais (PAIVA e COSTA, 2015) e a prática de atividade física infantil (MAIOR, 2016) estão cada vez em menor evidência no cotidiano das crianças.

Nobre *et.al.* (2021) buscaram investigar os fatores determinantes no tempo de tela total, incluindo televisão e mídias interativas em 180 crianças de 24 a 42 meses de idade, sendo divididos em dois grupos, sendo eles, respectivamente, crianças com tempo de exposição à tela inferior e crianças com tempo de exposição à tela igual ou superior a duas horas por dia. Para avaliar os hábitos das crianças com relação às telas foi elaborado um questionário para ser aplicado aos pais, com perguntas relacionadas às mídias interativas móveis, frequência de uso, tempo de exposição das crianças e idade que iniciaram o acesso. Foi observado que 5,5% não foram expostos a nenhuma mídia e 63,3% as utilizam por um tempo igual ou superior a duas horas por dia. Para além, dos 94,5% das crianças expostas às telas, a televisão (61%), *smartphone* (41%) e *tablet* (22%) são os mais utilizados. Os autores associam essa exposição intensa ao atraso da linguagem, à dificuldade de interação social, à formação do estilo de vida sedentário e pouco estímulo à criatividade.

A prática de atividade física contribui para a melhora da qualidade de vida, onde populações fisicamente ativas apresentam um estado de saúde melhor quando comparados aos demais pares sedentários, o que possibilita um bem-estar biopsicossocial, fundamental para a sua saúde (OLIVEIRA, 2020). Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) (2015), a participação da criança em atividades esportivas deve ser parte do processo de socialização, pois além dos benefícios para a saúde, ela oferece oportunidades de lazer e desenvolvimento de melhor aptidão física. Em uma revisão a SBP, feita sobre os fatores determinantes da atividade física em crianças e adolescentes, recomenda o envolvimento em exercícios de intensidade moderada e vigorosa durante 60 minutos ou mais diariamente, que sejam apropriados ao estágio do desenvolvimento, variadas e que propiciem prazer (SBP, 2015). Entretanto, de acordo com Silva *et.al.* (2015) apesar de reconhecida a importância da prática de atividade física durante a infância e adolescência, a proporção de indivíduos que atingem as recomendações relativas à quantidade e intensidade de prática é baixa.

Os autores supracitados ainda apontam que diversos fatores precisam ser considerados para a melhor compreensão dos motivos que levam crianças e adolescentes a adotarem comportamentos sedentários em seu dia a dia, tais como hábitos alimentares não saudáveis e a falta da prática esportiva, mas, fica em evidência a presença da tecnologia, visto que, ela substitui silenciosamente os hábitos tradicionais que envolvem a interação física com as pessoas e o meio ambiente. Dentre estes hábitos, está o brincar, colocado por Farias *et.al.* (2020) como uma preparação para compreender como viver socialmente, com limites e possibilidades que a criança desenvolve brincando. Porém, com a evolução dos dispositivos digitais e sua propagação em muitas residências, apresenta-se uma nova relação com o brincar. Para Machado (2011), às crianças que utilizam em excesso as tecnologias deixam de valorizar atividades como brincadeiras de roda, de rua, o hábito de correr, pular, gritar e assim deixam de reconhecer o lazer.

De acordo com Nobre *et.al.* (2021), a infância tem se dado a partir de uma interação cada vez maior com as inovações tecnológicas. Há uma preocupação presente nesta relação que é dada por Oliveira *et.al.* (2020) através do fato de que o sedentarismo infantil, influenciado por acesso a tecnologias, é um dos principais determinantes no surgimento de doenças, podendo gerar sobrepeso e obesidade. Além disso, o nível elevado desses indivíduos expostos ao tempo excessivo de tela

também é preocupante devido a sua associação com outros problemas, como alterações na glicose e colesterol sanguíneos, baixo rendimento escolar, diminuição do convívio social e menores níveis de atividade física (LUCENA *et.al.*, 2015).

Há cerca de 20, 30 anos atrás quando se falava sobre tela, se referia principalmente a televisão. Nos dias atuais a “tela” engloba majoritariamente os dispositivos de bolso como celulares, *tablets* e *smartphones*, devido às suas portabilidades (NOBRE *et.al.*, 2021). Ainda, para os autores, esses dispositivos foram incorporados na rotina de todos, inclusive crianças. Desta forma, esta pesquisa busca contribuir para o conhecimento de profissionais da área da Educação Física, professores, pais ou responsáveis e as próprias crianças acerca da importância da diminuição do tempo de tela, do aumento das brincadeiras práticas e da vida ativa para o desenvolvimento infantil. Além disso, justifica-se por identificar a relação presente entre a utilização do tempo de tela de crianças de 7 a 10 anos, o nível de atividade física das mesmas e a vivência com brincadeiras que utilizam do movimento e da imaginação na rotina desses indivíduos. A hipótese do estudo é que o uso da tecnologia e tempo de tela em excesso afetam negativamente a prática de atividade física das crianças. Ainda, acredita-se que por decorrência deste fato, há pouca movimentação na rotina das crianças devido a falta de brincadeiras de vivência prática e motora.

Portanto, o objetivo do trabalho é identificar como a influência tecnológica pode afetar a prática de atividade física desses indivíduos, o seu conhecimento sobre brincadeiras e explicitar os principais fatores que podem interferir nesta relação.

MÉTODOS

Amostra

A amostra foi composta por 30 crianças com idade entre 7 e 10 anos, estudantes do ensino fundamental do Instituto Santo Antônio de Pádua (ISAP), uma escola da rede privada da cidade de Itabirito, Minas Gerais e, para além disso, pelo menos um responsável de cada criança. Como critério de inclusão, foi adotado que as crianças estivessem frequentando as aulas de Educação Física, que tenham convívio com dispositivos tecnológicos e que assinassem o Termo de Assentimento (ANEXO 1) e os responsáveis assinassem o Termo de Consentimento Livre e

Esclarecido (TCLE) (ANEXO 2). Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da UFOP sob parecer número 5.074.689.

