
EDUCAÇÃO FÍSICA

RAPHAEL HENRIQUE CORRÊA CARVALHO

**PSICOLOGIA DO ESPORTE E SUA ATUAÇÃO NO
CENÁRIO
COMPETITIVO DE LEAGUE OF LEGENDS**



0113006551

RAPHAEL HENRIQUE CORRÊA CARVALHO

**PSICOLOGIA DO ESPORTE E SUA ATUAÇÃO NO CENÁRIO
COMPETITIVO DE LEAGUE OF LEGENDS**

Orientador: Afonso Antonio Machado

Coorientador: Joacks de Paula Lemos Filho

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Instituto de Biociências da
Universidade Estadual Paulista "Júlio de
Mesquita Filho" - Campus de Rio Claro,
para obtenção do grau de Licenciado em
Educação Física.



Rio Claro

2021

SUE

Class	EDF
	2021/33
Tombo	TF-6551

C331p Carvalho, Raphael Henrique Correa
Psicologia do Esporte e sua atuação no cenário competitivo de League of Legends / Raphael Henrique Correa Carvalho. -- Rio Claro, 2021
20 p.

Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista (Unesp), Instituto de Biociências, Rio Claro
Orientador: Afonso Antonio Machado
Coorientador: Joacks de Paula Lemos Filho

1. Psicologia do esporte. 2. Esportes eletrônicos.

3. Estados emocionais. 4. League of Legends. I.

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp.
Biblioteca do Instituto de Biociências, Rio Claro. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.

RESUMO

Neste trabalho de Conclusão de Curso será estudado a origem dos eSports, com o League of Legends em foco, e como estes estão presentes nas tendências contemporâneas, também estabelecendo seu caráter competitivo, assim como as dificuldades e desafios que os cyber atletas enfrentam para alcançar um bom desempenho. Após tal análise, será relacionado a psicologia do esporte, enfatizando a sua importância para alcançar um nível de excelência na performance dos competidores.

Palavras-chave: Psicologia do esporte. Esportes eletrônicos. Estados Emocionais. League of Legends

ABSTRACT

In this article will be explored the origin of eSports, with the League of Legends in focus, and how they are present in contemporary trends, also establishing their competitive character, as well as the difficulties and challenges that cyber athletes face to achieve a good performance. After such analysis, it will be related to sport psychology, emphasizing it's importance to reach a level of excellence in the competitor's performance.

Key-words: Sport Psychology. eSports. Emotional States. League of Legends.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	5
2. METODOLOGIA	7
3. O UNIVERSO DOS ESPORTS	8
3.1 Origem dos Esports	8
3.2 Profissionalização dos cyber atletas	9
4. LEAGUE OF LEGENDS E SEU CENÁRIO COMPETITIVO	10
4.1 Detalhes técnicos do League of Legends	10
4.2 Treinamento para o League of Legends	11
5. A PSICOLOGIA DO ESPORTE E SEUS ASPECTOS	12
5.1 As motivações	12
5.2 Os níveis de ansiedade	14
6. CONCLUSÃO	16
7. REFERÊNCIAS	17

1. INTRODUÇÃO

A psicologia do esporte tem como principal foco de estudo o ser humano durante uma atividade esportiva, usando de concepção científica, para compreender as atitudes tomadas durante a atividade (GILL E WILLIAMS, 2008). Esta também permite a compreensão das prováveis mudanças que o esporte pode proporcionar no desenvolvimento cognitivo, motor e social de uma pessoa (WEINBERG E GOULD, 2017).

Esta área de estudo apresenta grande popularidade na atualidade, porém a mesma não surgiu ou se desenvolveu recentemente. A moderna psicologia do esporte se molda à década de 1880 (KORNSPAN, 2012) e referências à psicologia do esporte podem chegar aos jogos olímpicos da antiguidade (KREMER E MORAN, 2008). Mesmo tendo suas origens e raízes em um passado distante, seus estudos e métodos continuam se desenvolvendo e se adaptando às concepções da sociedade.

Como a sociedade está em constante mudança, é fundamental que a psicologia seja capaz de acompanhá-la, acompanhando também o surgimento de novas realidades e tecnologias, que possibilitam uma expansão das nossas atividades de lazer para o meio cibernético. Proporcionando, assim, experiências diversas em um novo ambiente social, a internet, que tem a capacidade de nos aproximar por meio de séries em comum, comunidades virtuais e games online (FARIA, 2009).

