UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

LOHANE AGUIAR

O BRINCAR COMO PROMOTOR ESSENCIAL DA SAÚDE NA INFÂNCIA: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO

BRASÍLIA

2021

LOHANE AGUIAR

O BRINCAR COMO PROMOTOR ESSENCIAL DA SAÚDE NA INFÂNCIA: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO

Trabalho de conclusão de Curso apresentado para obtenção de grau de bacharel em educação física, faculdade de Educação física, Universidade de Brasília.

Orientador: Prof. Dr. Marcelo de Brito

BRASÍLIA

2021

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

FOLHA DE APROVAÇÃO

LOHANE AGUIAR

O BRINCAR COMO PROMOTOR ESSENCIAL DA SAÚDE NA INFÂNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a Universidade de Brasília, como parte das exigências para a obtenção do título de bacharel em educação física.

Brasília ____ de _____ de _____

BANCA EXAMINADORA

_____

Prof. Dr Marcelo de Brito

_____

Prof. André Luiz Teixeira Reis

_____

Prof. Suplente

Dedico este trabalho a todos as pessoas, em especial a todos os profissionais de educação física.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus que me ajudou com paciência para perseverar até o fim. Agradeço a todos que me ajudaram de alguma forma, seja desejando positividade, ânimo, força, agradeço aqueles que me repreenderam e me colocaram para cima de alguma forma, amigos, professores, colegas, familiares, chefes etc. Agradeço a meu orientador por ter concedido sua orientação e paciência, assim como por ter me ajudado a deixar o trabalho da melhor forma possível, contribuindo para a minha a formação que tanto almejo. Agradeço por fim a mim por não desistir!

“O brincar facilita o crescimento, e, portanto, a saúde. ”

Winnicott

RESUMO

Atualmente existem diversas carências no mundo infantil, duas delas estão intimamente relacionadas: o alto índice de inatividade física e a falta do brincar em suas rotinas. Tendo em vista que a falta do brincar prejudica o desenvolvimento físico das crianças, devido ao estímulo motor que diversos jogos e brincadeiras proporcionam, e considerando também que a falta de incentivo, tempo, espaço, maior isolamento social, assim como o aumento da utilização da tecnologia contribuem para que cada vez mais crianças sejam afetadas por doenças como hipertensão arterial, obesidade, diabetes, ansiedade, depressão, entre outras, o presente trabalho buscou compilar diversos estudos com o objetivo oferecer subsídios sobretudo para os responsáveis, sobre a influência que o brincar tem para a para a promoção da saúde durante a infância. Conclui-se que é necessário fazer um trabalho em conjunto entre responsáveis e profissionais, proporcionando à criança se tornar fisicamente ativa, todavia é um processo que demanda a presença do lúdico, pois é através da brincadeira, a linguagem que mais caracteriza a infância, que aprendemos a ter prazer em se movimentar e construir nossa autonomia. Ludicamente a cultura do movimento pode se consolidar, contribuindo para que permaneça durante a vida. A Educação Física, neste sentido, pode ser de grande valor uma vez que mantém uma relação íntima com a cultura do lúdico.

Palavras-chave: brincar;criança;infância;saúde física

ABSTRACT

Currently, there are several deficiencies in the children's world, two of them are closely related: the high rate of physical inactivity and the lack of playing in their routines. Considering that the lack of playing impairs the physical development of children, due to the motor stimulation that various games and games provide, and also considering that the lack of encouragement, time, space, greater social isolation, as well as the increased use of technology contribute to more and more children being affected by diseases such as high blood pressure, obesity, diabetes, anxiety, depression, among others. has for the promotion of health during childhood. It is concluded that it is necessary to work together between guardians and professionals, allowing the child to become physically active, but it is a process that demands the presence of playfulness, as it is through play, the language that most characterizes childhood, that we learn to enjoy moving around and build our autonomy. Playfully, the movement's culture can be consolidated, contributing to its continuation throughout life. Physical Education, in this sense, can be of great value since it maintains an intimate relationship with the culture of playfulness.

Keywords: playing; child; childhood; physical health

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO 9
2 REVISÃO DE LITERATURA 12
2.1 SER CRIANÇA 12
2.2 O brincar e sua importância para a infância 18
2.3 Jogo, lúdico e o brinquedo 22
2.4 Espaços do brincar 27
2.4. 1. BRINQUEDOTECA 28
2.4. 2 AR LIVRE 29
2.4. 3 Escola 29
2.4. 4 Lar 30
2.4. 5 Saúde física na infância 31
3 METODOLOGIA 31
4 DISCUSSÃO 33
5 CONCLUSÃO 44
6 REFERÊNCIAS 46

INTRODUÇÃO

A tentativa de definição do que se entende por saúde torna-se de fundamental importância na medida em que a prática física direcionada a sua promoção, necessariamente deve exigir decisões e atribuições que nortearão a proposição de seus conteúdos (GUEDES 1995). Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) podemos definir saúde, como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades”.

Atualmente, a expectativa de vida da população brasileira é de 72,5 anos, sendo que as mulheres vivem, em média, 76 anos e os homens, 69 anos. Vários fatores exercem influência direta na expectativa de vida da população de um país: serviços de saneamento ambiental, alimentação, índice de violência, poluição, serviços de saúde, educação, entre outros, portanto, o aumento da expectativa de vida está diretamente associado à melhoria das condições de vida da população. Os avanços nesses dados estão sendo obtidos desde 1950, em que se constatou, em 2010, um aumento de mais de 20 anos na expectativa de vida da população mundial nesse período (1950 – 2010).

Pesquisadores nas áreas do exercício físico, Educação Física e de Medicina do Exercício e do Esporte pelas evidências epidemiológicas inferem que a atividade física regular e a adoção de um estilo de vida ativo são necessárias para contribuir para uma maior expectativa de vida, assim como demonstram que o hábito de se praticar atividade física está diretamente atrelado a uma melhoria na qualidade de vida e promoção da saúde (CARVALHO, 1996).

Sendo assim a atividade física deve ser estimulada em todas as faixas etárias, e durante a infância sua introdução é de extrema valia. Considerada uma fase essencial do ciclo vital, é na infância que seu potencial se amplia abrindo estímulos, desencadeando o crescimento físico, intelectual, emocional e social da criança (VYGOTSKY, 1991).

Para se desenvolver o hábito de vida fisicamente ativa, existem diversos fatores que influenciam, entre eles estão: alcançar uma boa saúde, melhoria na estética corporal, socialização, aprimoramento das capacidades físicas, bem-estar, satisfação proporcionada pela prática e consciência da importância de se manter um estilo de

vida ativo. Entre tantos fatores o brincar para as crianças é um agente motivador pois ele é tido como uma experiência prazerosa, que não objetiva um produto final e é intrinsecamente motivada contrapondo o modo de vida capitalista que se espelha na utilidade das coisas (KISHIMOTO, 1997).

É quase impossível pensar em infância sem se remeter ao brincar, Santos (1999) por Dallabona & Mendes (2014), aponta que “para a criança, brincar é viver. ” Autores como Vygotsky (1984), Huizinga (1990) e Negrine (1994) (cit. Dallabona & Mendes, 2004) defendem a ideia de que o brincar é uma atividade que contribui decisiva e positivamente para o desenvolvimento da criança em todas as dimensões (física, motora, cognitiva, social, espiritual), pode portanto ser considerado como um fator imprescindível no incentivo à criança se tornar fisicamente ativa pela ampla possibilidades de jogos e brincadeiras que estimulam movimento, consequentemente experiências dinâmicas que podem contribuir para uma vida ativa e saudável.

Assim, de acordo com Lazolli (1998), do ponto de vista de saúde pública, promover a atividade física na infância e na adolescência significa estabelecer uma base sólida para a redução da prevalência do sedentarismo e doenças psicológicas na idade adulta, contribuindo desta forma para uma melhor qualidade de vida.

Observamos em Machado (2011), a importância da atividade física na infância: o levantamento do nível de conhecimento e a importância de sua prática faz-se necessário, pois de maneira mas evidente o índice de inatividade física na infância vem aumentando juntamente com o aumento de doenças como: obesidade hipertensão, diabetes, depressão, entre outras, consequência essa provocada devido a falta de um dos grandiosos potencializadores do aumento do nível de atividade física na infância que é o brincar. As causas subjacentes relacionam-se com o modo de vida nas cidades que, quanto mais atribulada, mais interfere nos interesses naturais da infância. A facilidade de acesso e aumento da tecnologia substituindo os brinquedos e brincadeiras, a falta de segurança, falta de incentivo, dentre outros fatores corroboram para uma infância cada vez mais dependente, inativa e culturalmente pouco diversa.

Visto que a criança não possui plena consciência da importância de se praticar atividade física e dos benefícios advindos dela, as pessoas que com ela convivem têm a responsabilidade de favorecer experiências lúdicas ou permitir que essas ocorram durante a infância. Uma vez significativas, essas experiências lúdicas podem

influenciar a vida do indivíduo no sentido de uma vida ativa, podendo perdurar por toda a vida, portanto brincar é uma forma de envolver a criança em atividades físicas sem que precise forçá-la a isso, pois apesar do brincar na infância ser aceito pela sociedade em geral, sua presença e importância na vida das crianças muito frequentemente não é preservada, estimulada e reconhecida na mesma extensão, infelizmente encontramos esse retrato em nossas sociedades contemporâneas/ pós-industriais.

Tendo em vista a importância de ter um crescimento saudável para uma melhor qualidade e longevidade de vida, a educação física em sua vasta composição de conhecimento e atuação tem íntima afinidade com a saúde. Neste sentido, a promoção do desenvolvimento da criança através do lúdico, constitui uma forma de promover a saúde, estimular e preservar o aspecto físico e motor da criança, e para as crianças a brincadeira é um aliado nesse processo, pois, brincar representa uma conquista, um começo a ser construído durante a vida, é uma forma básica e saudável de viver.

Portanto o presente trabalho buscou compilar uma gama de referencial contemplando diversos autores que tratam do assunto com maestria como: Wallon, Vygotsky, Winnicot, Huizinga, Kishimoto, entre outros, a fim dar subsídios sobre a importância de se proporcionar e estimular nossas crianças a brincar, para que elas possam desenvolver-se de forma prazerosa e natural, preservando assim a sua saúde, apresentando referências para que cada vez mais profissionais, e responsaveis tomem ciência e desejo de proporcionar a pratica da atividade física, desenvolvendo o aspecto motor infantil atraves de jogos e brincadeiras, que levam o individuo a sair da inércia e portanto ter uma vida mais saudável de forma a não se tornar algo rotineiro e chato para a criança.

REVISÃO DE LITERATURA

Ser criança

Etimologicamente, a palavra infância vem do latim, *infantia*, e refere-se ao indivíduo que ainda não é capaz de falar. Esse significado não está ligado somente a capacidade de não produzir som, mas de limita-la à condição de quem nada entende e sente, tornando-a dependente de discursos que falem por ela.

A criança nem sempre foi vista da mesma forma pela sociedade, seu conceito, reflete as variações da cultura humana e as transformações histórico-sociais, assumindo marcas bem definidas em cada época e conforme se processam as mudanças sociais, econômicas e históricas, ela adquire imagens diferentes, de acordo com essas mudanças.

No dicionário AURÉLIO, a definição da palavra criança é dito como: ser humano de pouca idade, menino ou menina, párvulo, pessoa ingênua, infantil, que não desconfia de nada.

Na Idade Média ela não se distinguia do adulto. Considerada um pequeno adulto executando as mesmas atividades dos mais velhos, a infância, nessa época, era vista como um estado de transição para a vida adulta. Para a sociedade medieval, a criança precisava crescer rapidamente para participar do trabalho e das atividades do mundo adulto.

A infância permaneceu no anonimato até fins do século XII, onde a infância era ignorada e considerada por todos um período de transição, o pai tinha sobre o filho o direito de vida e de morte, direito de castigá-lo, de mandar flagelá-lo, de condená-lo à prisão, de excluí-lo até mesmo da família (BADINTER, 1985). A partir do século XVII, ela passa a ser reconhecida como uma etapa distinta e com características próprias do desenvolvimento humano, não apenas como seres biológicos, mas seres que necessitavam de grandes cuidados e, também, de uma rígida disciplina, a fim de transformá-las em adultos socialmente aceitos (LEVIN, 1997). No decorrer do século XIX, ocupava cada vez mais o centro da família, passando a ser objeto de investimentos econômico, educacional e afetivo (BADINTER, 1985).

A criança no mundo moderno e capitalista se depara com a pressa, a rotina, a tensão, colegas vivendo nas ruas, com o trabalho infantil, a erotização, a prostituição, ser o próprio objeto de consumo, fatores esses que levam ao apressamento da infância, empurrada e seduzida cada vez mais para o futuro: o mundo adulto (GAIVA, 1999). Uma das consequências mais radicais do sentimento moderno da infância foi, portanto, o afastamento entre o adulto e a criança, e isso significa uma perda da intimidade, dependência e lealdade que tradicionalmente caracterizam a relação entre pais e filhos.

Comparando o ser criança hoje, às crianças nascidas antes do século XIX, percebemos que não obstante as mudanças ocorridas, ainda não as tratamos com o devido respeito e atenção. Elas continuam em nossa realidade, presas aos desejos e ansiedades dos adultos, que não conseguem perceber nelas a capacidade de pensar, querer e de sentir. A tendência é vê-las somente como seres dependentes e que necessitam ser protegidas.