Instrumentos

Foram utilizados três instrumentos de objetivos específicos, sendo eles:

1. Lista de Atividades Físicas (LAF) (CRUCIANI *et.al.*, 2011) (ANEXO 3): esta é uma versão brasileira do Physical Activity Checklist Interview (PACI) (SALLIS, 1996), que consiste em um questionário para identificar a prática de atividade física por crianças de sete a treze anos. O LAF é dividido em três partes: a primeira, seção A, avalia informações pessoais da criança; na segunda, “seção B”, contém uma lista de 21 atividades físicas de intensidades moderadas a vigorosas e espaço para o preenchimento de outras atividades físicas, bem como uma seção para relato de atividades sedentárias (tempo assistindo à televisão/vídeo e jogando jogos de vídeo game ou usando computador); e “seção C”, destinada à avaliação. Contudo, assim como em outros trabalhos (SANTOS, 2013), neste estudo utilizaremos apenas a seção B como forma de avaliação das crianças.
2. Hábitos de Vida (ANDAKI, 2010) (ANEXO 4): informações sobre o tempo de tela das crianças serão obtidas pelas respostas dos pais ou responsáveis a este questionário, que contém 19 questões. O instrumento avalia aspectos comportamentais como o tempo gasto frente à TV, videogame e computador, meio de deslocamento para escola, prática de atividade física dentro e fora da escola e tempo de sono. Para estimar o tempo de tela, as perguntas utilizadas questionam o tempo diário das crianças em frente a TV ou outros dispositivos, em dias de semana e finais de semana. Para verificar aspectos comportamentais, os hábitos de vida foram avaliados por meio de perguntas que questionam aos pais se os filhos praticam algum tipo de esporte, o meio de transporte utilizado para ir à escola e quantas horas de sono por noite eles dormem. As perguntas apresentam como opções de resposta “sim ou não” e números referentes a quantidades de horas para serem preenchidas de acordo com cada atividade.

3. Entrevista e Questionário (COSTA, 2019) (ANEXO 5): a parte estabelecida como entrevista é composta por 8 perguntas abertas a respeito do tipo de brincadeira que as crianças estão acostumadas a brincar. Já o questionário contém uma lista com 16 tipos de brincadeiras, algumas delas muito presentes na infância de indivíduos da geração anterior a das crianças, e outras, como os jogos *on-line* e o *videogame*, que são mais presentes na geração deles. A partir dessa lista, as crianças devem demonstrar a relação que possuem com as brincadeiras através de quatro possíveis afirmações: acho legal, mais ou menos, não acho legal e nunca brinquei. Essas afirmações são acompanhadas de *emoticons*, utilizados de forma representativa para complementar as afirmativas, sendo que primeiro indicava uma carinha com expressão de feliz (acho legal), o segundo uma carinha com expressão de indiferença (mais ou menos) o terceiro representando negação (não acho legal) e uma quarta opção “nunca brinquei”. Dessa forma, as crianças escolhem o *emoticon* que mais representa a relação que elas têm com as brincadeiras citadas.

Procedimento

A partir da aprovação no Comitê de Ética, foi agendado um dia para que fosse explicado aos pais e as crianças os objetivos do estudo, coletar a assinatura do TCLE por parte dos pais e a do Termo de Assentimento por parte das crianças. Em seguida, foi marcada a data para a realização da coleta de dados. No dia da coleta, houve a aplicação dos questionários separadamente com cada indivíduo que compôs a amostra. Para a aplicação, os questionários foram impressos e utilizamos canetas para o registro das respostas. Além disso, houve a necessidade de um computador para registro de respostas, armazenamento e verificação dos dados em mais de um formato. O tratamento estatístico ocorreu por meio de análise descritiva e inferencial.

RESULTADOS

Os resultados relacionados a Lista de Atividades Físicas (LAF) (CRUCIANI *et.al.*, 2011) são apresentados abaixo, Tabela 1. Apenas a seção B do instrumento foi utilizada para este estudo, foi possível identificar as atividades físicas e de tempo de tela mais realizadas antes, durante e após as atividades escolares. Ressalta-se que em negrito, foram destacadas as atividades que ocuparam um total de 50% ou mais do tempo do participante do estudo, sendo considerada uma atividade de preferência. É importante frisar que o tempo de tela é, em média, maior após o horário escolar.

Tabela 1: Porcentagem de atividades físicas e tempo de tela antes, durante e depois do horário escolar.

Lista de Atividades Físicas (LAF) (CRUCIANI <i>et.al.</i> , 2011)												
Atividade	Antes da escola (%)			Durante a escola (%)						Depois da escola (%)		
	N	AV	MPT	N	AV	MPT	EF	R	NA	N	AV	MPT
Andar de bicicleta	50	46,7	3,33	90	6,67	0	0	0	3,33	46,7	46,7	6,67
Natação	66,7	30	3,33	96,7	0	0	0	0	3,33	93,3	6,67	0
Ginástica olímpica	86,7	13,3	0	80	10	0	6,67	0	3,33	93,3	6,67	0
Basquete	96,7	0	3,33	46,7	16,7	0	10	26,7	0	90	10	0
Beisebol	100	0	0	90	3,33	0	6,67	0	0	100	0	0
Futebol americano	100	0	0	80	3,33	0	3,33	10	3,33	100	0	0
Futebol	56,7	40	3,33	26,7	16,7	0	36,7	20	0	53,3	43,3	3,33
Voleibol	83,3	16,7	0	23,3	6,67	0	66,7	3,33	0	73,3	26,7	0
Esporte com raquete	93,3	6,67	0	96,7	0	0	3,33	0	0	93,3	6,67	0
Jogos com bola	43,3	46,7	10	10	16,7	3,33	36,7	36,7	0	43,3	36,7	20
Brincadeiras	46,7	40	13,3	20	16,7	6,67	23,3	33,3	0	53,3	33,3	13,3
Brincadeiras ao ar livre	40	50	10	13,3	13,3	10	0	63,3	0	36,7	50	13,3
Jogos aquáticos	63,3	33,3	3,33	100	0	0	0	0	0	60	36,7	3,33
Pular corda	60	40	0	36,7	20	0	3,33	36,7	3,33	73,3	26,7	0
Dançar	40	36,7	23,3	73,3	0	6,67	0	20	0	43,3	36,7	20
Tarefas	56,7	36,7	6,67	96,7	0	0	0	0	3,33	63,3	33,3	3,33
Tarefas domésticas	33,3	56,7	10	100	0	0	0	0	0	50	43,3	6,67
Exercícios	50	43,3	6,67	3,33	16,7	0	76,7	3,33	0	53,3	43,3	3,33
Caminhada	46,7	50	3,33	93,3	3,33	0	0	0	3,33	73,3	20	6,67
Corrida	56,7	36,7	6,67	13,3	10	6,67	40	60	0	63,3	30	6,67
Atividade	Antes da escola						Depois da escola					
TV/Celular/ Tablet	2,24±1,30						3,45±1,82					
Computador/Videogame	1,07±1,36						2,21±2,01					