Já se fora a época em que os videogames eram considerados apenas um passatempo ou uma atividade voltada ao público infantil. O desenvolvimento contínuo da internet e a velocidade da transmissão de informações possibilitaram a formação de uma grande comunidade composta por diversos papéis de seus constituintes, desde os que desenvolvem e fornecem os games, aos jogadores e espectadores das diversas modalidades, enaltecendo seu caminho para ser uma grande fonte do entretenimento mundial (REIS, 2008). Com isto, os games, que outrora tinham apenas uma vertente lúdica se tornam cada vez mais competitivos, denominando-se então esportes eletrônicos, ou Esports.

Segundo Hamari (2017), os esportes eletrônicos são competições, de cunho amador ou profissional, de videogames, tendo com sua base principal sua construção em um sistema eletrônico. Assim como os esportes tradicionais, os esportes

eletrônicos compreendem atletas, clubes e competições com grandes premiações em dinheiro, sendo as mesmas de caráter nacional e internacional (OLIVEIRA, 2008).

Em virtude desta grande semelhança em características podemos estabelecer uma ponte direta entre a aplicação da psicologia do esporte nos esportes eletrônicos, pois cada cyber atleta tem suas origens distintas, seus medos, motivações e objetivos.

Com base nas grandes premiações e enorme carga competitiva que salientamos a importância da psicologia e o acompanhamento psicológico para que cada cyber atleta consiga ter o máximo de seu desempenho individual e coletivo, independente da pressão externa e de seus níveis de ansiedade. Além da preparação mental, é também exigida uma preparação física adequada, sendo este um dos fatores variantes do impacto que a competição pode causar ao cyber atleta (DE ROSE JUNIOR, 2002).

Desta maneira, o presente estudo possui o intuito de compreender, através de uma literatura detalhada a atuação da psicologia do esporte no cotidiano de um cyber atleta e suas reflexões na atuação do mesmo no cenário competitivo de League of Legends.

2. METODOLOGIA

Para relacionar os conhecimentos da psicologia do esporte com o cotidiano dos cyber atletas será utilizada a análise documental e revisão bibliográfica sistemática de autores como Lupatini (2014), Himmelstein (2017), Oliveira (2008) além de outros autores que pesquisam o mundo dos eSports.

Embora os eSports seja uma área recente, podem ser encontrados diversos artigos sobre o tema, tornando-se possível analisar e relacionar o universo do League of Legends com as psicologias do esporte.

As revisões sistemáticas são particularmente úteis para integrar as informações de um conjunto de estudos realizados separadamente sobre determinada terapêutica/ intervenção [...](SAMPAIO, MANCINI, 2007, pg. 84)

Sendo assim, após levantar o questionando dos possíveis problemas psicológicos, que são a base do estudo da psicologia do esporte, foram pesquisados diversos artigos sobre os eSports e sua relação com a Educação Física, tornando possível a relação entre as psicologias do esporte e o mundo competitivo do League of Legends.

Para selecionar os artigos foram utilizados os critérios: artigos que documentam o surgimento dos eSports, os fatores que envolvem a performance dos cyber atletas e a história da psicologia esportiva.

Passo 2: Buscando a evidência [...] A busca de evidência tem início com a definição de termos ou palavras-chave, seguida das estratégias de busca. (SAMPAIO e MANCINI, 2007, pg. 85)

Os artigos foram escolhidos com a pesquisa pelas palavras chaves: *Esports*, *psicologia do esporte*, *league of legends*, *estados emocionais* e *cyber atletas*. Após a pesquisa, os textos foram categorizados de acordo com os temas que mais se relacionavam com o universo do *League of Legends*, priorizando textos que ligavam os Esports com a psicologia do esporte.

3. O UNIVERSO DOS ESPORTS

3.1 Origens dos ESports

Hiltscher (2013) divide a história dos eSports em, basicamente, três gerações. A primeira geração, denominada “Origens *offline*”, trata da gênese das competições de videogames, entre 1972 e 1989. Nesse período, as competições não apresentavam uma remuneração significativa e sua popularidade se restringia a poucas revistas, programas televisivos e campi universitários. A partir de 1990, com o advento da internet, os eSports começaram a adquirir uma nova faceta, caracterizada pelo surgimento dos primeiros jogos online. Ainda assim, as competições mais populares eram as de videogames, como a Competição Mundial de Super Nintendo, realizada nos EUA. Essa segunda geração, chamada “A abertura *online*”, perdura até o início dos anos 2000, quando o *boom* de competições de eSports passa a caracterizar a terceira geração, nossa atual conjuntura. Estima-se que, no início dos anos 2000, existiam cerca de dez torneios de eSports ao redor do mundo. Em 2012, esse número já havia aumentado para 696 torneios.