De acordo com a história, a proteção da sociedade para com a criança, pode ser demarcada em dois períodos distintos: o primeiro, compreendido entre os séculos XII e o século XVI quando quase nada se fazia por ela, uma vez que reduzida importância lhe era atribuída; e outro, a partir do século XVII, em que quase tudo se quer realizar por ela. Esses dois momentos trazem em comum, a impossibilidade a que a criança foi submetida de assumir o seu espaço, uma vez que por omissão ou superproteção, o adulto a impede de mostrar-se um ser em toda a sua plenitude (SANTANA, 1995). Para DalIari e Korczac (1986), a preocupação com a proteção da criança não deve servir de pretexto para anulação de sua criatividade, assim como a indiferença pela criança não pode ser confundida com o respeito por sua liberdade.

Um estudo feito por estudantes de graduação em enfermagem pela universidade do Ribeirão preto em 1999, com o objetivo de conhecer a percepção que outros alunos de graduação tiveram durante o semestre comparando o primeiro e último dia de atividades acadêmicas da disciplina de Enfermagem Pediátrica, sobre crianças, verificou-se alguns núcleos temáticos sobre essa perspectiva. A criança foi descrita no decorrer da disciplina como: “ser pequeno, frágil e inocente”, “ser humano cidadão”, “ser humano em fase de desenvolvimento”, “ser que se diverte”, “O ambiente e a formação da criança” e a “interação da criança com o adulto”. O estudo concluiu que ao final da disciplina, os estudantes passaram a ver a criança como um ser em

fase de desenvolvimento, que busca a diversão, um cidadão com os mesmos direitos do adulto, que, portanto, impõe-se garantir o direito ao respeito, à vida, a um desenvolvimento harmonioso, além de supridas as necessidades materiais, físicas, orgânicas e afetivas**.**

A partir do reconhecimento da criança como indivíduo único, portador de necessidades e capacidades próprias, ocorrem também modificações nos objetivos da assistência à criança, pois seu desenvolvimento contempla a interação entre o biológico, o genético e o exterior, representado pelo ambiente material e humano e a partir do equilíbrio entre esses elementos o processo/fenômeno acontece harmonicamente (MACHADO, 1985).

A infância apresenta características distintas de acordo com a idade, assim como em todas as fases da vida, podendo caracterizar-se em três momentos. A primeira infância se dá do nascimento aos três anos de idade. É nessa fase que a criança passa a adquirir duas habilidades importantes e que segundo Papalia e Feldman (2013), são essenciais para a sua sobrevivência, são elas: a fala e o andar. A habilidade de engatinhar, e em seguida caminhar sozinho, caracteriza uma autonomia para a criança no que se refere a sua locomoção. A aquisição dessas duas habilidades que são adquiridas na primeira infância, são de suma importância para garantir a independência da criança, tornando possível que elas possam externalizar com mais clareza suas necessidades físicas e emocionais. A segunda infância é designada dos três aos seis anos de idade, de acordo com Bee (1997), as habilidades motoras continuam a se desenvolver e nessa fase se dá à descoberta da sexualidade, a descoberta do próprio corpo. Tais aquisições permitem que a criança passe a se conhecer melhor, diferenciando-se assim dos outros e interagindo melhor socialmente. A terceira infância dá-se dos seis aos onze anos de idade. na perspectiva de Papalia e Feldman (2013), nessa fase ocorre uma alteração na altura e peso da criança, também é possível notar uma amplitude nas suas relações sociais, passando a ter importância nesta fase, os grupos de amigos e colegas.

Considerando que a infância se caracteriza por uma sucessão de etapas do desenvolvimento, cada uma com suas peculiaridades, a criança requer algumas condições para favorecer o seu desenvolvimento; tais como: convívio familiar e social, nutrição, saúde, proteção, respeito, educação e brincar (VERISSÍMO & SIGAUD, 1996).

Visto a importância de se proporcionar isso para o desenvolvimento saudável para as crianças, durante a Assembleia Geral das Nações Unidas, em 20 novembro de 1959, representantes de centenas de países aprovaram a Declaração dos Direitos da Criança. Ela foi uma adaptação da Declaração Universal dos Direitos Humanos, com o objetivo de ser voltada para a crianças, ela possui 10 princípios entre eles:

PRINCÍPIO 4º: **As crianças têm direito a crescer com saúde**. Para isso, as futuras mamães também têm direito a cuidados especiais, para que seus filhos possam nascer saudáveis. Todas crianças também têm direito a alimentação, habitação, **recreação** e assistência médica!

PRINCÍPIO 9º: Nenhuma criança deverá sofrer por pouco caso dos responsáveis ou do governo, nem por crueldade e exploração. Nenhuma criança deverá trabalhar antes da idade mínima, **nem será levada a fazer atividades que prejudiquem sua saúde**, educação e desenvolvimento.

Com o fim de reconhecer e garantir os direitos da criança no Brasil, em 1959, foi proclamada a Declaração dos Direitos da Criança, e mais recentemente, como fruto da Constituição Brasileira de 1988, foi aprovado, sob forma de lei, o Estatuto da Criança e do Adolescente em 1990 (BRASIL, 1991). O Art. 2.º, define criança como pessoa até doze anos de idade incompletos, e adolescente aquela entre doze e dezoito anos de idade. De acordo com a mesma Constituição Brasileira as demais garantias constitucionais: É direito de a criança viver sua infância na plenitude, tendo assegurado a vida, a saúde, a liberdade, a família, a convivência comunitária, a educação, a moradia; e entre tantas necessidades também está o direito de brincar; de explorar o universo da fantasia e dos sonhos pelas inúmeras brincadeiras, que realizadas de maneira saudável são importantes para o seu desenvolvimento psicossocial.

A infância é o período, no qual a criança desenvolve suas principais características, reduzindo sua dependência de um adulto para tornar-se um ser com independência parcial (FRANZ; PERUZZO; RODRIGUES, 2015). A criança traz em si entre tantas outras a necessidade de brincar, e é necessário a sensibilidade daqueles que estão à sua volta, compreender e disponibilizar objetos ou situações que possibilitarão essa satisfação e a apropriação do conhecimento que lhe foi proporcionado.

Uma das grandes ncesidades da criança é divertir-se, Leontiev (1994) explica que as maneiras de se divertir mudam conforme muda a idade das crianças,

independente da idade, brincar é uma experiência de cultura importante não apenas nos primeiros anos da infância, mas durante todo o percurso de vida de qualquer ser humano. As crianças brincam, isso é o que mais comportalmente as caracteriza (KRAMER, 2007).

O brincar e sua importância para a infância

O conceito de brincar está internamente relacionado com a diversão, a exploração, a imaginação, a aprendizagem e a criatividade. As crianças quando brincam, representam o mundo à sua volta, imitam situações do dia-a-dia, reinventam momentos que tenham vivenciado e ainda constroem situações através da sua imaginação. Martini & Jordão (2007), dizem mesmo que “brincar funciona como um cenário no qual as crianças tornam-se capazes não só de imitar a vida como também de transformá-la. ”

Esta palavra possui diferentes significados na língua portuguesa tais como: entreter-se com um objeto ou uma atividade qualquer; pular; correr; agitar-se; distrair-se com jogos infantis, representando papéis fictícios e etc. Muitos destes sentidos ligam-se à ordem prática das atividades lúdicas, porém, etimologicamente, a palavra possui uma denotação de vínculo que amplia estas interpretações.

Segundo Huizinga (1938/2007), o caráter lúdico das atividades apresenta-se como um fenômeno social produzido pela interação humana. Em sua essência o elemento lúdico promove divertimento, fascinação, distração, excitação, tensão, alegria, arrebatamento, ação e emoções que perpassam as necessidades imediatas da vida humana.

Todas as sociedades reconhecem o brincar como parte da infância. Os primeiros registros desse reconhecimento advêm do período em que nossa espécie ainda tinha como modo de sobrevivência básico a caça e coleta que foram obtidos por meio de escavações arqueológicas (FRENZEL, 1977).

É no brincar e talvez apenas no brincar que a criança ou o adulto fruem sua liberdade de criação e podem utilizar sua personalidade integral, e é somente sendo criativo que o indivíduo descobre o eu, self (WINNICOTT, 1975). Isso ocorre porque, ao vivenciar o espaço transicional, a criança consegue fazer uso de determinado objeto de maneira pessoal, ou seja, a aceitação de símbolos, possibilita à criança

experimentar aquilo que está presente em sua íntima realidade psíquica pessoal, base do crescente sentido de identidade.

Winnicott (1975) compreende o brincar como expressão da "área intermediária" de experimentação, caracterizada por sua neutralidade, visto que não pode ser contestada e que, apesar de contemplar a realidade interna e externa do sujeito, as mantém separadas.

Vygotsky (1991) argumenta que o brincar se configura como uma atividade humana criadora, na qual imaginação, fantasia e realidade interagem na produção de novas possibilidades de interpretação, de expressão e de ação pelas crianças, assim como de novas formas de construir relações sociais com outros sujeitos.

Para Medrano (2003) o brincar da criança não é apenas um ato espontâneo de um determinado momento, ele é a sua marca, traz a história de cada uma delas, revelando quais foram os efeitos de linguagem e da fala em cada sujeito, sob a forma de um circuito de transferência específico. Ainda segundo esse autor, o brincar é um trabalho a partir do qual a criança constrói sua subjetividade e estabelece laço social, brincar é a fala da criança.

Todas as crianças brincam se não estão cansadas, doentes ou impedidas, o brincar nunca deve ser deixado de lado, precisa ser estimulado quando realizado, a criança não se situa apenas no momento presente, traz consigo seu passado e projeta seu futuro.

Conforme Santos (1995), o brincar, pode ser considerado ato indispensável à saúde física, emocional e intelectual do indivíduo, pois ele esteve sempre presente em todos os povos, desde os mais remotos tempos. É por meio dele que a criança começa a desenvolver suas habilidades motoras e cognitivas. Assim como diz Santin (1994), brincar significa fazer o corpo sentir, amar, viver e vibrar.

Pensar a criança em sua totalidade, com suas múltiplas linguagens, requer colocar no mesmo plano os aspectos sociais, cognitivos, afetivos e motores (WALLON, 1973). Segundo Oliveira (2002), as diferentes linguagens possibilitam à criança troca de informações, observações, planos e idéias, estabelecendo novos recursos de aprendizagem, integrando-se às funções psicológcas superiores e as transformando.

Pensando nas formas possíveis de brincar, Winnicott (1964/1982) ressalta que, além do brincar por prazer, as crianças brincam para dominar suas angústias, ou seja, para controlar as ideias ou impulsos. Quando há ameaça de um excesso de angústia,

o brincar se torna compulsivo ou repetitivo, ou, ainda, a criança busca exageradamente os prazeres da brincadeira. Assim, se a angústia é muito grande, o brincar acaba se transformando em pura exploração da gratificação sensorial, e não em uma atitude propriamente feliz. Nesse caso, as únicas maneiras de relação com o exterior são o fazer e o ter, como o ato de comprar, consumir e comer como formas de preencher o vazio angustiante, o sentimento de solidão e acalmar a sensação de ansiedade intolerável (ABADI, 1995/1998).

Wajskop (1995, apud DALLABONA & MENDES, 2004) afirma que brincar durante a infância é crucial para o desenvolvimento humano. Vygotsky (1984) não defende só a importância do brincar para o desenvolvimento, mas também para a construção do pensamento da própria criança, e por isso deve fazer parte integrante da infância.

Para Klein (1948), enquanto a criança brinca, ela experimenta emoções e fantasias, sendo a brincadeira uma maneira de expressar o seu mundo interno. De forma complementar, Winnicott (1982) compreende que o ato de brincar na psicoterapia, por exemlo, além de proporcionar um melhor desenvolvimento, pode também incorporar valores morais e culturais.

O brincar, tão característico da infância, traz inúmeras vantagens para a constituição da criança, proporcionando a capacitação de uma série de experiências que irão contribuir para o desenvolvimento futuro dela, assim como estimula diversas áreas do desenvolvimento neuropsicmotor, as quais são:

- Sensório-perceptiva: capacita a criança a reagir apropriadamente às solicitações do meio ambiente de acordo com os estímulos sensoriais recebidos;
- Motora: permite à criança uma perceção integral da imagem corporal, habilitando-a na aquisição de posturas adequadas às diferentes posições e movimentos, favorecendo o equilíbrio e locomoção, facilitando a coordenação motora e controle de partes e funções essenciais do corpo;
- Cognitiva: capacita a criança na apreensão dos fatos e fenomenos essenciais do meio ambiente, facilitando-lhe sua exploração e a resolução dos problemas cotidianos simples que se apresentam desenvolvendo a intencionalidade e a capacidade de limitação dos gestos, dos movimentos e da linguagem;
- Comunicativa: para que a criança tenha uma linguagem compreensiva e expressiva, são necessários estímulos verbais, gestuais, mímicos, que transmitam ideias para se alcançar um nível adequado de comunicação.

Autores como Vygotsky (1984), Huizinga (1990) e Negrine (1994) (apud. DALLABONA & MENDES, 2004) defendem a ideia de que o brincar é uma atividade que deve ser vista não só um como lazer, mas também uma oportunidade que proporciona aprendizagem, que preenche necessidades da criança e é fundamental para o seu desenvolvimento. Na teoria de Klein (1991) o brincar é o meio natural de auto expressão da criança de se libertar de seus sentimentos e problemas, as crianças brincam, isso é o que as caracteriza (KRAMER, 2007).