Legenda: N – Nunca; AV – Às vezes; MPT – Maior parte do tempo; EF – Educação Física; R – Recreio; NA – Nenhum anterior.

Os resultados da Tabela 2 se relacionam com os hábitos de vida, onde há a caracterização geral do contexto que envolve a criança, do tempo relacionado às práticas de tempo de tela e exercício físico, e diferença de tempo gasto nessas

atividades na semana e aos finais de semana. É importante observar que o tempo de tela é relativamente alto, já que o tempo da criança parada é maior quando comparado ao tempo de movimento, tanto na semana quanto no final de semana.

Tabela 2: Caracterização e descrição dos hábitos de vida e distribuição de horas durante a semana e aos finais de semana de tempo de tela e de atividades que envolvem movimento.

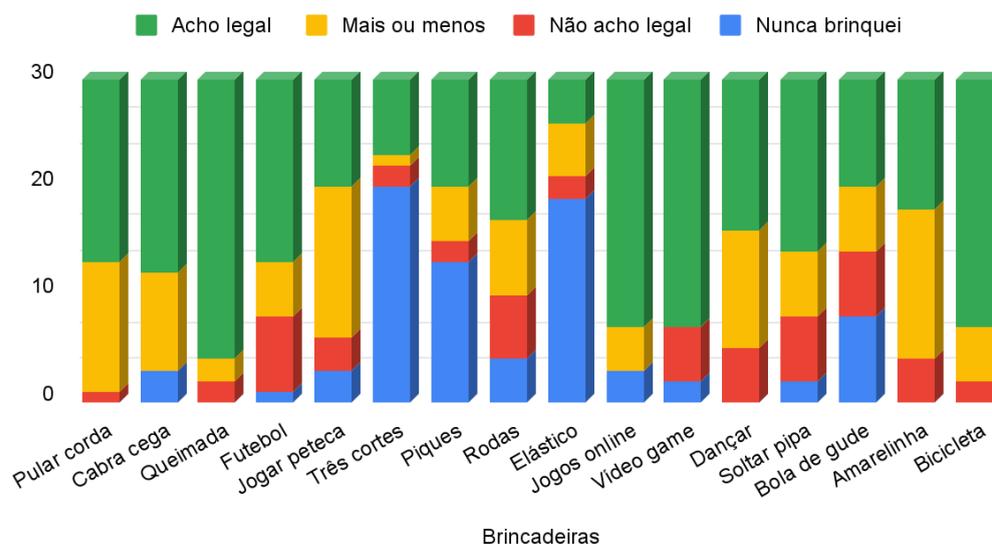
HABITOS DE VIDA (ANDAKI, 2010)			
Residência	75,9% ¹	23,1% ²	X
Elevador ou escada	3,3% ³	16,5% ⁴	79,2%
Seu filho passa mais tempo	59,4% ⁵	36,3% ⁶	3,3%
Meio de transporte até a escola	75,9% ⁷	19,8% ⁸	3,3%
Horas de sono a noite	7,56±0,62		
Tempo até a escola	1,73±0,69		
Atividades	SIM	NAO	NR
Come assistindo TV	61,4%	39,6%	
Computador em casa	96,7%	3,3%	
Internet em casa	100%	0%	
Vídeo game em casa	61,4%	39,6%	
Pratica Esportes	66%	29,7%	3,3%
Faz Escolinha de esportes	26,3%	62,7%	
Faz EF escolar	100%	0%	
Dorme de dia	0%	100%	
Horas gastas	Semana	Fim de Semana	
Na frente da TV	2,01±1,11	2,48±1,38	
No computador	1,35±1,42	1,60±1,58	
De estudo	1,4±0,78	X	
No vídeo Game	0,48±0,87	0,72±0,93	
Do filho sem movimento	5,10±3,18	5,68±3,68	
Do filho fazendo atividade física	3,19±2,60	4,35±3,15	

Legenda: 1 – Casa; 2 – Apartamento; 3 – Elevador; 4 – Escada; 5 – No celular, televisão ou computador; 6 – Brincando; 7 – Carro; 8 – Escolar ou van;

No gráfico 1 é possível avaliar os resultados da entrevista do Questionário e Entrevista (COSTA, 2019) aplicado aos alunos. Na parte do questionário, precisavam associar 16 brincadeiras com “*emoticons*” de acordo com a relação que possuem com tais brincadeiras, sendo elas: “acho legal” “não acho legal” “mais ou menos” ou “nunca brinquei”. Percebe-se que a maior parte das crianças possui uma boa relação com as brincadeiras além do uso das telas. As mesmas reconhecem determinadas brincadeiras tidas como “tradicional” e até brincam com algumas delas.

Gráfico 1: Relação das crianças com as brincadeiras presentes no questionário aplicado.

Questionário e Entrevista (COSTA, 2019)



DISCUSSÃO

O trabalho teve como objetivo identificar como a influência tecnológica pode afetar a prática de atividade física desses indivíduos e explicitar os principais fatores que podem interferir nesta relação. A hipótese do estudo era de que o uso da tecnologia e o tempo de tela em excesso poderiam afetar negativamente a vivência prática das crianças, e que por decorrência deste fato os mesmos tinham uma rotina de pouca movimentação, incluindo exercícios e brincadeiras. Os dados comprovam que o tempo de tela é além do recomendado e os indivíduos não deixam de praticar esportes e atividades físicas, porém quando comparadas as duas coisas, o tempo de tela ainda é maior. As crianças conhecem boa parte das brincadeiras que são tidas como “tradicionais”, se interessam por brincadeiras práticas e não deixam de brincar. O contexto familiar e a falta de estímulo necessário por parte dos responsáveis foram vistos como principais fatores de interferência para este estudo.