A popularização das competições dos jogos online proporcionou um aumento, principalmente na Coreia do Sul, da cobertura midiática e da participação de companhias lucrativas, como a Coca-Cola, por exemplo, que passaram a patrocinar competições de eSports com prêmios cada vez mais altos, exigindo atletas cada vez mais habilidosos e desenvolvendo um esporte altamente competitivo (COLLINS, 2017., DiCHRISTOPHER, 2014). Neste momento inicia-se também o uso de plataformas de vídeo e streaming pelos jogadores profissionais, possibilitando que os mesmos passem a compartilhar suas rotinas de treinamento e participações em torneios. Com a ascensão destas plataformas de streaming e a adição de patrocinadores, o ato de assistir a partidas oficiais torna-se mais corriqueiro do que a própria atividade de jogar videogame, transformando os jogos em esportes eletrônicos (KIM E THOMAS, 2015). Assim os famigerados jogos passam de uma atividade de lazer para um grande fenômeno sociocultural.

3.2 Profissionalização de cyber atletas

Assim como em todo esporte, os esportes eletrônicos apresentam diferentes classificações de jogadores, conforme os autores consultados. Segundo Lupatini (2014), os jogadores são classificados como: casual, “hardcore” ou profissional. Jogadores casuais jogam de maneira descontraída e mais focada no lazer, já os jogadores “hardcore” são reconhecidos pelo comportamento altamente disciplinado, o mesmo estuda o jogo, treina, se dedica e busca constante melhoria para alcançar o profissionalismo. Por final temos os “pro-players”.

O termo *professional game player* foi cunhado no final da década de 90, quando ocorreu a popularização inicial das competições de videogames. De lá para cá, essas competições foram crescendo e novos ramos sendo criados, com o desenvolvimento e popularização de jogos online (KIM E THOMAS, 2015., COLLINS, 2017., BANYAI et al., 2014). O perfil típico do eAtleta é de um profissional jovem, muitas vezes em idade escolar, que deixa de lado os estudos tradicionais - seja no colégio ou em universidades - para se dedicar exclusivamente ao mundo competitivo dos games (DiCHRISTOPHER, 2014., KIM E THOMAS, 2015).

Em alguns lugares do mundo, a carreira como jogador de games profissional é uma das mais almejadas pelo público jovem, já que os cybers atletas atingem uma posição social que pode ser comparada à de atletas tradicionais (KIM E THOMAS 2015; COLLINS, 2017). Para o Brasil essa realidade não se encontra tão distante, já que grandes equipes do cenário contam com “Gaming Houses”. São onde os cybers atletas residem, este convívio aliado a rotina de treinamento pode proporcionar uma melhora no rendimento tanto individual quanto da equipe (JENSEN, 2017).

4. LEAGUE OF LEGENDS E SEU CENÁRIO COMPETITIVO

4.1 Detalhes técnicos do League of Legends

Tendo em vista que esse trabalho pretende focar em um E-Sport em particular, o League of Legends, vale ressaltar as características deste jogo para melhor compreender sua relação com a psicologia do esporte.

Fundado pela desenvolvedora americana *Riot Games*, o League of Legends, conhecido como LoL, vem crescendo e se adaptando desde seu lançamento em 2009, liderando rankings como o de game-online mais lucrativo e popular do mundo (MACEDO, 2017).

Imagem 1 - mapa do League of Legends



Fonte: LIMA, 2018

O jogo é composto por duas equipes contendo cinco jogadores cada, com o objetivo de derrubar as torres de rota, invadir a base inimiga e destruir o seu *Nexus*, para isso, os jogadores devem capitalizar os recursos distribuídos pelo mapa, transformando-os em itens responsáveis por atribuir valor aos atributos de cada campeão. Deve-se também utilizar a estratégia e trabalho em equipe para adquirir vantagem de mapa sobre seus oponentes.