A criança necessita brincar pois sem isso ela queima etapas, deixa lacunas que, no futuro, se manifestarão como bases instáveis da personalidade. Foi a partir da institucionalização da escola, que os adultos perceberam que brincar poderia ser importante, tanto para os momentos de recreação, quanto para servir como instrumento de aprendizagem para as crianças (CHAMBOREDON & PRÈVOT, 1986).

Brincar em qualquer tempo não é trivial, é altamente sério e de profunda significação (FROEBEL, 1887 apud KISHIMOTO, 1998), é de grande relevância para a vida da criança e para o seu futuro que ela saiba e consiga brincar!

Jogo, lúdico e o brinquedo

O brincar, na antiguidade, era um fenômeno social, de maneira que todos os adultos e as crianças participavam. Entretanto, Friedmann (1998) explica que a partir da Revolução Industrial surgiu uma segregação das crianças separando-as dos adultos. As crianças passaram a utilizar a brincadeira como uma atividade criativa e como um instrumento de fantasia e satisfação.

Em sua evolução no tempo, o brincar simbólica adquiriu progressivamente um caráter social. Oliveira et al. (2010) mencionam a importância das brincadeiras para a promoção da inclusão e transformação sociais.

Friedmann (1996) destaca que a brincadeira tem características de uma situação não estruturada, ela apresenta então, como potente instrumento de cuidado no que tange à construção de vínculo e ressignificação dos contextos de vida das crianças, tornando-se, portanto, meio de comunicação e expressão na infância, bem como mecanismo protetivo e promotor do desenvolvimento saudável, assim também o jogo que é uma ocupação voluntária exercida dentro de certos limites de tempo e espaço seguindo regras obrigatórias porém consentidas livremente dotadas de um fim

em si mesmo, misturando sentimentos de tensão e alegria com objetivo de ser diferente da vida cotidiana (HUIZINGA, 2007).

No processo de desenvolvimento propiciado pelo brincar os jogos são um tipo de ferramenta utilizados como aliado. Para Caillois (1990) os jogos são divididos em: *agôn* (envolve competições e duelos), *alea* (competição e sorte), *mimicry* (imitação) e *ilinx* (adrenalina, vertigem física e moral):

- A*gôn*: jogos dominados fundamentalmente por atividades competitivas. Seu campo de atuação tenta criar situações ideais e igualitárias para todos os participantes, no intuito de que o vencedor apareça como o melhor preparado;
- *Alea*: jogos em oposição ao agôn, pois o jogador atua passivamente, não fazendo uso de qualquer habilidade previamente adquirida, negando, assim, qualquer qualificação profissional, predominando a força do acaso, o destino, a sorte, sendo representada em nossa sociedade pelos diversos jogos de azar como roleta, bingo, loterias, etc;
- *Mimicry*: são jogos fictícios em que os participantes adotam para si o papel de determinados personagens. É uma forma de se apropriar de outra realidade que não a sua. Na criança este jogo se caracteriza principalmente pela imitação do adulto, o prazer é ser outro, ou pelo menos se passar por outro, cabendo ressaltar que nessa atividade não existe submissão às regras, cujos maiores exemplos se encontram nos jogos protagonizados;
- *Ilinx*: jogos que se assentam na busca de vertigem, com o intuito de destruir a estabilidade de percepção do corpo humano, ou seja, busca-se atingir uma espécie de espasmo, transe, afastamento súbito da realidade. Essa atividade pode ser encontrada tanto em crianças, como nos adultos. Para Caillois (1990, p. 44), "*cada criança sabe também que, ao rodar rapidamente, atinge um estado centrífugo, estado de fuga e de evasão, em que, a custo, o corpo reencontra seu equilíbrio e a percepção sua nitidez. "* Essa sensação pode ser provocada por giros, volteios, rápidas trocas de direção, ou seja, por meios naturais de movimentação corpórea.

Segundo Aries (1978) existia sob os jogos e brincadeiras e os divertimentos uma atitude moral traditional que aparecia sob dois aspectos: de um lado os jogos eram admirados sem reservas nem discriminação pela maioria e, por outro lado, uma minoria poderosa e culta de moralistas rigorosos os condenava, sem admitir praticamente nenhuma exceção. Noa tempos atuais ainda verifica-se um certo

preconceito quanto as brincadeiras, especialmente na classe media, que as associa a brincadeira como perda de tempo, desinteresse ou até mesmo as "brincadeiras de rua” serem associadas como "criança de rua" e a marginalidade.

Para Vygotsky (1991) era necessário levar em conta as necessidades da criança e o que motiva a colocar essas necessidades em ação. A brincadeira vai se estruturando baseado naquilo que ela é capaz de fazer a cada momento da vida a brincadeira torna-se uma realização daquilo que não podem ser imediatamente satisfeitas.

Segundo Dallabona & Mendes (2004), a infância é vista como a idade das brincadeiras, e que através delas as crianças demonstram e expressam os seus gostos, interesses e desejos sobre algo. É através das brincadeiras que a crianças representam as suas vivências, elas adequam a capacidade de assimilação e compreensão, filtrando o cognitivo e o afetivo. O ambiente de brincadeiras é propício para a aprendizagem significativa, promovendo o desenvolvimento da criança. Dentro das brincadeiras iniciais entre a mãe e o bebê, por exemplo, todo o potencial criativo da criança vai se constituindo, para que gradualmente a criatividade do infante possa ser utilizada em experiências diretas com o meio, em períodos mais independentes do desenvolvimento. O brincar está na essência do processo de construção social da personalidade da criança.

Tal como defende Lira e Rubio (2014), é nos momentos de brincadeira livre, que as crianças se expressam e desenvolvem o seu processo criativo, a sua autonomia. Nascimento (2004), afirma que “a ação criadora” descrita por Vygotsky (1998), manifesta-se na criança, principalmente nas brincadeiras de faz de conta, em situações que ele chama de “Zona de Desenvolvimento Proximal.” Para Vygotsky (1998, apud NASCIMENTO, 2004), o conceito de Zona de Desenvolvimento Proximal é o espaço compreendido ou a distância que existe entre o que a criança já consegue fazer/criar sozinha (desenvolvimento real) e o que esta faz ou realiza com ajuda de um adulto ou colega (desenvolvimento potencial).

Ferland (2006) defendem que existem 4 tipos ou categorias de brincadeiras diferentes. A primeira categoria é denominada de brincadeira solitária e independente, ocorre geralmente no primeiro ano de vida, onde o bebê brinca sozinho ou com um adulto, utilizando os seus brinquedos. Caso o bebê esteja em contato com outras crianças, este não fará muito esforço para interagir com elas. A brincadeira paralela, é a segunda categoria e surge entre os 12 e os 36 meses. A criança continua a brincar

sozinha mas já o faz perto das outras crianças e utiliza os mesmos brinquedos, dando-lhes por vezes outro significado. A esta brincadeira Ferland (2006) denomina de brincadeira paralela dizendo mesmo que esta “é fonte de aprendizagem para a criança: permite-lhes conhecer os outros, que se tornam de certa forma modelos a imitar”. A terceira categoria é conhecida por brincadeira associativa e ocorre por volta dos 36 meses. Nesta, a criança já brinca e interage com outras, partilham brinquedos, sendo que por vezes surgem os conflitos, pois nesta faixa etária as crianças manifestam dificuldade em perceber que os outros têm opiniões diferentes das suas. As crianças, nesta idade preferem brincar com um ou dois amigos do que com todas as crianças do grupo. A quarta e última categoria, diz respeito à brincadeira cooperativa ou organizada que surge entre os quatro e os cinco anos de idade. Nesta fase as crianças já conseguem brincar em grupo, pois já não são tão egocêntricas. Esta categoria tem esta denominação porque as crianças cooperam entre si, com o objetivo comum a alcançar e para tal é preciso organização. As crianças brincam em grupo e cada uma desempenha uma função ou papel importante, que irá permitir o desenrolar da brincadeira em si. Neste sentido, facilita o crescimento e conduz aos relacionamentos grupais.

> “A brincadeira se constitui como um sistema que envolve a vida social das crianças que pode ser transmitida de uma geração para outra ou ser cultivada nos diferentes grupos,sendo na escola, comunidade, família.” (BORBA, 2006, p. 42)

Mesmo quando as brincadeiras parecem insignificantes aos nossos olhos, elas são sinal de crescimento e desenvolvimento, é seu meio de expressão, sua linguagem, que possibilitará nas relações, a construção mais independente dos adultos, um entendimento da própria realidade vivida e a aprendizagem através de suas experiências espontâneas.

Afinal, segundo Kunz (2016), as brincadeiras, são responsáveis também por desenvolver os aspectos psicomotores favorecendo suas necessidades e descobertas através do movimento. Experimentar, descobrir, inventar, exercitar, ampliar sua espacialidade confere à criança habilidades de se desprender e construir sua autonomia. Ao brincar, a criança estimula a curiosidade, a iniciativa e a

autoconfiança, assim poderá melhorar o nível da aprendizagem, o desenvolvimento da linguagem do pensamento e da atenção.

O brinquedo é mais um elemento do campo das atividades lúdicas. Santos (1995) aponta que um dos aspectos que mais marcam a infância é o brinquedo, e este é para a criança aquilo que o trabalho é para o adulto, isto é, sua principal atividade. Toda criança brinca independente da época, da cultura ou classe social Neste a interelação íntima com a criança está pre estabelecida. O brinquedo permite a representação, estimulação e reprodução de imagens advindas do real.

O primeiro brinquedo da criança é o seu próprio corpo, e é por meio da exploração do mesmo que ela começa a se conhecer, devido a sua curiosidade elas aprendem não somente brincando com seus brinquedos, mas explorando objetos familiares no ambiente, tanto dentro como fora de casa.

Na perspetiva de Brougère (1997 apud. SILVA, 2003), as brincadeiras das crianças são, muitas vezes, um resultado do que estas percebem e compreendem sobre o brinquedo. Kishimoto (1994), por outro lado, defende que o brinquedo está associado a uma imagem e é algo que a criança pode explorar como quiser. Acrescenta ainda que “ um dos objetivos do brinquedo é dar às crianças um substituto dos objetos reais, para que possa manipulá-los.”

Lira & Rubio (2014) defendem uma perspetiva que complementa Kishimoto (1994), estes afirmam que o brinquedo surge de um objeto que foi transformado em brinquedo pela criança, ou seja, a criança dá uma nova utilidade a um objeto, criando assim o seu próprio brinquedo. Estes autores dizem ainda que “por meio do brinquedo a criança reorganiza, constrói e reconstrói relações entre situações do pensamento e situações reais.” As criança imaginam algo e poem em prática através dos objetos do quotidiano, criando brinquedos e novas brincadeiras.

Para Dallabona & Mendes (2004) o brinquedo é o objeto com o qual as crianças brincam e interagem. Ninguém precisa de ensinar a criança a brincar o brinquedo vem a ser um tipo de relação com o adulto, e por essa razão a criança tem a possibilidade de se expressar, podendo se opor à sua dependência ou de adquirir autonomia, simbolizando uma reação positiva, pois vem a ser uma das formas mais variadas e construtivas de se relacionar com o adulto.

É no brinquedo que a criança aprende a agir numa esfera cognitiva, ao invés de numa esfera visual externa, dependendo das motivações e tendências internas, e não dos incentivos fornecidos pelos objetos externos (VIGOTSKI, 1998).

Espaços do brincar

As pesquisas sobre o lúdico revelam uma gama variada de abordagens teóricas, assim como de aplicações práticas, as quais abrangem diversas áreas de atuação, como, a empresarial, a comunitária, a escolar, familiar.

Brinquedoteca

As brinquedotecas surgiram com o objetivo de resgate do brincar espontâneo como elemento essencial para o desenvolvimento integral da criança, de sua criatividade, aprendizagem e socialização.

Diversos tipos de brinquedotecas são descritos, como as ligadas às bibliotecas, centros comunitários, escolas, hospitais, associações de pais, museus, etc., mas com predominância em espaços como creches e escolas.

Kishimoto (1993), diz que apesar das brinquedotecas terem por objetivo o desenvolvimento de atividades lúdicas, bem como o empréstimo de brinquedos e materiais de jogo seus objetivos devem de certo modo adequar-se ao contexto em que estão situadas, no geral quase sempre adequa-se à demanda, aos objetivos da instituição e a uma análise do contexto em que está situada, assim como um dos objetivos da brinquedoteca é propiciar um espaço de participação, de interação entre as crianças e os seus cuidadores, a relação com a comunidade.

Um ambiente de brinquedoteca busca incentivar a criança a brincar e a explorar. Sendo indispensável o uso de cores, nas instalações, à decoração das paredes e ambientes, à arrumação dos brinquedos, ao tamanho das estantes e até à mudança temporária nessa arrumação.

Segundo a associação brasileira de brinquedoteca, seu surgimento se deu por volta de 1934 durante a grande depressão econômica americana, quando diversas crianças estavam roubando brinquedos de uma loja, com isso, iniciou-se portanto, graças a um diretor escolar, um projeto de empréstimo de brinquedo comunitário, pois

verificou-se que o ocorrido se deu pela falta do brincar como um todo para as crianças da época, porém foi na Suécia que essa ideia se desenvolveu em 1963, com o objetivo de emprestar e orientar as famílias como brincar com seus filhos a fim de estimulá-los, sendo portanto fundada a *lekotek* (ludoteca em sueco).