A discussão deste trabalho será realizada a partir da seguinte perspectiva: o tempo de tela, o nível de atividade física e as brincadeiras, relacionados com a criança.

De acordo com Monteiro e Noronha (2017) atualmente, já que os aparelhos estão cada vez mais acessíveis, a internet é uma realidade para quase todos, independentemente de classe social. Analisando os dados coletados, nota-se que 100% dos indivíduos que compõem a amostra possuem internet em casa, 96.7% computador, 61,4% *videogame* (tabela 2), 80% *tablet* e 73% telefone, sendo os dois últimos, aparelhos pessoais dos alunos. Devido a suas portabilidades, celulares, *tablets* e *smartphones* foram incorporados na rotina de indivíduos de diferentes meios sociais e faixas etárias, inclusive crianças (NOBRE, *et.al* 2021). A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) delimita o uso do tempo de tela para crianças de acordo com as diferentes faixas etárias, para crianças entre seis e dez anos a indicação é de até duas horas por dia (SBP, 2019). Os resultados desta pesquisa apontam que as crianças ficam de duas a cinco horas utilizando televisão, celular e *tablet*, cerca de uma hora e meia a três utilizando computador e *videogame* em um dia de semana, sendo celular e *tablet* os aparelhos de maiores índices de uso. Deste modo, nota-se que a média do tempo de tela utilizado pela amostra é maior do que o recomendado.

Ao falar sobre a era digital na vida das crianças, Santana, Ruas e Queiroz (2021) alegam que a tecnologia pode ser um instrumento rico para a construção do aprendizado, e quando utilizada de modo educacional pode agregar na formação e no desenvolvimento do indivíduo. Entretanto, no geral, os responsáveis e as crianças não percebem as tecnologias pelo lado negativo. Sendo assim, com o aumento do tempo de tela elas podem vir a ter sonolência diurna, problemas de memória e concentração, diminuição do rendimento escolar, associação a transtornos de déficit de atenção, hiperatividade e ansiedade, além de uma rotina de comportamentos mais sedentários (MOREIRA *et.al*, 2021), dessa forma, é necessário equilíbrio e responsabilidade nesta relação.

Geraldo e Negrisoli (2020) revelam que o contato com as mídias tem sido cada vez mais precoce para as crianças, já na primeira infância se envolvem com telefones móveis, mensagens de texto, jogos *online* e redes sociais, e esse contato pode se potencializar ainda mais na adolescência. Quando questionamos os alunos sobre o que gostam de fazer em telas, os jogos aparecem em 63% das respostas, em seguida, utilizar redes sociais como *Instagram*, *YouTube* e *TikTok* (51%), assistir vídeos (26%) e outras opções (23%), dentre elas, “falar com os amigos”, “tirar fotos” e “ouvir músicas”. Para Costa e Almeida (2021) a tecnologia tomou a atenção

desses indivíduos, que ficam entretidos e acabam trocando facilmente o brincar ao ar livre pelos desenhos, vídeos e jogos de celulares. Além disso, devido ao uso excessivo de eletrônicos, as relações familiares se alteraram, a interação e socialização familiar se modificou e a presença dos pais, que são os principais mediadores da criança com os estímulos do ambiente, foi substituída pelas telas (PETRI e RODRIGUES, 2020).

Conclui-se que o tempo de tela pode influenciar na vida da criança, de maneira negativa, a partir do momento que passa a ser excessivo e não contém supervisão adequada por parte dos responsáveis.

Sobre a atividade física na infância, segundo a Sociedade de Pediatria de São Paulo (SPSP, 2021), crianças devem participar de atividades físicas para se divertir, fazer amigos e aprender coisas novas. De acordo com os pais, cerca de 66% dos alunos praticam esportes, sendo 26% matriculados em escolinhas esportivas. Natação, futebol e voleibol são os esportes de maior relevância; jogos com bola e brincadeiras ao ar livre aparecem como atividades mais praticadas em momentos não escolares, enquanto, exercícios físicos, correr, voleibol e jogos com bola, novamente, são majoritariamente citados como práticas da aula de educação física e do recreio. Além disso, as tarefas domésticas: arrumar a cama e auxiliar os pais também estão presentes enquanto atividades do cotidiano dos indivíduos. Entretanto, 59,4% dos responsáveis alegam que as crianças passam mais tempo em tela do que brincando ou praticando atividades. Oliveira e Oliveira (2020) corroboram, trazendo que, em decorrência da multiplicação das tecnologias digitais nos mais diversos contextos sociais, o contato das crianças com equipamentos tecnológicos tem sido cada vez mais intenso, podendo ocasionar a redução das atividades motoras.

Uma pesquisa de Carneiro *et.al* (2022) relata que a obesidade e o sedentarismo vêm crescendo gradativamente na população infantil, visto que, atividades sedentárias, tais como: jogos eletrônicos, uso do tablet, celulares, computadores e assistir televisão estão mais presentes na vida das crianças do que a prática constante de exercícios físicos. Tal cenário se desencadeia a partir de uma combinação de fatores, desde a exposição a um ambiente que incentiva o sobrepeso e a obesidade, a comportamentos inadequados e a resposta biológica a esse ambiente, como por exemplo, a ausência do incentivo a atividades físicas

(STANGE *et.al* 2022). Ainda para os mesmos autores, o meio familiar é um potencial influenciador para o aumento da condição da obesidade infantil. Além disso, é importante ressaltar que como consequência da obesidade outras doenças podem surgir, que não se restringem apenas a infância, comprometendo a qualidade de vida do indivíduo ao se tornar adulto (CASTRO; LIMA; BELFORT 2021).