Devido à complexidade do League of Legends e sua importância para a cultura contemporânea o LoL conquistou seu espaço no meio acadêmico, de acordo com Macedo (2017)

4. 2. Treinamento para o League of Legends

Devido a sua popularização global o LoL conta com competições de nível nacional e internacional, ambas podendo contar com premiações milionárias, como o Campeonato Brasileiro de League of Legends (CBLoL), Liga Latinoamérica (LLA), LoL Champions Korea (LCK), Campeonato Mundial de League of Legends, entre outros.

Os jogadores, profissionais ou não, sempre estão tentando aprimorar sua performance, para isso acompanham *streamers* (jogadores que transmitem suas partidas enquanto interagem com outras pessoas no chat online da plataforma) e profissionais, em busca de dicas e estratégias de jogo. Muitos times profissionais publicam vídeos-tutorias com seus integrantes, ensinando a jogar com diversos campeões do League of Legends

Além disso, para os profissionais manterem uma boa performance em competições, estão diariamente treinando e aprimorando suas estratégias no LoL, contando com salas de treinamento patrocinadas por grandes empresas, como a Samsung, sistema de acústica, técnicos e os melhores equipamentos para possibilitar uma boa performance e comunicação entre os cyber atletas.

5. A PSICOLOGIA DO ESPORTE E SEUS ASPECTOS

Considerando a importância do League of Legends para a cultura contemporânea e a importância financeira dos jogos competitivos, torna-se fundamental relacionar os treinos dos ESports com a psicologia do esporte e para relacioná-los é indispensável entender os aspectos que a rodeiam, como a motivação dos atletas, os níveis de ansiedade que se elevam durante competições, como identificá-los e reduzi-los.

5. 1 As motivações

Tendo em vista que atletas possuem um objetivo profissional e pessoal, e nem sempre as variáveis do cotidiano favorecem seu desempenho, torna-se necessário o estudo sobre as motivações que permitem os atletas a se esforçarem à alcançar seus objetivos.

Cada um de nós desenvolve uma visão pessoal de como a motivação funciona, uma teoria sobre o que motiva as pessoas. Provavelmente, fazemos isso descobrindo o que *nos* motiva e observando como outras pessoas são motivadas. Embora haja milhares de visões individuais, a maioria das pessoas encaixa seu conceito de motivação em uma das três orientações gerais que fazem parte das abordagens à personalidade. (WEINBERG, 2017, p. 48)

O autor separa as motivações em três orientações gerais, segundo Weinberg (2017), existe a *visão centrada no traço*, que seria a motivação centrada no indivíduo, em suas particularidades, necessidades e objetivos. Sendo assim, a motivação é extremamente subjetiva:

Algumas pessoas têm atributos pessoais que parecem torná-las mais predispostas ao sucesso e a altos níveis de motivação, enquanto outras parecem não ter motivação, objetivos pessoais e desejo. Entretanto, a maioria de nós concordaria que somos em parte

influenciados pelas situações em que nos encontramos. (WEINBERG, 2017, p. 48)

A falta de um ambiente motivador de aprendizagem pode ser crucial para o baixo rendimento dos atletas, porém, de acordo com Weinberg (2017) um bom líder pode criar um ambiente positivo para o desempenho de seus atletas.

O autor também discorre sobre a *visão centrada na situação*, uma motivação oposta da centrado no traço, onde mesmo em ambientes negativos o atleta consegue ter um bom desempenho, porém Weinberg (2017) não considera uma visão eficaz para orientar a prática:

Provavelmente você concorda que a situação influencia a motivação, mas pode lembrar também de situações nas quais permaneceu motivado apesar do ambiente negativo? Talvez você tenha jogado, por exemplo, para um técnico de quem não gostasse, que constantemente gritava com você e o criticava, mas, ainda assim, não abandonou o time nem perdeu a motivação. (WEINBERG, 2017, p. 48)

Por final, o autor traz a *visão interacional*, a mais aceita pela psicologia do esporte, que leva em consideração a interação de fatores internos e externos do indivíduo, as subjetividades e as situações, enfatizando ser a melhor maneira de entender a motivação:

Conhecer apenas as características pessoais de um nadador (orientação motivacional) não foi a melhor maneira de prever o comportamento (o tempo individual), porque o desempenho dependia da situação (atuar individualmente ou em um revezamento). Do mesmo modo, seria um erro considerar apenas a situação como a fonte principal de motivação [...] O essencial, então, seria entender a interação entre a constituição pessoal dos atletas e a situação. (WEINBERG, 2017, p. 49)

Analisando as três visões sobre a motivação e chegamos a conclusão que a união de fatores externos e subjetivos é a melhor forma do atleta ser motivado e assim alcançar um maior desempenho, tanto para os esportes tradicionais quanto para os esportes eletrônicos.