No Brasil a brinquedoteca surgiu com o objetivo de ajudar e estimular crianças deficientes em 1971, quando houve a inauguração da Associação de pais e amigos dos excepcionais (APAE), no qual durante o evento, aconteceu uma exposição de brinquedos pedagógicos, um interesse foi despertado, fazendo com que em 1973, fosse criado o sistema de rodizio de brinquedos e materiais pedagógicos a ludoteca.

Esse tipo de espaço, proporciona a criança uma ampla capacidade de desenvolvimento, pelos recursos ali empegados promovendo: brinquedos, mediação de profissionais, segurança, entre outros.

Ar livre

O brincar ao ar livre, pode ser considerado como atividades realizadas em ambientes abertos, como ruas, praças, parques, parquinhos, etc. que proporcionam que a criança tenha contato com o meio ambiente, com elementos naturais, ou até mesmo planejado como é o caso dos parquinhos, assim como autonomia para criar possibilidades de se brincar tanto sozinho quanto com o outro, predominando nesse tipo de ambiente, brincadeiras e jogos que geram mais movimento e independência de objetos, além dos naturais utilizados do próprio local.

Vemos que essa possibilidade está se tornando algo raro em função de diversos aspectos como: insegurança, aumento do número de famílias que moram em apartamentos, falta de tempo dos pais e responsáveis, espaço limitado em creches e escolas, o envolvimento das crianças com os avanços tecnológicos que proporcionam novos “brinquedos” e formas de entretenimento, etc.

Escola

A palavra escola vem do grego *scholé*, que significa "ócio" - o mesmo que “lazer ou tempo livre. ” Este significado advém do conceito de escola na Grécia Antiga, que, diferente do que vemos atualmente, era uma reunião, um momento, em que os

cidadãos gregos tiravam um tempo livre para discutirem sobre filosofia e alguns comportamentos sociais.

No decorer da história esse conceito foi sendo adaptado para as necessidades de suas respectivas épocas. Foi a partir do desenvolvimento da economia neste período que os nobres perceberam a necessidade de ler, escrever e contar para os seus negócios. A elite entendeu que com o crescimento econômico, precisariam cada vez mais de pessoas instruídas e capacitadas na operação de máquinas e na realização de negociações.

A escola, então, passa a ter um novo sentido: formar trabalhadores selecionados pela nobreza para atuarem no mercado de trabalho em prol do desenvolvimento econômico. De acordo com Ariès (2006), a infância na idade moderna nos meados dos séculos XVI à XVIII, a criança divertida e agradável passa a ser criança educável.

O ambiente escolar proporciona as crianças formas de aprender brincando, desenvolvendo em seus amplos sentidos, a capacidade cognitiva, afetiva, motora, social, devido ao espaço, tempo, convívio que podem ser propiciados pelo educador ao aluno durante sua estada no período escolar.

Lar

No Brasil, 98% dos pais concordam que as brincadeiras permitem que as crianças se tornem adultos melhores e 94% deles estão certos de que, sem oportunidades para se divertir, a aprendizagem dos pequeninos pode ser comprometida. Antigamente, era mais comum ver adultos brincando nas ruas com as crianças, até mesmo outras crianças ensinando às mais jovens uma brincadeira nova.

Segundo Compassi (2002) a questão das crianças em seus contextos está sendo discutida hoje em todos os segmentos da sociedade. Kischimoto (1997) leva em consideração que não somente o ambiente externo é importante para o desenvolvimento das crianças, mas principalmenteo ambiente interno (família), pois é nele que se adquire estrutura suficiente para os outros ambientes.

Todas as crianças são curiosas e aprendem não somente brincando com seus brinquedos, mas explorando objetos familiares no ambiente, tanto dentro como fora de casa. A paciência e carinho dos pais, além da não preocupação com a bagunça e

ao tempo da criança de brincar, pôde proporcionar uma forma agradável de explorar o ambiente (lar).

A criança que se identifica com um lar e ambiente emocionais bons e estáveis apresenta desenvolvimento emocional saudável, ou seja, consegue brincar de maneira construtiva e ter uma atitude feliz. Com isso, ela adquire experiência através da brincadeira, sua personalidade se desenvolve e se enriquece por meio das invenções do brincar; ela aumenta sua capacidade de enriquecer o mundo real através da possibilidade de simbolizar e conviver socialmente.

Saúde física na infância

A inatividade física é um dos principais problemas da sociedade atual. Atividade Física é qualquer movimento corporal realizados pelos músculos esqueléticos que necessitem de gasto energético, incluindo atividades feitas durante o trabalho, afazeres domésticos, viagens e atividades recreativas, não podendo ser com fundida com exercício físico, pois é ele é planejado, repetitivo, estruturado e tem como objetivo manter ou melhorar componentes da aptidão física.

O reconhecimento da importância de atividade física, como promotora, mantenedora e restauradora da saúde, que segundo a constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS) “é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a mera ausência de doença ou enfermidade”, vem sendo incentivado no Brasil por política nacional de promoção de saúde, com o agendamento prioritário de práticas corporais por entidades públicas (CASTRO, et al. 2009).

Em contraponto atualmente, crianças e jovens possuem uma vida cada vez mais sedentária, devido a diversos fatores como maior acesso a televisão, smartphones, videogames e computadores, além do aumento do tráfego urbano, limitando as brincadeiras nas ruas, e a falta de espaços como praças, parques e quadras. Alves (et al. 2005); Santos (et al., 2007), compreendem que a inatividade física, juntamente com o consumo de comidas cada vez mais calóricas, contribui para o aumento da prevalência de obesidade infantil e juvenil além das doenças cardiovasculares entre outras que aparecem com altos índices, principalmente na população de crianças e jovens em idade escolar (RYCERZ, 2014).

A prática de atividade física é fundamental para uma melhor qualidade de vida, além de inumeros benefícios como a perda de peso, melhora dos parâmetros

metabólicos, redução da pressão arterial e da resistência à insulina, bem-estar psíquico, predisposição para manter a atividade física na idade adulta e, conseqüentemente, diminuição de risco para doença cardiovascular e aumento da expectativa de vida, para Machado (2010), é de fundamental importância a prática de atividade física na infância, e é mais provável que uma criança fisicamente ativa se torne um adulto também ativo.

No Brasil, a importância da atividade física para a formação plena do homem foi defendida há muito tempo, ela surge ligada intimamente à formação e educação corporal disciplinadora, com objetivos dos mais variados: militares, recreativos, de saúde, estéticos, esportivos de alto rendimento ou não, estando presente nos currículos desde a antiguidade. Preparava-se o indivíduo para os desafios da vida e para a saúde, como perspectivas de uma melhor qualidade de vida social, política, no campo militar e de controle sócio comportamental.

A recomendação do ponto de vista de saúde pública diz que um programa formal de atividade física deve treinar pelo menos três componentes: aeróbico, força muscular e flexibilidade, variando a ênfase em cada um de acordo com a condição clínica e os objetivos de cada criança. As crianças e adolescentes aparentemente saudáveis podem participar de atividades de baixa e moderada intensidade, lúdicas e de lazer, sem a obrigatoriedade de uma avaliação pré-participação formal de 60 minutos, 5 dias por semana para crianças de 5 a 17 anos de idade, sendo as atividades vigorosas quando o objetivo é a participação competitiva ou atividades de alta intensidade, uma avaliação médico-funcional mais ampla deve ser realizada, incluindo avaliação clínica, da composição corporal, testes de potência aeróbica e anaeróbica (STRONG et al., 2005). O objetivo principal da prescrição de atividade física na criança e no adolescente é criar o hábito e o interesse pela atividade física, e não treinar visando desempenho, deve-se priorizar a inclusão da atividade física no cotidiano que estimule a prática de atividade física para toda a vida, de forma agradável e prazerosa.

Conforme Wallon (1973), o movimento é imprescindível no processo de desenvolvimento infantil, pois não influencia apenas no desenvolvimento psíquico da criança e nas suas relações com os outros, mas também no comportamento habitual, na afetividade, além de estar relacionado à função postural. A falta de movimento pode não somente levar a uma restrição do corpo e

desenvolvimento motor, como pode influenciar aspectos da personalidade como a percepção, cognição, e o comportamento social.

Para Filgueiras (2002), o movimento é uma das formas que a criança tem de explorar o mundo ao seu redor e interagir. Por meio dessa exploração e interação a criança pode construir conhecimentos sobre seus limites e possibilidades, conhecer e dominar o uso de diferentes objetos/instrumentos que a humanidade desenvolveu, assim como iniciar a compreensão de quais relações pode estabelecer com eles. A função postural está ligada também à atividade intelectual, numa relação de reciprocidade a linguagem corporal, expressa na motricidade da criança, não deve ser deixada à margem, como se as aprendizagens significativas estivessem apenas vinculadas à linguagem escrita (GALVÃO, 1995).

O desenvolvimento motor pode ser considerado um processo sequencial, contínuo, relacionado à idade cronologica e aos fatores ambientais. O ser humano sofre de alterações nos níveis de funcionamento e adquire uma enorme quantidade de habilidades motoras, as quais progridem de movimentos simples e desorganizados, para altamente organizados e complexos (MAFORTE et al., 2007; WILLRICH et al., 2009; TORQUATO et al., 2011).

Magill (2000), diz que a aprendizagem motora pode ser definida como uma mudança no estado interno do indivíduo, inferida de melhora relativamente permanente no desempenho motor como resultado da prática. Já o desempenho motor é o comportamento observável, associado à capacidade de realização de tarefas motoras, que agrupa componentes da aptidão física relacionados à saúde (força muscular, resistência muscular, resistência aeróbica, flexibilidade articular e composição corporal) e ao desempenho (velocidade de movimento, agilidade, coordenação, equilíbrio e energia). Vale frisar que a aprendizagem motora é proveniente de processos individuais e não é diretamente observável, mas pode ser inferida do comportamento/desempenho do praticante, que deve ser persistente e cada vez menos variável (MAGILL, 1984; SCHMIDT 2001; LEE, 2011).

Segundo Gallahue e Ozmun (2003), o desenvolvimento motor ocorre em quatro fases. A primeira é a fase dos movimentos reflexos, que se caracteriza basicamente pelos movimentos reflexos involuntários e controlados subcorticalmente, sendo a base do desenvolvimento motor. A segunda é a fase dos movimentos rudimentares, que se caracterizam por serem os primeiros movimentos voluntários. A terceira é a fase dos movimentos fundamentais, fase na qual a criança descobre como

executar uma variedade de movimentos locomotores, não locomotores e manipulativos, principalmente por experimentar as capacidades motoras do seu corpo. A quarta e última fase, é a de movimentos especializados. Esta é a fase onde os movimentos passam a ser uma ferramenta que pode ser aplicada em várias atividades motoras de grande complexidade, como os esportes, jogos e brincadeiras.

O corpo é o primeiro instrumento de pensamento da criança no seu diálogo com o mundo. O corpo não deve estar vinculado apenas por um caráter biológico de manutenção da saúde e higiene, mas representar a maneira de ser do indivíduo, relacionando-se com as funções cognitiva. (MATTOS 2003; NEIRA, 2007). Querer reprimir esse entusiasmo em nome da educação, exigindo imobilidade, silêncio e empobrecimento das atividades lúdicas e espontâneas, significa privar a criança de seu meio de desenvolvimento mais autêntico. Sua motricidade!

METODOLOGIA

O tema do estudo em questão partiu da ponderação sobre o quantitativo cada vez maior de crianças com comorbidades, e transtornos mentais, visto que esse público segue cada vez mais sujeito a privação do movimento, consequentemente do que mais promove o seu desenvolvimento natural, estamos falando do brincar. Com o objetivo de entender como proporcionar uma melhor qualidade de vida para nossas crianças, buscou-se aliar aquilo que elas mais gostam de fazer (brincar), com a relação que a atividade física tem em preservar a saúde do ser humano, despertando assim o interesse em conhecer melhor como profissionais de educação física, entre outros, em conjunto com responsáveis podem proporcionar o ambiente de desenvolvimento para a criança, podendo gerar pessoas mais ativas e com maior qualidade e duração de vida.

O presente estudo é uma revisão de literatura que contou com o método de pesquisa bibliográfica para compilação de referências. Para o objetivo proposto e como técnica de coleta de referências, foram utilizados recursos como livros retirados de acervos disponibilizados pela internet de estudiosos referência na área da educação física, psicologia, pedagogia, etc. (Piaget, Vygotsky, Wallon, Kunz, Kishimoto, Gallahue, Machado, etc.), artigos de sites disponibilizados pela internet (SciELO, Portal de periódicos da Capes, Biblioteca Digital de Teses e Dissertações da USP, Lume-Repositório Digital da UFRGS, GoogleAcadêmico), revistas disponibilizadas pela internet (revista brasileira de ciências do esporte, movimento-revista de educação física da UFRGS), literatura cinzenta (teses, dissertações, trabalhos de conclusão de curso), filmes, documentários e diversos sites da internet. Para compilação de referências não foi estabelecido data de publicação, devido a limitação de estudos relevantes para o tema que poderiam ficar ausentes.