As crianças estarem inseridas em escolinhas esportivas e participarem da educação física escolar não é o suficiente, os resultados demonstram que a maioria vão à escola de carro (75,9%), comem enquanto usam as telas (61,4%) e dedicam pouco tempo de prática aos finais de semana, ou seja, estão habituadas a atividades com menor índice de movimento. A maior parte dos alunos desta pesquisa estão envolvidos em atividades práticas e exercícios físicos, entretanto, as horas dedicadas em dias de semana e aos finais de semana a prática esportiva (3/4h) quando comparadas ao tempo de tela (4/5h) ainda são baixas.

Para o brincar e a infância, os resultados mostram que 57,7% dos alunos preferem brincar do que utilizar as telas. Ainda, pega-pega, pique esconde, queimada e pular corda foram as brincadeiras citadas como de maior aderência e prazer. Ao considerar, especificamente as tradicionais, as crianças apontaram que brincadeiras de roda, elástico, três cortes e bolinha de gude surgem como atividades nunca praticadas, enquanto os jogos online, andar de bicicleta e queimada aparecem como atividades consideradas legais. É notório que algumas brincadeiras, tidas como “antigas”, não deixaram de ser reconhecidas pelas crianças, porém, novas práticas relacionadas às tecnologias vêm sendo inseridas em suas rotinas. Petri e Rodrigues (2020) alegam que nos dias atuais, a prática do brincar, com brinquedos e brincadeiras, o uso da imaginação e da criatividade da criança, está sendo substituída pelo brincar tecnológico atrelado a uma tela.

Para Araújo e Reszka (2016) é necessário levar em consideração a mudança de realidades, antes a infância era vivida com brinquedos e brincadeiras tradicionais (cantigas de roda, brincadeiras de rua, brinquedos artesanais) passadas de geração em geração. Atualmente as crianças estão inseridas no meio eletrônico (brinquedos de controle remoto, bonecos que falam e se movimentam) para se divertirem, dentre eles, estão as telas. Vale ressaltar que a utilização de recursos tecnológicos não atinge a função social e os objetivos do brincar na construção do indivíduo enquanto sujeito, visto que, se limitam a um objeto que priva o desenvolvimento motor e a

socialização possível de se desenvolver através de brincadeiras (FARIAS; PIZZOL; SANTINELLO 2020). Ainda para as mesmas autoras, no ambiente familiar e escolar, as crianças não encontram facilidade de tempo e espaço para brincarem como deveriam, na escola há um período determinado para cada atividade e a brincadeira é uma possibilidade a parte, em casa, dificilmente os pais se programam para brincar com os filhos ou não sabem como estimular esta atividade em decorrência de outras funções do convívio familiar. Fato este que pode vir a ser uma explicação do porque os pais relataram que as crianças passam mais tempo em contato com as telas apesar de que os mesmos trouxeram a sua preferência pelo brincar.

Vianna (2019) avalia esta relação como um grande desafio, para que não haja a extinção dos jogos, brincadeiras e brinquedos tradicionais na infância, se faz necessária a mediação dos adultos, tanto na escola, quanto na vida social e em casa. A maior parte das crianças possuem influência familiar no desenvolvimento dos seus hábitos e do estilo de vida. É de responsabilidade dos adultos a qualidade de vida na infância, sejam eles familiares, professores ou cuidadores (PIASETZKI; BOFF; BATTISTI, 2020).

Conclui-se que o conhecimento sobre brincadeiras é presente na vida desses indivíduos, ainda, é notório que o tempo destinado a esta prática deveria ser maior, principalmente pelas crianças alegarem a preferência pelo brincar, mas não passarem tanto tempo brincando, há a necessidade do estímulo e da influência por parte dos responsáveis para que este cenário se modifique.

Este estudo se limitou ao fato de que a coleta foi feita em apenas uma escola, sendo uma instituição particular, os instrumentos foram preenchidos apenas por 30 alunos e responsáveis e o mesmo poderia ter sido aplicado a realidades diferentes. Sugere-se uma ampliação deste estudo em diferentes contextos e realidades, investigando, para além da vivências dos alunos, conhecer e se aprofundar nas vivências e experiência da família sobre a temática.

CONCLUSÃO

A partir do que foi apresentado e discutido, concluímos que o uso do tempo de tela das crianças de 7 a 10 anos é em média três vezes mais alto do que o recomendado, influenciando parcialmente a prática esportiva e a vivência com brincadeiras desses indivíduos. O que interfere diretamente nesta relação é a supervisão dos responsáveis, visto que, as crianças preferem as brincadeiras do que o uso dos eletrônicos, porém, sob responsabilidade deles, elas passam mais tempo em tela do que brincando.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, C; RESZKA, M. F; **O brincar, as mídias e as tecnologias digitais na educação infantil.** Universo Acadêmico. Taquara. v. 9, n. 1. 2016.

CARNEIRO, G. S; et al. **A influência de exercícios na infância e ganhos na saúde para o futuro.** Research, Society and Development, v. 11, n. 3, 2022.

CASTRO M. A. V; LIMA, G, C; BELFORT, G. P. **Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo.** Revista da Associação Brasileira de Nutrição. 2021.

COSTA, L. S; ALMEIDA, M. P. P. M; **A substituição do brincar: implicações do uso de tecnologias por crianças de 0 a 2 anos.** Curso de Psicologia da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL). 2021.

CRUCIANI, F. *et.al.* **Equivalência conceitual, de itens e semântica do Physical Activity Checklist Interview (PACI).** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.27, n°. 1, p. 19-34. 2011.

FARIAS, F. C; PIZZOL, A; SANTINELLO, J; **A tecnologia digital e a relação com o brincar infantil: reflexões teóricas.** Revista Sítio Novo. Palmas. v. 4 n. 4. 2020.

GERALDO, A. B. N; NEGRISOLI, L; **O impacto das redes sociais no comportamento de crianças e adolescentes.** 9º Jornada Científica e Tecnológica da FATEC de Botucatu. São Paulo. 2020.

KOHN, K. MORAES, C. H. **O impacto das novas tecnologias na sociedade: conceitos e características da Sociedade da Informação e da Sociedade Digital.** XXX Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação. 2007.