5.2 Os níveis de ansiedade

Além da motivação, outro fator decisivo para a performance dos atletas e cyber atletas são os níveis de ansiedade e estresse e a administração dos mesmos, definiremos a ansiedade de acordo com Weinberg (2017, p. 72):

Em situações esportivas, ansiedade tem a ver com “um estado psicológico desagradável em reação a estresse percebido a respeito de desempenho de uma tarefa sob pressão” (Cheng, Hardy e Markland, 2009, p. 27)

Tendo em vista que competições causam atrito entre as capacidades pessoais de cada atleta e os fatores externos, que são imutáveis pelo indivíduo, é natural que ocorra uma alteração nos índices de estresse dos competidores, o que pode ser prejudicial ao desempenho do atleta e do time, sendo assim, torna-se importante o estudo sobre a influência dos níveis de ansiedade na performance do atleta.

De acordo com pesquisadores, tarefas que requerem uma coordenação fina (golfe, arco-flecha, tiro ao alvo) exigem que o atleta tenha níveis baixos de ansiedade. (MORAES, 1990, p. 52)

Como o desempenho dos cyber atletas depende da coordenação motora fina, é essencial que exista um acompanhamento da psicologia do esporte, visando a melhor performance possível. Com o trabalho do profissional da área auxiliando a preparação do time e as melhores maneiras de motivação, os cyber atletas estão mais aptos a manter uma constância de desempenho durante as partidas de treino e campeonatos.

Nos últimos anos a procura de psicólogos do esporte tem crescido significativamente com a finalidade de auxiliarem no trabalho de orientação da equipe esportivas. Um dos objetivos maiores tem sido manter o nível ótimo de ativação dos atletas para a competição. Isso parece muito promissor uma vez que muitos atletas tem sido inadequadamente preparados do ponto de vista psicológico para competição. (MORAES, 1990, p. 53 – 54)

De acordo com Moraes (1990) as intervenções dos profissionais da psicologia do esporte consistem em estratégias que ajudam o atleta a controlar seu nível de estresse, através de meditações, treinos mentais e relaxamentos, aplicando essas

técnicas o atleta consegue reduzir seus níveis de estresse provocando mudanças até em seus batimentos cardíacos e pressão arterial.

6. CONCLUSÃO

Durante todo o estudo e pesquisa desenvolvidos durante a produção desta revisão bibliográfica, foi possível relacionar diversas vezes a psicologia do esporte com os esportes eletrônicos: estabelecendo que eles fazem parte do mundo competitivo, e como todo esporte, competitivo ou não, a psicologia do esporte é uma excelente ferramenta para visar o máximo do desempenho de cada atleta, sabendo que todo indivíduo possui níveis de estresse e ansiedade que estão diretamente ligados a sua performance nos esportes eletrônicos.

Os esportes eletrônicos possuem competições patrocinadas por grandes empresas, assim como times que são representados por marcas famosas, como a Coca-Cola e a Samsung, comprovando a sua importância para a sociedade contemporânea, tendo isso em vista, relacionamos instantaneamente os extensos treinos que são necessários para a evolução no cenário no competitivo e também para suprir as demandas de patrocinadores com alto financiamento.

Para ocorrer essa evolução é necessário entender todos os fatores que envolvem a boa performance dos atletas, sendo assim, o estudo da psicologia do esporte relacionado aos esportes eletrônicos se torna essencial para treinadores e toda a equipe responsável pelo time.

Moraes (1990), afirma que esportes que necessitam da coordenação motora fina exigem níveis baixos de ansiedade, sendo o caso do League of Legends, um esporte eletrônico em que é essencial a agilidade e precisão para obter resultados satisfatórios durante as partidas e campeonatos:

[...] as performances em LoL são dotadas de um potencial no aspecto operacional – ter habilidades, expertises mecânicas, conhecimento e o domínio das mecânicas/regras do jogo [...] (MACEDO, p. 8, 2017)

Moraes (1990), também afirma que é possível controlar os níveis de estresse dos atletas, sendo assim, por ser um esporte que exige da coordenação motora fina e um nível baixo de estresse, se prova essencial o trabalho de psicólogos do esporte junto as equipes do cenário de esportes eletrônicos, como o LoL.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BÁNYAI, F., GRIFFITHS, M.D., KIRÁLY, O. *et al.* **The Psychology of Esports: A Systematic Literature Review**. Journal of Gambling Studies, v. 35, p. 351–365, 2019.