A busca pelas referências foi feita através de palavras chave como: saúde, saúde física, brincar, brincadeira, brinquedo, jogos, brincadeiras, motricidade, lúdico, criança, infância, assim como que por frases que se aproximariam da ideia do trabalho como: “a importância do brincar”, “saúde durante a infância”, “o desenvolvimento durante a infância”, “ a motricidade na infância”, etc.

Na busca de compreender os dados coletados foi realizada uma análise pelo método qualitativo do tipo exploratório, sendo os resultados apresentados pela fundamentação e discussão sobre a temática, apresentadas no projeto.

Assim o objetivo dessa pesquisa serviu para obter dados de cunho exploratório, com o fim de dar subsídios aos responsáveis por crianças sobre a importância de se propiciar o ambiente para que cada criança de acordo com sua realidade possa manter sua saúde de forma prazerosa e que o sentimento de ser uma pessoa ativa possa perdurar durante a vida, através do brincar durante a infância.

DISCUSSÃO

De um modo geral, acredita-se nos benefícios do brincar, mas sua prática diária é a realidade somente de alguns. Não se dispõe tempo, espaço, recursos, etc destinados à brincadeira livre ou estruturada na sua planificação, apenas para atividades mais dirigidas, privando muitas crianças a se desenvolverem através do aspecto motor, aspecto esse que influência diretamente a saúde do ser humano, devido aos beneficios que a prática de atividades físicas causam no organismo do ser humano. Diante desse estudo foram coletados dados de diversas pesquisas que buscaram relacionar o brincar com a qualidade de vida das crianças, sobretudo a saúde física.

Um dos grandes problemas do séc. XXI, são as cobranças por resultados que estão cada vez mais recorrentes e provocam cada vez mais o desenvolvimento de doenças mentais como: depressão, ansiedade, síndrome do pânico, assim como o avanço da tecnologia, comodidade, isolamento social, estão provocando doenças como: hipertensão, diabetes, obesidade, doenças essas que não estão somente atingindo a população mais idosa, mas também as crianças!

Sabendo que essas doenças estão cada vez mais recorrentes e que a longevidade do ser humano está cada vez maior, como podemos proporcionar uma melhor qualidade de vida para aqueles que não tem plena consciência do que está acontecendo no mundo? Como podemos ajudar as nossas crianças a se tronarem fisicamente ativas? E qual é a melhor opção?

Hoje em dia há uma preocupação da população em geral, especialmente em famílias de classe média e alta, em preencher o tempo das crianças como bem descreveu um dos entrevistados do documentário: “As crianças com 4, 5, 6 etc. Já aprendem balé, inglês, sapateado. É muita coisa que se enfia na cabeça! E vai crescendo um adulto muito preocupado...” (TARJA BRANCA: a revolução que faltava, 2014, trecho 22:50 min.). Resultando da veiculação da mídia moderna, inúmeras reportagens sobre a importância de se praticar atividade física para a saúde e bem estar, fazem com que pais ou responsáveis procurem por exemplo, locais de competição esportiva, no qual em sua maioria busca-se o treinamento de rendimento e desempenho, ambiente repleto de cobrança por resultados, situações de risco, falta

de estímulo lúdico, gerando em sua maioria nas crianças uma certa aversão a prática da atividade física, ou buscam atividades que os adultos gostariam de ter feito em sua infância, retirando a autonomia da criança.

Visto que, o componente lúdico é um aliado para se criar um ser saudável durante a infância, pois apesar do esporte, e a existência de inúmeras possibilidades de proporcionar o combate de doenças, através de atividades e exercicios fisicos diversos, assim como o adulto tem a possibilidade de escolher aquilo que mais proporciona o prazer, a criança, apesenta como aspecto motivador o brincar. Kishimoto, (1997), descreve o brincar como experiência prazerosa, que não objetiva um produto final e é intrinsecamente motivada assim como é impossível pensar em infância sem se remeter ao brincar. Santos (1999, apud DALLABONA & MENDES, 2014) para a criança, brincar é viver, brincar é viver saudavel, devendo prevalecer quando prescrita atividade física para crianças. É importante oferecer alternativas para a prática do desporto, de forma a contemplar os interesses individuais e o desenvolvimento de diferentes habilidades motoras, contribuindo para o despertar de talentos, desde que não seja deixado de lado a ludicidade durante a infância.

A infância é o período, no qual a criança desenvolve suas principais características, reduzindo sua dependência de um adulto para tornar-se um ser com independência parcial (FRANZ; PERUZZO; RODRIGUES, 2015). Neste período, torna-se importante um grande incentivo para a prática de atividades físicas. Vários estudos mostram que os jogos e brincadeiras são uma grande ferramenta de promoção de atividade física (COOLKENS et al. 2018). As atividades lúdicas podem promover a interação entre os adultos e as crianças para gerar novas formas de desenvolvimento e de reconstrução de conhecimento (ROLIM, 2008).

A prática de atividade física deve ser incetivada durante a infância, “para crianças e jovens, a atividade física, inclui brincadeiras, jogos, esportes, transporte, tarefas domésticas, recreação, educação física ou exercícios planejados, no contexto de atividades familiares, escolares e comunitárias” (OMS, 2011), pois ela tem uma grande importância no desenvolvimento da criança, além de criar hábitos saudáveis, prevenir e controlar doenças crônicas não transmissíveis, como a hipertensão e diabetes, ou doenças mentais como depressão ansiedade, substituindo ou diminuindo a medicalização que por vezes transforma sujeitos em objetos, sujeitando estes a saberes que falem por si, levando ao real uma condição de não falantes. O brincar, por sua vez, tem efeito contrário, resgatando crianças, fazendo-as se implicar na sua

própria história, (ACSM, 2004; KRISKA, 1994; WALLACE, 2003; KOPELMAN, 2000; ANDRADE 2016). Assim, a clínica psicanalítica infantil propicia esse espaço de reconhecimento de si através do brincar, brincando a criança não precisará ser medicada. Pellegrini e Smith (1998), crianças que são privadas de brincar podem apresentar problemas de saúde, como as aptidões físicas e cardiovasculares comprometidas

Brincar é uma forma de envolver a criança em atividades físicas sem que precise forçá-la a isso. O brincar sensório- motor surge na forma de exercícios motores que têm finalidade de prazer funcional, de explorar e exercitar os movimentos do próprio corpo (PIAGET, 1978). Estes mesmos autores hipotetizam que as atividades físicas no brincar auxiliam a criança a desenvolver os aspectos referentes à percepção e habilidades motoras, força e resistência e até as questões referentes à termo regulação e controle de peso.

Não sabendo muitas vezes por parte do adulto responsavel, como deve ser feito, ou como propiciar e proporcionar ambientes para que isso realmente aconteça, os profissionais que trabalham com o público infantil podem proporcionar esse ambiente de troca de informações e realização das mesmas, pois as prioridades do mundo atual: a tecnologia, a falta de tempo e espaço, currículos escolares que buscam somente o aspecto cognitivo, e uma busca cada vez maior em se atingir desempenho, contribuem para que nossas crianças sejam cada vez mais privadas de brincar consequentemente, privando o seu desenvolvimento natural.

O reflexo do processo de industrialização, vem influenciando diretamente na maturação cognitiva, afetiva e social, já que o sedentarismo é inerente ao processo de automação gerado pela tecnologia, as tradicionais brincadeiras e atividades lúdicas foram se perdendo ou foram deixadas de lado pelas crianças, ocorrendo uma nova reconfiguração na cultura e sociedade, gerando outras maneiras de brincar.

Por tempos os jogos e brincadeiras fizeram parte inerente do ser humano, entretanto cada vez mais empecilhos continuam a surgir impedindo esse envolvimento. Apesar das afirmações, estudos, falas de profissionais sobre a temática a situação real afasta-se cada vez mais da situação ideal e neste sentido Ferland (2006), afirma que “o direito à infância e ao brincar é muitas vezes esquecido”.

Infelizmente por vezes ouve-se que “as crianças estão somente a brincar”, muitos pais se queixam nas portas de salas de aula que a criança só faz brincar e não

aprendem nada, ou então “as crianças passam a maior parte do tempo a brincar e isso é uma perda de tempo”, cobrando da criança uma postura de seriedade, linearidade e imobilidade, inibindo pouco a pouco a espontaneidade, a criatividade, a ousadia, o direito de se movimentar, presentes em seus gestos e movimentos corporais, esquecendo que esse tempo disponibilizado para as crianças brincarem é fundamental (SAYÃO, 2002). Quando esses responsáveis são questionados sobre sua infância, em geral lembram com muito apreço e saudade de sua época de criança, infância essa marcada por jogos e brincadeiras, feitas sem muitos recursos.

Atribuições de papéis e de funções familiares, limites socioculturais, contribuem para que as crianças agora fiquem muito mais confinadas em casa e tenham muito menos independência de locomoção do que tinham anos atrás, enquanto que os pais agora passam menos tempo com as crianças, tentando compensar sua falta fornecendo cada vez mais recursos econômicos e tecnológicos para cuidar dos filhos (BUCKINGHAM, 2003).

A comodidade a rapidez e a flexibilidade na aquisição de informação diminuem o esforço das pessoas em buscar fontes alternativas de lazer, trabalho e estudo, as crianças e adolescentes estão substituindo as atividades lúdicas (que envolvem esforço físico) pelas novidades eletrônicas. A tecnologia é uma aliada, porém deve ser utilizada com sabedoria, ponderado e fiscalizado, para que não torne a ser um mal para o desenvolvimento sadio da criança.

Além da tecnologia um dos grandes problemas do séc. XXI é que até mesmo nas escolas há essa carência de falta de atividades que auxiliem a prática de atividade física. Algumas Instituições de ensino, por exemplo, as equipes educativas dão excessiva importância às atividades curriculares, não permitindo que as crianças brinquem, durante mais tempo, atribuindo às crianças currículos cada vez mais elaborados e extensos, deixando de lado a vivência motora presente nas aulas práticas.

As novas exigências curriculares têm diminuído a carga horária antes destinada à atividade física, situação preocupante, pois acada vez mais crianças estão se tornando sedentárias, com riscos de doenças, já que fora das escolas, as crianças geralmente não praticam a quantidade de atividade sisica adequada (PELLEGRINI & SMITH, 1998; DIETZ & GORTMAKER, 1985).

Em 1954, a Comissão de Especialistas de Educação em Saúde da Organização Mundial da Saúde – OMS, colocou a necessidade de serem realizadas, dentro do espaço escolar, diversas atividades que favorecessem a promoção da saúde, e não somente o trabalho de transmissão de conhecimentos sobre aspectos relacionados à saúde. Nesse sentido, foi apresentada uma abordagem inicial ao conceito de Escola Promotora de Saúde (OMS, 1954), assim como após a 4ª Conferência, em Jacarta, elaborou-se um documento denominado Declaração das Escolas Promotoras de Saúde, o qual preconizava que toda criança tem o direito e deve ter a oportunidade de ser educada em uma Escola Promotora de Saúde (BRASIL, 2001).

Considerando as diversas formas de desenvolvimento que são proporcionados durante a infância entre elas: o aspecto sensorial, cognitivo, social, há também o aspecto motor, por muitos visto sem importância. O aspecto motor durante a infância quando desenvolvido pelo brincar gera ao individuo uma vida mais saudavel, visto que existem jogos e brincadeiras que proporcionam o movimento corporal.

Pensar em criança em sua totalidade, com suas muitas linguagens, requer colocar no mesmo plano aspectos sociais, cognitivos, afetivos e motores (WALLON 1973). Gonçalves (2000) afirma que pensar a educação da criança somente na perspectiva da leitura e escrita é partir de ideias reducionistas. O movimento na educação infantil é uma linguagem expressiva, sendo um elemento imprescindível na formação da criança em sua totalidade.

Brincar é uma atividade que deve ser vista não só um como lazer, mas também uma oportunidade que proporciona aprendizado. O que se percebe é que, as crianças dos anos iniciais tem mais oportunidade de brincar, mas, quando avançam no seu processo e idade as brincadeiras passam a ser banidas do espaço escolar, como se fossem prejudiciais ao desenvolvimento das crianças. O que pode acontecer é as brincadeira mudarem de formato, visto que, crianças maiores preferem desafios e se identificam mais com jogos que possibilitem a ação e superação de suas potencialidades, atribuíção do professor adaptar o currículo para cada faixa etária.

Parece existir um muro simbólico entre a infância e a escola, sobretudo quando o assunto é a atividade lúdica e o jogo em suas diferentes manifestações. É o que observa uma das entrevistadas: “Na área da educação, quando você fala sobre o brincar, todo mundo diz: ‘Ah é’..., mas não se leva tão a sério, sabe? Ainda é difícil essa compreensão... todo mundo acha que educação é uma outra coisa, que é

apreender isso, aprender aquilo [...]" (TARJA BRANCA: a revolução que faltava, 2014, trecho 19:28 min.). Frente a essa situação a educação física tem como papel fazer a ponte entre uma realidade cada vez menos favorável ao lúdico e a vasta contribuição que ela gera no indivíduo, ao proporcionar a vivência em um ambiente de jogos e brincadeiras, dentro ou fora da escola.