LUCENA, J. M. S., *et.al.* **Prevalência de tempo excessivo de tela e fatores associados em adolescentes.** Revista Paulista de Pediatria, v. 33, n°. 4, p.407-414. 2015.

MACHADO, Y. L. **Sedentarismo e suas consequências em crianças e adolescentes.** Trabalho de Conclusão de Curso. Instituto Federal de Educação Ciências e Tecnologia Sul de Minas Gerais. 2011.

MAIOR, M. A. S. **A influência da tecnologia para o sedentarismo em crianças nos dias atuais.** Trabalho de conclusão de curso da Faculdade Escritor Osman da Costa Lins. 2016.

MONTEIRO, M. R. F., NORONHA, D. M. **O uso das tecnologias em relação à prática de exercícios de estudantes.** Anais do 9º Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão - SIEPE. 2017.

MOREIRA, L.H; *et.al.* **Consequências do tempo de tela precoce no desenvolvimento infantil.** Brazilian Journal of Development, Curitiba, v.7, n.10, p. 97125-97133. 2021.

NOBRE, J. N. P., *et.al.* **Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância.** Ciência & Saúde Coletiva. v. 26, nº. 3, p. 1127-1136. 2021

OLIVEIRA, D. W. OLIVEIRA, E. S. A. **Sedentarismo infantil, cultura do consumo e sociedade tecnológica: implicações à saúde.** Revista Interação Interdisciplinar, v. 4, nº. 01, p.155-169, 2020.

PAIVA, N. M. N. COSTA, J. S. **A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça?** O portal dos psicólogos. 2015. Disponível em: << https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?codigo=A0839 >> Acesso em junho de 2021.

PETRI, I. S; RODRIGUES, R, F. L; **Um olhar sobre a importância do brincar e a repercussão do uso da tecnologia nas relações e brincadeiras na infância.** Research, Society and Development, v. 9, n. 9. 2020.

PIASETZKI, C. T. R; BOFF, E. T. O; BATTISTI, I. D. E; **Influência da família nos hábitos alimentares e estilo de vida na infância.** Revista Contexto & Saúde. v. 20, n. 41. 2020.

SANTANA, M.I; RUAS, M. A; QUEIROZ, P. H. B; **O impacto do tempo de tela no crescimento e desenvolvimento infantil.** Revista Saúde em Foco. Edição nº 14. 2021.

SANTOS, A. **Fatores associados ao comportamento sedentário em escolares do 5º ano do ensino fundamental do município de Uberaba, MG.** Universidade Federal do Triângulo Mineiro. Uberaba, MG. 2013.

SILVA, T. M. C., *et.al.* **Associação entre atividade física e tempo de tela com o nível socioeconômico em adolescentes.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 20, nº. 5, p. 503-513. 2015.

Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). **Atividade física na infância e na adolescência: guia prático para o pediatra.** Rio de Janeiro, 2015.

Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). **Grupo de trabalho e saúde na era digital: manual de orientação.** Rio de Janeiro, 2019.

Sociedade de Pediatria de São Paulo (SPSP). **Núcleo de estudos da prática de atividade física e esportes na infância e na adolescência da SPSP.** A Importância da atividade física para crianças. São Paulo, 2021.

STANGE, E. O; *et.al.* **Obesidade na primeira infância.** Revista Universo Acadêmico. Espírito Santo, v. 33, n. 1. 2022.

VIANNA, E. V. S; **O brincar e a tecnologia: as modificações das brincadeiras tradicionais e as influências tecnológicas na escola.** Editora Fi. Porto Alegre. 2019.

ANEXOS

ANEXO 1 - TERMO DE ASSENTIMENTO

Você está sendo convidado(a) para participar por vontade própria, de um estudo chamado: “**TECNOLOGIA, INOVAÇÃO E MOVIMENTAÇÃO: relação entre tempo de tela, o brincar e o nível de atividade física em crianças de 7 a 10 anos**”, sob a responsabilidade do Prof. Dr. Renato Melo Ferreira e orientação da discente: Larissa Aparecida Almeida de Assis. Após tirar todas as suas dúvidas sobre a pesquisa, caso você aceite participar do estudo, assine este documento. Fica garantido o sigilo de todas as informações dadas por você. Não tem problema algum se você não quiser participar.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do projeto: “**TECNOLOGIA, INOVAÇÃO E MOVIMENTAÇÃO: relação entre tempo de tela, o brincar e o nível de atividade física em crianças de 7 a 10 anos**”

Pesquisador responsável: Renato Melo Ferreira (Prof. Dr. da Escola de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto - EEF-UFOP). Telefone para contato: **31-3559-1517**

O estudo busca identificar a relação entre o aumento do tempo de tela de crianças de 7 a 10 anos, o nível de atividade física delas e a falta de brincadeiras que utilizam do movimento e da imaginação na vida dessas crianças. As crianças terão que responder um questionário sobre as atividades físicas que praticam ou não e outro sobre as brincadeiras que brincam ou não. A coleta de dados será feita na escola com a contribuição do professor da disciplina de Educação Física.

Riscos: Toda a pesquisa apresenta algum tipo de risco, este estudo apresenta dois especificamente: 1- risco de exposição das respostas das participantes e 2- desconforto em responder a algum item dos instrumentos. Tais riscos serão reduzidos por: 1- a coleta será realizada em um local próprio, sem nenhum tipo de interferência e 2- Se você não quiser responder algum item, pode deixar em branco ou até mesmo não querer mais participar do estudo, não haverá nenhum problema por isso. Cabe ressaltar que nenhum instrumento envolve questionamentos morais.

Benefícios: O estudo apresenta 3 principais benefícios: 1- será possível identificar a relação presente entre o uso do tempo de tela das crianças e o nível de atividade física delas. 2- a partir disso, podemos propor estratégias que possam intervir nesse cenário, levando as crianças a buscarem fazer atividades práticas que promovam a saúde. 3- será uma forma de levar este conhecimento para pais, professores, estudantes da área e até mesmo as próprias crianças.

Esta pesquisa atende todas as especificações da **Resolução 466/12 e 510/16**, que aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. O sujeito da pesquisa é o (a) participante pesquisado (a), individual ou coletivamente, de caráter voluntário, vedada qualquer forma de remuneração. Estamos à disposição caso você tenha alguma dúvida durante a pesquisa.