CHENG, WNK; HARDY, L.; MARKLAND, D. *In*: WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017

COLLINS, Ty J. **Psychological Skills Training Manual For Esports Athletes**. 2017. 68 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Education In Human 74 Movement Sport And Leisure Studies, Bowling Green State University, Bowling Green, 2017.

DE ROSE JUNIOR, D. **A competição como fonte de estresse no esporte**. Rev. Bras. Ciên. e Mov., Brasília, v. 10, n. 4, p.19-26, 2002.

DICHRISTOPHER, Tom. **Pro gamers story: Get big, burn out, retire young**. CNBC. 2014.

FARIA, M. L. de. **A visualidade dos jogos virtuais como fomentadoras de um imaginário tecnológico**. Actas de Diseño, Bueno Aires, v. 7, p.98-102, 2009.

GILL, Diane L.; WILLIAMS, Lavon; REIFSTECK, Erin J. **Psychological dynamics of sport and exercise**. Human Kinetics, 2017.

HAMARI, J.; SJÖBLOM, M. What is Esports and why do people watch it? **Internet Research**, Tampere, v. 27, n. 2, p.211-232, 2017.

HILTSCHER, Julia; SCHOLZ, Tobias M. (Ed.). **eSports Yearbook 2013/14**. BoD—Books on Demand, 2015.

HIMMESLSTEIN, D., et al. **An Exploration of Mental Skills Among Competitive League of Legend Players**, 2017.

JENSEN, L. **ESPORTS: profissionalização e espetacularização em competições eletrônicas**. 2017. 114 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de 76 Pósgraduação em Educação Física, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2017.

KIM, S.H.; THOMAS, M. **A Stage Theory Model of professional video game players in South Korea: The socio-cultural dimensions of the development of expertise**. Asian Journal of Information Technology, v. 14, p. 176-186, 2015.

Kornspan, A.S. **History of sport and performance psychology**. In S.M. Murphy (Ed.), The Oxford handbook of sport and performance psychology (pp. 3–23). Oxford, UK: Oxford University Press, 2012;

KREMER, John; MORAN, Aidan. Swifter, higher, stronger-The history of sport psychology. **Psychologist**, v. 21, n. 8, p. 740-742, 2008.

LIMA, L. F. **Bem-vindo a Summoner's Rift! Conheça o mapa competitivo do LoL**. TechTudo, 2018. Disponível em:
<https://www.techtudo.com.br/noticias/2018/07/bem-vindo-a-summoners-rift-conheca-o-mapa-competitivo-do-lol-esports.qhtml>. Acesso em: 25/05/2021.

LUPATINI, L. **A cobertura midiática e a profissionalização dos e-sports no Brasil: uma contribuição do feature radiofônico**, 2014. Tese (Graduação em Comunicação Social), Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2014.

MACEDO, T.; VIERA, M. **Mais do que apenas dedos rápidos: narrativas e experiências de performances em League of Legends**. Revista do Programa de Pós-Graduação em Comunicação, Universidade Federal do Juiz de Fora, v. 11, n. 1, p. 1-20, 2017.

MORAES, L. C. **Ansiedade e desempenho no esporte**. Brazilian Journal of Science and Movement, São Paulo, v. 4, n. 2, p. 51 – 56, 1990.

OLIVEIRA, R, B, Couto. **Ciberesporte: Os jogos esportivos eletrônicos e a educação física**. Lecturas: EF y Deportes, Buenos Aires, n 119, p. 1-11, 2008.

REIS, L, J de A; CAVICHIOILLI, F, R. **Jogos Eletrônicos e a Busca da Excitação**. Ensaíos, Porto Alegre, v. 14, n. 3, p.163-183, 2008.

SAMPAIO, RF; MANCINI, MC. **Estudos de Revisão Sistemática: um guia para síntese criteriosa da Evidência Científica**. Revista Brasileira de Fisioterapia, São Carlos, v. 11, n.1, p. 83-89, jan/fev. 2007.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

Ricardo H. Amado
(Discente)

Jonas Filho
(Coorientador)

[Signature]
(Orientador)