Vemos que em muitas instiruiçoes grande parte dos professores de creches e pré-escolas não se sente preparada para promover atividades corporais com as crianças, tanto pela ausência desse tema em sua formação, quanto pelas próprias condições objetivas de trabalho e, muitas vezes de estrutura da instituição, portanto, cabe ao professor organizar situações para que as brincadeiras ocorram de maneira diversificada para propiciar às crianças a possibilidade de escolherem os temas, papéis, objetos e companheiros com quem brincar ou os jogos de regras e de construção, e assim elaborarem de forma pessoal e independente suas emoções, sentimentos, conhecimentos e regras sociais, assim como organizar seu trabalho educativo e principalmente conhecer e considerar as singularidades das crianças de diferentes idades, diversidade de hábitos, costumes, valores, crenças e etnias, para que assim a intervenção ocorra de maneira produtiva (BRASIL, 1998).

A criança empresta seu corpo ao mundo e transforma-o em pensamento; brincando, apropria-se da cultura, estabelecendo relações sociais com os outros, não se prende apenas aos gestos corporais mecanizados, técnicos e aos conhecimentos táticos de alguns esportes, pois as possibilidades pedagógicas são muitas até mesmo em tempos de pandemia os professores podem ser acessados de forma remota pelos ambientes viabilizados de forma online. As aulas de Educação Física Escolar por exemplo são um elo direto entre as crianças e a prática de atividade física. Contudo, o profissional dessa área deve assumir o papel de mediador desse desenvolvimento, promovendo no ambiente escolar, especificamente nas aulas de Educação Física, brincadeiras e jogos que possibilitem as crianças a prática de atividades lúdicas diversas, tornando-as criativas e autonomas, assim como proporcionando o desenvolvimento motor de cada criança visando a saúde física também.

Tendo em vista a importância da saúde física na infância ser proporcionada de forma prazerosa e saudavel, existe como como opção a educação psicomotora, uma técnica que através de exercícios, brincadeiras e jogos adequados a cada faixa etária leva a criança ao desenvolvimento global de ser, estimulando de tal forma, toda uma

atitude relacionada ao corpo, respeitando as diferenças individuais (o ser é único, diferenciado e especial) e levando a autonomia do indivíduo como lugar de percepção, expressão e criação em todo seu potencial (NEGRINE, 1995).

A trajetória lúdica simbólica e social da criança, se inicia por brincadeiras corporais, ditas sensório-motoras ou ainda de exercício (PIAGET, 1964). O esporte e a atividade física merecem ser prescritos adequadamente na infância, pois caso não se tenha o estímulo adequado, na fase adulta o aprendizado de determinadas habilidades motoras será prejudicado (WEINECK, 1991).

O cotidiano tende a separar o movimento corporal de outras dimensões, esquecendo a importância do brincar, da emoção do prazer e, principalmente, de ser "criança". É fundamental tratar a questão do movimento atrelado à construção do universo infantil, rompendo com a idéia de que o movimento impede a concentração e a atenção das crianças, ou seja, que o movimento prejudica a aprendizagem das crianças. O corpo é o primeiro instrumento de pensamento da criança no seu diálogo com o mundo.

A adoção de medidas de prevenção primária em jovens tem sido reconhecida como de enorme importância no cenário da abordagem das doenças cardiovasculares. A demonstração da presença da aterosclerose na infância, na adolescência e na fase adulta jovem, aliada ao maior conhecimento sobre os fatores de risco nessas idades, aponta para propostas de programas racionais e efetivos que tenham como objetivo intervir sobres esses fatores o mais precocemente possível.

Programas governamentais que incluam áreas específicas para a prática de exercício físico, maior oferta de professores de educação física e melhor segurança pública são absolutamente necessários. Também é consensual que essas medidas só serão alcançadas se houver participação da família, das escolas, das comunidades, num esforço conjunto da sociedade e do seu governo.

Portanto, esses elementos dão suporte à necessidade de aumentar os níveis de atividade física em crianças e adolescentes,utilizando como aliada a tecnologia assim como jogos e brincadeiras como amarelinha, bola, patins, pega-pega, estatua, dança das cadeiras, etc., ou seja, independentemente do recurso deve-se com o fim de promover o desenvolvimento motor e consequentemente a saúde física, jogos e brincadeiras que proporcionam o movimento, pensando concretamente em uma prática pedagógica que o estimule de forma criativa e não reprodutiva. Ou, segundo Dieckert (1985) instigar a criança a descobrir, desenvolver, experimentar, interpretar,

expressar, criar, cooperar, organizar-se com, satisfazer-se com e melhorar o corpo, o movimento, o ser. Dessa forma o movimento deve ser entendido como algo mais que o simples deslocamento do corpo no espaço; precisa ser entendido como uma linguagem expressiva, cheia de intencionalidade, construtiva da cultura corporal humana (BRASIL, 1998).

A prática de atividade física regular é importante para manutenção do peso adequado, além de proporcionar benefícios para a cognição. Uma possibilidade encontra-se no uso de exergames, jogos virtuais com maior demanda física que os videogames tradicionais, pois podem melhorar a saúde através do aumento dos níveis de atividade física, outras alternativas merecem destaque como exercitar-se através de videoaulas, realizar tarefas domésticas com exigência física, manter-se mais tempo em pé e fazer pausas curtas durante o dia para caminhar dentro de casa, além da prática de relaxamento.

Para tanto é preciso que se pense na brincadeira pedagogicamente, sem que se perca sua função lúdica, dando suporte a construção da personalidade infantil, a interação social, as relações, a criatividade. Santin (1994) argumenta que o desaparecimento da ludicidade pode ser creditado a varios fatores, um deles seria pela ideia de rendimento que traz em si mesma a obrigação da vitoria e, consequentemente, do resultado, substituindo o tempo para brincar por atividades estruturadas e institucionalizadas, circunscritas a espaços fechados, em que o adulto orienta e estrutura o espaço, sem dar autonomia a criança. A intervenção intencional baseada na observação das brincadeiras das crianças, oferecendo-lhes material adequado, assim como um espaço estruturado para brincar permite o enriquecimento das competências imaginativas, criativas e organizacionais infantis.

Além da motricidade global, o manusear de materiais naturais com diferentes texturas, tamanhos e pesos, permite treinar competências de motricidade fina e de coordenação mão-olho, que se revelam como aquisições importantes para aprendizagens futuras (THOMAS & HARDING, 2011).

É importante que nas primeiras fases de vida as crianças possam explorar o ambiente em que elas estão: brincar na terra, tomar sol, pular na chuva, interagir com um inseto, entre outros, assim o responsável age como um mediador e iniciador da aprendizagem, o brincar livre e o dirigido são aspectos essenciais da interação adulto/criança, prporcionando proporcionando os recursos necessários e apropriados (MOYLES, 2002).

O espaço que a criança é submetido ao brincar é bem importante, sobretudo se for envolvido o brincar ao ar livre, sendo encarado como um local privilegiado para a ocorrência de atividades das crianças, que, ao brincar, estão a interagir socialmente, exploram materiais naturais (pedras, folhas, areia, plantas, flores, terra e água, entre outros) e praticam exercício físico (correr, saltar e jogar à bola, para mencionar apenas algumas atividades), podendo ela ser livre ou orientada mas que tenham por objetivo permitir as crianças ser criativas, que utilizem a imaginação, utilizem os cinco sentidos do corpo e explorem novas brincadeiras (BROCK et al., 2011).

Na perspectiva de Thomas e Harding (2011) brincar em espaços exteriores revela-se como um meio de aprendizagem, as experiências sensoriais decorridas nestes espaços mobilizam a criança como um todo, estimulando a ser uma construtora ativa do seu próprio conhecimento. Quanto ao emocional, Segundo Tiriba (2005), as crianças ficam fascinadas em locais abertos, pois experimentam um sentimento de liberdade pois envolve a promoção da confiança e da autoestima da criança, que aprende a enfrentar desafios e a mobilizar as suas competências, num processo constante de avaliação do risco e de gestão de comportamento, também permite a criação de um sentimento de pertencimento e valorização do espaço para Silva et al. (2016, in Ministério da Educação, 2016).

Os adultos utilizam de diversos recursos para se manterem felizes em meio ao caos do mundo, ou seja, cada um tem o seu modo e momento de refúgio, pensamos nas crianças muitas vezes como seres sem preocupação ou estresse, mas elas também precisam desse momento de escape, as correções dos pais, dos professores, a obrigação de fazer as coisas não prazerosas, entre outros fatores, e para fugir dessa realidade a criança, simplesmente brinca! Retirar essa possibilidade, acaba prejudicando sua capacidade de desenvolvimento durante e pós infância.

Para a brincadeira acontecer, precisamos apenas de um ‘olhar’. Um certo ‘olhar’ para o cotidiano tornando assim situações, espaços, convivências e objetos em brincadeiras. Esta capacidade de conjugar- combinar – articular faz da brincadeira uma linguagem de infinitas possibilidades, que oferece alegria, liberdade, contentamento, descanso interno e externo, paz com o mundo. Para que o ato de brincar se realize e desenvolva, não é obrigatório que seja oferecido todos os requisitos de uma só vez, mas pelo menos alguns, pois só dessa forma as crianças retiram o melhor das brincadeiras.

Há a necessidade de entender o brincar como uma experiência cultural e e razão disso, ão pode de modo algum ser negligenciada e nem sequer ser restringida sobretudo na infância. Assim como na escola cabe ao profissional auxiliar a família em busca de recursos expressivos e comunicativos com a criança. A simples orientação para que a família brinque com seus seus filhos não se torna muito efetiva, pois podem existir barreiras na estruturação da rotina de vida da família, em ses valores e até mesmo na experiência com o ato de brincar que os adultos tiveram ou não em suas vidas.

Sendo assim, muitas vezes, é necessário um trabalho prévio para que os adultos possam experimentar novamente o brincar, resgatando em si próprios o interesse pela atividade, enquanto são apresentados os valores e recursos a serem explorados a partir desta atividade, nao somente familiares, mas os responsáveis durante o dia a dia das crianças, afim de que tenham condições de real envolvimento com a criança na ação de brincar.

Pensar o ser humano em sua totalidade requer a compreensão de que as várias dimensões humanas são indissociáveis, ou seja, não se separam e condicionam-se mutuamente. No caso das questões relativas ao corpo e movimento da criança, é imprescindível a compreensão de que não possuímos um corpo e uma mente separados, mas sim, um corpo que sente, pensa e age de forma indissociável, por meio de múltiplas linguagens. Não existe pensamento separado da ação, pois toda ação humana pressupõe um pensamento, com objetivos definidos por necessidades constituídas cultural e historicamente (VYGOTSKY, 1998).

A Educação Física, pode adotar estratégias lúdicas, linguagem afiliada a infância, e contribuir decisivamente para o desenvolvimento de habilidades como: correr, saltar, pular, balançar, equilibrar, escorregar, rastejar, cair, puxar, empurrar, sentar, explorar, observar, esconder, ordenar, manipular, e muitas outras, que favorecem pelo movimento o contato mais diverso e amplo com o ambiente que a cerca. Afinal, a liberdade de movimento é um importante elemento de ampliação da cultura humana e das possibilidades desde os tempos imemoriais.

Neste sentido, é importante que as experiências lúdicas que constroem a cultura, não sejam simplesmente transferidas. É necessário favorecer a experimentação tornando a criança coautora. Desde o primeiro contato com uma nova brincadeira, a criança vai, inevitavelmente, ao interagir, interpretá-la e significá-la à

sua maneira permitindo-lhe escolhas e elaborações que podem ampliar sua autonomia (BROUGÈRE, 2011).

Portanto faz se necessário que cada vez mais possa ser dado a devida atenção e feito um trabalho em conjunto entre responsáveis, educadores e governantes no processo de proporcionar o melhor desenvolvimento sobretudo saúde para as crianças durante sua infância, pois se deixada de lado pode interferir em seu processo e perdurar durante toda a vida.

CONCLUSÃO

Partindo de que o componente lúdico mais popularmente conhecido como o brincar é uma grandiosa ferramenta para o desenvolvimento humano durante a infância, visto que além do desenvolvimento geral, quando uma criança brinca ela se torna autônoma do seu eu, ao vivenciar jogos e brincadeiras que proporcionam diversos meios de desenvolvimento, como o aspecto motor, que através do movimento presente em brincadeiras como o pega-pega, proporcionam a criança a motricidade desde a mais geral até e a mais fina, dentre outras formas de desenvolvimento também como o aspecto imaginativo/criativo, brincando de casinha ou super herói, o aspecto cognitivo, através do jogo da memória por exemplo, o aspecto social dança das cadeiras, entre tantas que podemos colocar em prática ao estar com as crianças.

O desenvolvimento do aspecto motor proporciona para a criança, saúde como um todo evitando o sedentarismo e o aparecimento de doenças como diabetes, hipertensão, depressão, ansiedade, pânico, etc.

Infelizmente há um quantitativo grande de possíveis e existentes limitações para se brincar encontradas atualmente em nossa sociedade como a: insegurança, falta de espaço, currículos escolares extensos, indisponibilidade de tempo, avanço da tecnologia, popularização das redes sócias, isolamento social, limitações essas cada vez mais comuns e presentes na vida das crianças, contribuintes para o impedimento do progresso delas de forma prazerosa, porém assim como há limitações há também possibilidades de proporcionar o lúdico para que se sobressaia durante essa fase da vida.