Pesquisador responsável: Renato Melo Ferreira (Prof. Dr. da Escola de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto - EEFUFOP).

Telefone para contato: **31-3559-1517** – E-mail: renato.mf@hotmail.com

Comitê de Ética em Pesquisa- UFOP. Centro de Convergência, Campos Universitário, UFOP. Ouro Preto, MG. Telefone: **(31) 3559-1368**. E-mail: cep.propp@ufop.edu.br

Por favor, preencha seu nome a seguir.

Assinatura do participante

ANEXO 2 - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você e seu filho (a), estão sendo convidados a participar, como voluntários, da pesquisa intitulada: **“TECNOLOGIA, INOVAÇÃO E MOVIMENTAÇÃO: relação entre tempo de tela, o brincar e o nível de atividade física em crianças de 7 a 10 anos”** sob a responsabilidade do Prof. Dr. Renato Melo Ferreira e orientação da discente: Larissa Aparecida Almeida de Assis (Escola de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto – EEF-UFOP). Após os devidos esclarecimentos sobre a pesquisa, caso você aceite colaborar com o estudo, assine ao final deste documento que está em duas vias. Fica garantido o sigilo de todas as informações dadas por você e pela criança. Em caso de recusa, não serão penalizados de forma alguma.

O trabalho busca identificar a relação presente entre o uso do tempo de tela de crianças de 7 a 10 anos, o nível de atividade física das mesmas e o conhecimento de brincadeiras que utilizam do movimento e da imaginação na rotina desses indivíduos. Com isso, o objetivo do estudo será de identificar como a influência tecnológica pode afetar a prática de atividade física desses indivíduos e explicitar os principais fatores que podem interferir nesta relação. Participarão do estudo crianças com faixa etária entre 7 e 10 anos, que estejam frequentando as aulas de Educação Física e que tenham convívio com dispositivos tecnológicos e os responsáveis pelas mesmas. Com auxílio dos pesquisadores, os indivíduos e seus responsáveis irão responder três instrumentos com o intuito de colaborar com o objetivo da pesquisa (nível de atividade física, tempo de tela e conhecimento sobre brincadeiras). A coleta de dados será feita na escola com a contribuição do professor da disciplina de Educação Física.

Segundo a Resolução 466/12 e 510/16, os aspectos éticos da pesquisa com seres humanos, implica em: respeito ao participante da pesquisa em sua dignidade e autonomia, reconhecendo sua vulnerabilidade, assegurando sua vontade de contribuir e permanecer, ou não, na pesquisa, por intermédio de manifestação expressa, livre e esclarecida; ponderação entre riscos e benefícios; a garantia de que danos previsíveis serão evitados. Em qualquer momento da pesquisa existe a possibilidade de revogação do seu consentimento sem qualquer tipo de penalização e sem prejuízo por parte do voluntário. Além disso, ao final da pesquisa, os dados serão publicitados por meio de um artigo científico. Caso aceite participar deste estudo, o mesmo não proporcionará nenhum tipo de gasto por parte do voluntário. Além disso, os pesquisadores são responsáveis por eventual necessidade de indenização.

Riscos: Toda a pesquisa apresenta algum tipo de risco, este estudo apresenta dois especificamente: 1- risco de exposição das respostas das participantes e 2- desconforto em responder a algum item dos instrumentos. Tais riscos serão reduzidos por: 1- a coleta será realizada em um local próprio, sem nenhum tipo de interferência e 2- Caso o participante se sinta desconfortável em responder algum item, ele pode deixar o mesmo em branco ou até mesmo não querer mais participar do estudo, o que não irá acarretar em nenhum tipo de prejuízo para o mesmo. Cabe ressaltar que nenhum instrumento envolve questionamentos morais.

Benefícios: Esta pesquisa apresenta 3 principais benefícios: 1- será possível identificar a relação presente entre o uso do tempo de tela das crianças, o nível de atividade física delas e a relação com o brincar. 2- a partir disso, podemos propor estratégias que possam modificar tal cenário, levando esses indivíduos a buscarem a realização de atividades práticas que promovam a saúde. 3- será uma forma de levar este conhecimento para pais, professores, estudantes da área e até mesmo as próprias crianças.

Cabe destacar que todos os dados serão armazenados no computador do pesquisador responsável, localizado na sala 23 do Centro Desportivo da UFOP (Sala do pesquisador responsável), estes dados serão mantidos durante o período de 5 anos e após tal período, os mesmos serão deletados e/ou incinerados. Qualquer dúvida em relação ao caráter ético deve ser esclarecida junto ao Comitê de Ética e Pesquisa da UFOP, e as condizentes à pesquisa devem ser esclarecidas com o pesquisador.

Pesquisador responsável: Renato Melo Ferreira

Telefone para contato: **31-3559-1517** – E-mail: renato.mf@hotmail.com

Comitê de Ética em Pesquisa- UFOP. Centro de Convergência, Campos Universitário, UFOP. Ouro Preto, MG. Telefone: **(31) 3559-1368**. E-mail: cep.propp@ufop.edu.br

**CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO
SUJEITO**

Eu, _____, portador (a) do documento de identidade de nº: _____, abaixo assinado, aceito a minha participação e autorizo a participação do meu filho(a) na pesquisa **“TECNOLOGIA, INOVAÇÃO E MOVIMENTAÇÃO: relação entre tempo de tela, o brincar e o nível de atividade física em crianças de 7 a 10 anos”**, conforme devidamente informado pelo pesquisador. Foi-me esclarecido todas as informações referentes à pesquisa, ao método que será utilizado e aos possíveis riscos e benefícios decorrentes da nossa participação na pesquisa. Além disso, foi-me também garantido o sigilo das informações pessoais que possam assegurar a minha identificação e da criança, bem como possíveis informações que possam vir a nos comprometer. Diante do exposto, estou de acordo que li e compreendi todas as informações aqui presentes e eventuais dúvidas que eu tinha me foram esclarecidas, portanto, aceito plenamente contribuir com o estudo através da utilização de todos os dados que possam servir para os fins da pesquisa científica da qual estamos contribuindo.

Local e data: _____, ____ / ____ /20 ____.

Nome do responsável: _____

Contato: _____

Assinatura do participante

Assinatura do responsável pela pesquisa

ANEXO 3 – LISTA DE ATIVIDADES FÍSICAS (LAF)

CRUCIANI 2011 NOME:

IDADE:

Cabeçalho: Nunca (**N**) Às vezes (**AV**) Na maior parte do tempo (**MPT**)
Educação Física (**EF**) Recreio (**R**) Nenhum Anterior (**NA**)

ATIVIDADE	Antes da escola	Durante a escola	Depois da escola
Andar de bicicleta			
Natação			
Ginástica olímpica			
Basquete			
Beisebol			
Futebol americano			
Futebol			
Voleibol			
Esporte com raquete (tênis/badminton)			
Jogos com bola (queimada, taco, jogar e buscar a bola)			
Brincadeiras (pega ladrão, pega-pega, amarelinha)			
Brincadeira ao ar livre (subir em árvore, parquinho)			
Jogos aquáticos			
Pular corda			
Dançar			
Tarefas (lavar o carro, jardinagem, aparar a grama)			
Tarefas domésticas (varrer, passar pano)			
Exercícios (flexões, abdominais, polichinelos)			
Caminhada			
Corrida			
Caminhada + corrida			

Televisão/ celular tablet. Antes da escola (

horas) Depois da escola (

horas)

Computador e videogames. Antes da escola (

horas) Depois da escola (

horas)

ANEXO 4 - QUESTIONÁRIO - ANDAKI 2010

Nome do responsável:

Identificação: Nome da criança:

1. Qual o tipo de residência

- Apartamento. Qual andar? _____ elevador escadas
 Casa

2. Quando seu filho não está na escola, onde ele passa mais tempo?

- ajuda nas tarefas domésticas vê TV ou usa o computador
 brinca em casa ou na rua pratica esportes

3. Quanto tempo diariamente seu filho passa em frente à televisão?

Durante a semana

- 0 30 min 1h 2 hs 3 hs 4 hs + de 4 hs

Finais de semana

- 0 30 min 1h 2 hs 3 hs 4 hs + de 4 hs

4. Quando está assistindo a TV seu filho costuma ingerir algum tipo de

- alimento? Sim biscoitos bolachas salgadinhos doces frutas
 Não

5. Você possui computador em casa? Sim Não

6. Tem acesso a internet? Sim Não

7. Quanto tempo diariamente seu filho passa em frente ao computador?

Durante a semana

- 0 30 min 1h 2 hs 3 hs 4 hs + de 4 hs

Finais de semana

- 0 30 min 1h 2 hs 3 hs 4 hs + de 4 hs

8. Quanto tempo diariamente seu filho dedica às tarefas escolares

(estudo, dever de casa, leitura)?

- 0 30 min 1h 2 hs 3 hs 4 hs + de 4 hs

9. Seu filho possui vídeo game? Sim Não

10. Se sim, quantas horas por dia ele passa jogando?

Durante a semana

- 0 30 min 1h 2 hs 3 hs 4 hs + de 4 hs

Finais de semana

- 0 30 min 1h 2 hs 3 hs 4 hs + de 4 hs

11. Seu filho pratica algum tipo de esporte? () Sim () Não
Se marcou sim na questão acima, assinale quais esportes abaixo:
() futebol () vôlei () handebol () natação () basquete () lutas () outros:
-

12. Seu filho frequenta alguma escolinha esportiva? () Sim () Não
Se sim, quantas horas por semana?

() 0 () 30 min () 1h () 2 hs () 3 hs () 4 hs () + de 4 hs

13. Seu filho participa das aulas de educação física na escola?

() Sim () Não

14. Qual o meio de transporte utilizado para o deslocamento de seu filho até a escola?

() carro () escolar/van () moto () ônibus () a pé () bicicleta

15. Quanto tempo normalmente ele gasta de casa até a escola?

() menos de 10 min () de 10 a 20 min () mais de 20 min

16. Seu filho costuma dormir durante o dia?

() Sim () menos de 30 min () de 30 min a 1h () mais de 1 h () Não

17. Quantas horas aproximadamente o seu filho dorme por noite?

() menos de 4h () 4 a 5hs () 5 a 6 hs () 6 a 7 hs () 7 a 8hs () + de 8 hs

18. Você calcula que seu filho fica sem se movimentar (sentado/deitado) aproximadamente quantas horas:

Em um dia de semana: _____ horas

Em um dia do final de semana: _____ horas

19. Você calcula que seu filho realize atividade física (brincadeiras, práticas esportivas, tarefas domésticas, atividades que precisem de movimento) aproximadamente quantas horas:

Em um dia de semana: _____ horas

Em um dia do final de semana: _____ horas

ANEXO 5 – ENTREVISTA E QUESTIONARIO (COSTA, 2019)

Nome:

Idade:

Endereço:

PRÉDIO () CASA ()

Você tem irmãos? SIM () Quantos? ()

NÃO ()

1. Quais as brincadeiras você conhece?
2. Você brinca ou já brincou na rua? Se sim, de que? Se não, por quê?
3. Você já produziu algum brinquedo?
4. Com quantos anos você ganhou o seu primeiro celular? (caso tenha um)
6. Com quantos anos você ganhou um computador ou *tablet*? (caso tenha um dos aparelhos)
5. Tem alguma brincadeira que você criou a partir de algum jogo eletrônico?
7. O que você costuma fazer no celular?
8. Você gosta mais de brincar na rua ou em casa, ou ficar mexendo no celular, *tablet* ou computador?

Das brincadeiras abaixo, marque um X na carinha que representa seu sentimento.



Acho legal



Mais ou menos



Não acho legal

Nunca brinquei

Pular corda				Elástico			
Cabra cega				Jogos Online			
Queimada				Vídeo Game			
Brincadeiras de futebol				Dançar			
Jogar peteca				Soltar pipa			
Três cortes				Bolinha de Gude			
Piques				Amarelinha			
Rodas (ciranda)				Andar de bicicleta			