Deve ser feito portanto um trabalho em conjunto entre responsáveis e profissionais que atuam junto a essa temática, gerando formas de se adaptar a realidade de cada criança, criando um ambiente propício, seja na escola, em casa, em um clube esportivo, partindo de que o responsável por ela possa criar o ambiente e intermediar a situação para que sua saúde possa ser estabelecida de forma prazerosa através do que a criança mais ama fazer que é brincar, permitindo que ela se expresse, tenha tempo para isso de forma livre, que possa também incluir a tecnologia como aliado, ser um componente da brincadeira, faz-se necessário permitir que o brincar possa ser visto como um elo entre escola (promover tempo e espaço), sociedade (entendendo que brincar não é besteira), responsáveis legais

(incentivando-os, se envolvendo), professores esportivos (proporcionando tempo livre “liberdade”), entre outros, proporcionando autonomia presente na criança, afim de se expressar, se movimentar. Esse elo precisa ser compreendido de ambos os lados ao ser explicado os benefícios que é dado a criança quando ela “simplesmente” brinca.

Pode se inferir desse estudo que a melhor forma para que uma criança seja forte física e psicologicamente, é ser feito um trabalho em conjunto de responsáveis, professores, aqueles ligados a criança, para que se possa haver um ambiente, tempo e espaço, no qual elas possam se desenvolver com prazer e autonomia, através de jogos e brincadeiras que proporcionam sobretudo o aspecto motor, com ou sem o auxílio da tecnologia, para que a ela seja proporcionado uma melhor qualidade e longevidade (COOLKENS et al. 2018; (ROLIM, 2008).

REFERÊNCIAS

ABADI, S. (1998). ***Transições: o modelo terapêutico de D. W. Winnicott*** (L. Y. Massuh, Trad.). São Paulo: Casa do Psicólogo. (Publicado originalmente em 1995)

ALVES, J. G. B.; MONTENEGRO, F. M. U.; OLIVEIRA, F. A.; ALVES, R. V**. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte vol.11 no .5 Niterói Set./Out. 2005.

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. **Physical activity and bone health. Med Sci Sports Exerc**. V.36, n.11, p. 1985-96, 2004

AMORIM, C. **O brincar e o desenvolvimento humano**. Psicol. Argum., Curitiba, v. 24, n. 46 p. 91-94, jul. /set. 2006.

ANDRADE, M. S.; LIRA C. A. B. **Fisiologia do Exercício**. 1 ed. São Paulo: Editora Manole. p. 47, 2016.

APAZ, M. F.; SENA, C. C. B. et. al. **A relação entre o aprender e o brincar: uma perspectiva psicopedagógica**. Disponível em: https://docplayer.com.br/7061890-A-relacao-entre-o-aprender-e-o-brincar-uma-perspectiva psicopedagogica.html#:~:text=(piaget%2C1998%2Cp.,salutar%20predomin%C3%A2ncia%20das%20rela%C3%A7%C3%B5es%20interpessoais. Acesso em 23 /11/2013.

ARIÉS, P. **História Social da Criança e da Família**. 2. Ed. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1978.

ARIÈS, P. **História social da criança e da família**. Trad. Dora Flaksman. 2ª edição. Rio de Janeiro: Zahar Editores, p.279 1981

BADINTER, E. **Um Amor Conquistado: o Mito do Amor Materno.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1985.

BAPTISTA, A.; JERUSALINSKY, J**. Intoxicações eletrônicas: o sujeito na era das relações virtuais.** Editora Ágalma: Salvador, 2017.

BEE, H. **O ciclo vital**. Porto Alegre, RS: Artes Médicas. 1997.

BELIZÁRIO, M. B., BOSSAY Chita, P. H., & ROCHA, L. B. (2016). **A importância da família no brincar da criança paralisada cerebral quadriplégica espástica. *Multitemas***, (25). https://doi.org/10.20435/multi.v0i25.837

BENJAMIN, W. **Reflexões: A criança, o brinquedo, a educação** (M. V. Mazzari, Trad.). São Paulo: Summus. 1984.

BENJAMIN, W. **Reflexões; a criança, o brinquedo e a educação**. São Paulo: ed. 34, 2004.

BERSCH, A. **O brincar como fator potencializador da saúde ambiental no microssistema pediatria: uma análise bioecológica.** Dissertação (mestrado) - Universidade Federal do Rio Grande, Programa de Pós-Graduação em Educação Ambiental, Instituto de Educação, 2005.

BOMTEMPO, E. **Infância e contextos de vulnerabilidade social – A atividade lúdica como recurso de intervenção nos cuidados em saúde**. Bol. - Acad. Paul. Psicol. vol.34 no.87 São Paulo dez, 2014

BORBA, A. M. **Culturas da infância nos espaços-tempos do brincar: estratégias de participação e construção da ordem social em um grupo de crianças de 4-6 anos**. Momento - Diálogos Em Educação, 18(1), 35–50. Recuperado de https://periodicos.furg.br/momento/article/view/749, 2008.

BORBA, A. M. **O brincar como um modo de ser e estar no mundo. In: BRASIL, MEC/SEB Ensino fundamental de nove anos: orientações para a inclusão da criança de seis anos de idade**. Organização Jeanete Beauchamp, Sandra Denise Rangel, Aricélia Ribeiro do Nascimento – Brasília: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Básica, 2006.

BRASIL. **Referencial Curricular Nacional para Educação Infanti**l. Brasília: MEC / SEF, 1998.

BROCK, A. et al. **Brincar - Aprendizagem para a Vida.** Penso. Porto Alegre, 2011.

BROUGÉRE, G**. Brinquedo e cultura**.8. ed. São Paulo: Cortez, 2001.

BUCKINGHAM, D.; SCANLON, M. **Education, Entertainment and Learning in the Home.** Buckingham: Open University Press, 2003.

CAILLOIS, R. **Os jogos e os homens**. Lisboa: Portugal, 1990.

CAIUBY, S. **Habitação indígena**. São Paulo: Nobel, EDUSP, 1989.

CARDOSO, W. Et al. **A percepção das mães acompanhantes das Crianças com câncer atendidas na casa da criança sobre a atividade lúdica**. UFPB, Projeto de extensão, 2008.

CARDOSO. M. Et al**. Olhares investigativos sobre o brincar no recreio das crianças: uma ação experiencial na infância**. Nuances: estudos sobre Educação, Presidente Prudente-SP, v. 28, n. 2, p. 265 - 282, maio/agosto,2017.

CARVALHO, T. et al. **Posição oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, São Paulo, Vol 2, n. 4, p. 79-81, Out/Dez 1996.

CHAMBOREDON, J.-C.; PRÉVOT, J. **O ofício de criança: definição social da primeira infância e funções diferenciadas da escola maternal**. Cadernos de Pesquisa, São Paulo, n. 59, p. 32-59, nov. 1986.

CHRISTENSEN, P.; MIKKELSEN, M. **Jumping off and being careful: children's strategies of risk management in everyday life. Sociology of Health & Illness**, Oxford: Foudation for the Sociology of Health & Ilness/Blackwell Publishing, v. 30, n. 1, p. 1-19, 2008.

COOLKENS, R., et. al. **The, effect of organized versus supervised recess on elementary school children's participation, physical activity, play, and social behavior: A cluster randomized controlled trial**. Journal of Physical Activity & Health, 15(10), 747-754, 2018.

COTRIM, G. **O brincar no ambiente urbano: limites e possibilidades em ruas e parquinhos de uma metrópole. Psicologia do Desenvolvimento** • Psicol. Reflex. Crit. 26 (2), 2013.

CRESPO, T. **A importância do Brincar para o desenvolvimento da criança. Instituto Politécnico de Portalegre Escola Superior de Educação**. Curso de Mestrado em Educação Pré-Escolar. Porto alegre, 2016.

CRIPPA, L. et. al. **Motor evaluation of kindergarten children who practice. Journal of Physical Education,** 14(2), 13-20. Retrieved from https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/3465, 2008.

DALLABONA, S.; MENDES, S. **O lúdico na educação infantil: jogar, brincar, uma forma de educar.** Revista de divulgação técnico-científica do ICPG, Vol. 1 n. 4 - jan. Mar./2004, p. 107-111.

DALLARI, D. KORCZAK, J. **O Direito da criança ao respeito**. São Paulo: Summus, 1986.

DAMIÃO, J. **Jogos e brincadeiras realizadas no recreio escolar e sua influência nos níveis de atividade física**. Monografia (licenciatura em educação física). 19-Jun-2019.

DIECKERT, J. et al. **Elementos e Princípios da Educação Física**. Uma Antologia. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1985.

Dietz WH, Gortmaker SL. **Do we fatten our children at the television set? Obesity and television viewing in children and adolescents**. Pediatrics, 1985.

DYTZ, Jane. Et, al. **A Ludoteca como espaço para uma nova abordagem de educação em saúde**. Rev. Bras. Enferm. 48 (2), Jun 1995.

ESTATUTO DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE **Lei nº 8.069**, de 13 de julho de 1990, e legislação correlata.

FALCÃO, J. et al. **Saberes compartilhados no ensino dos jogos e brincadeiras: maneiras/artes de fazer na educação física.** Artigos Originais • Rev. Bras. Ciênc. Esporte 34 (3), Set 2012.

FERLAND, F. **O modelo lúdico: o brincar, a criança com deficiência física e a terapia ocupacional**. 3 ed. São Paulo: Roca, 2006.

FERREIRA, Eraldo. **Brincar na educação física com qualidade... de vida**. Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 87 - Agosto de 2005

FERREIRA, Nathália. **O brincar das crianças pelo olhar de seus pais**. Monografia (terapia ocupacional) Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) – Campus Baixada Santista- São Paulo 2011.

FILGUEIRAS, Isabel Porto**. A Criança e o Movimento: questões para pensar a prática pedagógica na educação infantil e no ensino fundamental.** Revista Avisa Lá, São Paulo, n. 11, p. 1-6, jul. 2002.

FLORÊNCIO JÚNIOR, P. G.; PAIANO, R.; COSTA, A. dos S. **Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde,** *[S. l.]*, v. 25, p. 1–2, 2020. DOI: 10.12820/rbafs.25e0115. Disponível em: https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14263. Acesso em: 12 out. 2021.

FRANCO, N. A importância do brincar ao ar livre. Trabalho de conclusão de curso (licenciatura em pedagogia) - Universidade federal do Pampa, Jaguarão, 2018.

FRANZ, E. et. al. **A cultura do brincar no recreio escolar**. In: congresso nacional de educação, educere, 12., 2015, Porto Alegre. Anais [...] Porto Alegre: PUCPR, 2015. Disponível em: https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2015/19441_9477.pdf. Acesso em: 20 mai 2021.

FRANZ, E. PERUZZO. **A cultura do brincar no recreio escolar.** In: congresso nacional de educação, educere, 12., 2015, Porto Alegre. Anais [...] Porto Alegre: PUCPR, 2015. Disponível em: https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2015/19441_9477.pdf. Acesso em: 16 abril. 2021.

FRENZEL, R. **Jugando**. Mexico: Extemporâneos. 1977.

FRIEDMANN, A. **O direito de brincar: a brinquedoteca**. 4ª ed. São Paulo: Abrinq, 1996.

FRIEDMANN, Adriana. **Brincar, crescer e aprender – o resgate do jogo infantil**. São Paulo: Editora Moderna, 1998.

FROEBEL, F. **The education of man**. New York: D. Appleton. 1887.

FURLAN, Marta. **A construção do "ser" criança na sociedade capitalista.** Terra e cultura, ano xx, Nº 38. Projeto de Dissertação de Mestrado em Educação, Universidade Estadual de Maringá, Pr.: 2003.

GAÍVA, M. et, al. **O ser criança: percepção de alunas de um curso de graduação em enfermagem.** Rev. Latino-Am. Enfermagem 7. São Paulo, Jan 1999.

GALLAHUE, D.; OZMUN, J. C**. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebes, crianças, adolescentes e adultos**. São Paulo: Phorte, 2003.
GALVÃO, I. **Henri Wallon: uma concepção dialética do desenvolvimento infantil**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1995.

GOES, M. **O brincar de ontem e o brincar de hoje: Suas diferenças e implicações para as aulas de Educação Física**. R. Motriviv., Florianópolis, Santa Catarina, 1996.

GUEDES, D**. Exercício físico na promoção da saúde**. Londrina: Midiograf, 1995.

HAETINGER, D**. Jogos, recreação e lazer**. Curitiba: IESD, Brasil S.A. 2009.

HOPSON, L. M. **Mitigating the effect of family poverty on academic and behavioral outcomes: The role of school climate in middle and high school.** Children and Youth Services Review. 2011.

HUIZINGA, J. **Homo Ludens: o jogo como elemento cultural.** São Paulo: Perspectiva,1990.

HUIZINGA, J. **Homo Ludens: o jogo como elemento da cultura**. 4. ed. São Paulo: Perspectiva, 1999.

HUIZINGA, J. **Homo ludens: o jogo como elemento da cultura.** 5 edição. São Paulo: Perspectiva, 2007.

HUIZINGA, J. **Homo ludens: o jogo como elemento da cultura.** São Paulo: Perspectiva, 1938/2007.

JANSSEN, Ian, et al**. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth.** International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity.volum 7, Article number: 40, 2010.

JERUSALINSKY, J.; BAPTISTA, A. (Orgs.). **Intoxicações eletrônicas: o sujeito na era das relações virtuais**. Salvador: Ágalma, 2017.

JUNIOR, N. **A educação física, o docente, e a escola: concepções e práticas pedagógicas. Pedagógica e Comportamental.** Rev. bras. educ. fís. esporte 27 (3). Acesso em : https://doi.org/10.1590/S1807-55092013000300013. Set 2013.

KISHIMOTO, T. **Diferentes tipos de brinquedoteca. In: FRIEDMANN, A. O direito de brincar: a brinquedoteca.** 4. ed. São Paulo: Abrinq, 1998.

KISHIMOTO, T. **Jogos Infantis: o jogo, a criança e a educação**. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 12ª ed., 1993.

KISHIMOTO, T. **O jogo e a educação infantil**. São Paulo: Cortez. 1997.

KLEIN, M. **A técnica psicanalítica através do brincar: sua história e significado. In M. Klein, Inveja e gratidão e outros trabalhos** (L. P. Chaves et al., trads., pp. 149-168). Rio de Janeiro: Imago. (Trabalho original publicado em 1955[1953], 1991.

KLEIN, M. **The development of a child. In: ___. Contributions to psycho-analysis.** London: Hogart Press, 1948.

KLINGER, E. Et al. **O brincar como recurso de promoção à saúde em psicoterapia.** ECOS | Estudos Contemporâneos da Subjetividade | Volume 10 | Número 1. 2019

KOPELMAN, PG**. Obesity as a medical problem**. Nature. V.404, p. 635-643, 2000.

KRAMER, S. **A infância e sua singularidade**. In: Ensino fundamental de nove anos: orientações para a inclusão da criança de seis anos de idade/ organização Jeanete Beauchamp, Sandra Denise Rangel, Aricélia Ribeiro do Nascimento – Brasília: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Básica, 2007.

KRISKA, A.M.; BLAIR, S.N.; PEREIRA, M.A. **The potencial role of physical activity in the prevention of noninsulin-dependent diabetes mellitus: the epidemiological evidence**. Exerc Sport Sci Rev. v.22, p. 121-43, 1994.

KUNZ, E. et al**. O brincar e o se-movimentar nas aulas de educação física infantil: realidades e possibilidades**. Revista Movimento, Porto Alegre, v. 22, n. 2, 459-470, abr./jun. de 2016.

LAZZOLI, J. et.al**. Atividade física e saúde na infância e adolescência**. Artigo de Revisão • Rev Bras Med Esporte 4 (4). Ago 1998.

LAZZOLI, J. **Atividade fisica na infância e adolescência**. Artigo de Revisão • Rev Bras Med Esporte. Ago 1998. https://doi.org/10.1590/S1517-86921998000400002

LEONTIEV, A.N. **Os principios psicológicos da brincadeira pré-escolar**. In: Vygotsky, L. S.; Luria, A. R.; Leontiev, A. N. (Orgs.), Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem. São Paulo: Moraes, 1994.

LEVIN, E. **Rumo a uma infância virtual? A imagem corporal sem corpo**. Trad. Ricardo Rosenbush. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.

LIRA, N.; RUBIO, J. **A importância do brincar na educação infantil**. Revista eletrônica saberes da educação. Vol.5 nº1, 2014.

LITTLE, H. **Outdoor Play: Does avoiding the risks reduce the benefits?** Australian Journal of Early Childhood, 33(2), 33–40. 2008.

MACHADO, M. **A Criança é Performer**. Educação & Realidade, Porto Alegre, v. 35, n. 2, p. 115-137, maio/ago, 2010.

MACHADO, Y. L. **Sedentarismo e suas consequências em crianças e adolescentes**. Trabalho de Conclusão de Curso, Instituto Federal de Educação Ciências e Tecnologia, Muzambinho, MG, 50 p, 2011.

MAFORTE J. et al. **Análise dos padrões fundamentais de movimentos em escolares de sete a nove anos de idade**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, 2007.

MAGILL, R. **Aprendizagem Motora: Conceitos e Aplicações**. São Paulo, Editora Edgard Blücher Ltda, 2000.

MAGILL, R. **Aprendizagem Motora: Conceitos e Aplicações**. São Paulo, Editora Edgad Blücher Ltda, 1984.

NOGUEIRA, J. D.; MORAIS NETO, O. T.; TEMPORÃO, J. G. **A Política Nacional de Promoção da Saúde e a agenda da atividade física no contexto do SUS**. Epidemiologia e Serviços de Saúde. Brasília, v. 18, n. 1, p. 79-86, 2009.

MARCHÃO, A. **No jardim de Infância e na escola de 1.º ciclo de EnsIno Básico**. Gerir o currículo e criar oportunidades para construir o pensamento crítico. Lisboa: Edições Colibri, 2012.

MATTOS, M. G.; NEIRA, M. G. **Educação física infantil: construindo o movimento na escola**. 4. ed. Guarulhos: Phorte, 2003.

MEDRANO, C. **Saúde pública pscicanalise e infância: do silencio ao brincar-história dos presentes espaços para o brincar no campo da saúde.** Dissertação de mestrado- Universidade federal de Santa Catarina, centro de ciências da saúde. Programa de pós-graduação em saúde pública, 2003.

MENDES, M. et al. **O "Alfabeto da Saúde" e o Desejo do Brincar Controlado**. LICERE - Revista Do Programa De Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos Do Lazer, 21(1), 218–240, 2018.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Estatuto da Criança e do Adolescente**. 3ª edição. 2008.

MISHIMA, F. **O brincar criativo e a obesidade infantil**. Artigos. Estud. Psicol. (Natal) 14 (3). Dez 2009.

MONTEIRO, C. **Crianças, brincar culturas da infância e cultural lúdica: uma análise dos estudos da infância**. Saber e educar. Pelotas-RS, 2014.

MOYLES, J. **Só brincar? O papel do brincar na educação infantil.** Porto Alegre: Artmed, 2002.

NASCIMENTO, C. **Criatividade e brincadeira de faz de conta nas conceções de professores da educação infanti**l. Acesso em 20/04/2015. Disponível em http://www.bdtd.ndc.uff.br/tde_arquivos/2/TDE-2007 1121T122756Z1102/Publico/Dissert-Cynthia%20Nascimento.pdf. 2004

NASCIMENTO, C. **A construção social do conceito de infância: algumas interlocuções históricas e sociológicas**. Revista olhar do professor Universidade estadual de ponta grossa departamento de método e técnicas de ensino e pesquisa. Santos Andrade, ponta grossa- paraná, 2008.

NEGRINE, A. **Recreação na hotelaria: o pensar e o lúdico.** Caxias do Sul: Edusc,1994.

NEIRA, M. G. **Ensino de Educação Física.** São Paulo: Thomson Learning, 2007.

OLIVEIRA, V. et a. **Brincar com o outro: caminho de saúde e bem-estar.** Petrópolis, RJ: Vozes. (Coleção Brinquedo, Educação e Saúde), 2010.

OLIVEIRA, Z. **Educação Infantil: fundamentos e métodos**. São Paulo: Cortez, 2002.

OLIVEIRA. L. et al**. ”Brincar" como agente promotor de saúde no desenvolvimento infantil.** Revista de Ciências Humanas, Florianópolis, EDUFSC,v. 42,n.1 e 2, p. 193-215, Abril e Outubro de 2008.

OMS. **Organização mundial de saúde**. Comissão de Especialistas em Educação em Saúde da Organização Mundial da Saúde Washington: OMS, 1954.

PAIVA, N. et. al. **A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça**. Psicologia.pt o portal dos psicólogos, 2015.

PAPALIA, D. E. **Desenvolvimento humano.** 12ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PELLEGRINI, A. D. **Physical activity play: The nature and function of a neglected aspect of play**. Child Development, 69,577-598, 1998.

PENTEADO, R. et. al. **Ações educativas em saúde da criança: o brincar enquanto recurso para participação da família**. Portal de revistas da USP, 1996.

PIAGET, J. **Seis estudos de psicologia**. Rio de Janeiro: Forense, 1964.

PIRES, C. et; al. **Brincar: recreação ou aprendizagem.** Akrópolis- revista de ciências humanas da UNIPAR. V. 12, n.4, 2004.

POLETTO, L. **Institucionalização de crianças e adolescentes em Caxias do Sul: narrativas sobre as trajetórias de vida de egressos de medida de proteção (1990-2011).** Dissertação de mestrado. Caxias do sul, 2013.

PONTES, F. **A transmissão da cultura da brincadeira: algumas possibilidades de investigação.** Psicol. Reflex. Crit. 16 (1). 2003

QUEIROZ, N. et. al. **Brincadeira e desenvolvimento infantil: um olhar sociocultural construtivista. Pesquisas Teóricas** • Paidéia (Ribeirão Preto) 16 (34). Ago 2006.

ROLIM, A. **Uma leitura de Vygotsky sobre o brincar na aprendizagem e no desenvolvimento infantil.** Revista Humanidades, Fortaleza, v. 23, n.2, 2008.

ROLIM, A. et.al**. Uma leitura de Vygotsky sobre o brincar na aprendizagem e no desenvolvimento infantil**. Rev. Humanidades, Fortaleza, v. 23, n. 2, p. 176-180, jul./dez, 2008.

RYCERZ, L. **Atividade física e saúde na educação fisíca escolar**. In: salão do conhecimento unijui, 2014, Ijuí, 2014. Disponível em: https://www.efdeportes.com/efd197/saude-na-educacao-fisica-escolar.htm. Acesso em: 29 maio 2021.

SALOMÃO, H. **A importância do lúdico na educação infantil: enfocando a brincadeira e as situações de ensino não direcionado**. Acedido em 16/04/2015. Disponível em http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0358.pdf. 2017.

SANDSETER, E.B.H. **Scaryfunny. A Qualitative Study of Risky Play among Preschool Children**. PhD thesis, Norwegian University of Science and Technology, Trondheim, Norway, 2010.

SANT'ANNA, I. M. **Por que avaliar? Como avaliar? Critérios e instrumentos**. 8ª ed. Petrópolis: Vozes, 1995.

SANTIN, S**. Educação física: da opressão do rendimento à alegria do lúdico.** Porto Alegre: ed. EST/ESEF – UFRGS, 1994.

SANTOS, S. **Brinquedoteca: sucata vira brinquedo**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

SANTOS, W. et,al**. A influência dos valores humanos no compromisso religioso.** Psic.: Teor. e Pesq. vol.28 no.3 Brasília July/Sept. 2012.

SAYÃO, D.T: **"Infancia, prática de ensino de Educação Física e Educação Infantil",** in: VAZ, A. F.; SAYÃO, D. T., e PINTO, F. M. (Org.): Educação do corpo e formação de professores: reflexões sobre a prática de ensino de Educação Física. Florianópolis: Ed. da UFSC, 2002.

SCHMIDT, R. A.; WRISBERG, C. A. **Aprendizagem e Performance Motora**. São Paulo, Artmed, 2001.

SEBASTIÃO, Cristina, et.al. **Atividades recreativas como fonte de motivação e aderência de crianças em atividades esportivas**. ACTA Brasileira do Movimento Humano, 2017.

SIGAUD, C H S; VERÍSSIMO, M. **Enfermagem pediátrica: o cuidado de enfermagem a criança e ao adolescente**. [S.l: s.n.], 1996.

SIGNIFICADOS. **Significado de escola.** Disponível em: https://www.significados.com.br/escola/. Acesso em: 10 de agosto de 2021.

SILVA, J. **O lúdico como metodologia para o ensino de crianças com deficiência intelectua**l. 2012. Disponível em: http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/4736/1/MD_EDUMTE_II_2012_33.pdf acesso em 26 março 2017.

SOUSA, P. **A importância do brincar: brincar e jogar na infância.** Relatório final de mestrado. Instituto superior de educação e ciências (ISEC). 2015. Et.al. **Evidence based physical activity for school-age youth.** *Journal of Pediatrics*, 2005.

TARJA BRANCA: **a revolução que faltava**. Direção de Cacau Rhoden. Produção Executiva de Estela Renner, Luana Lobo e Marcos Nisti. Roteiro de Cacau Rhoden; Estela Renner; Marcos Nisti. Intérpretes: Domingos Montagner; Wandi Doratiotto; Antônio Nóbrega; José Simão. Música: André Caccia Bava. São Paulo: Maria Farinha Filmes, 2014. 1 DVD (80 min.), son., color. Documentário.

TEIXEIRA, C**. A importância da brincadeira no desenvolvimento cognitivo infantil.** A ID online. Revista de psicologia (ISSN: 1981-1179), 2017.

TEIXEIRA, W**. Brincadeira é coisa séria: o olhar de pais e professores sobre a importância do brincar na educação infantil.** Monografia (licenciatura em educação física) Universidade de Brasília, universidade aberta do brasil, Santana do Ipanem-AL, 2012.

THOMAS, F. **The role of Play**. In J. White (Ed.), Outdoor Provision in the Early Years (pp. 12-22). London: Sage Publications Ltd. 2011.

TIRIBA, L. **Educar e cuidar: buscando a teoria para compreender os discursos e as práticas.** In: KRAMER, S. (Org.). Profissionais da educação infantil: gestão e formação. São Paulo: Ática, 2005.

TORQUATO, J. et al. **Prevalência de atraso do desenvolvimento neuropsicomotor em pré-escolares.** Journal of Human Growth and Development, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 259-268, 2011.

VYGOTSKY, L. **A formação social da mente.** São Paulo: Martins Fontes, 1998.

VYGOTSKY, L. **A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores**. 4ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

VYGOTSKY, L. **Formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores.** São Paulo: Martins Fontes, 1984.

WAJSKOP, G. **Brincar na pré-escola.** (3ª Edição). São Paulo: Cortez Editora 1999.

WALLACE, JP. **Exercise in Hypertension: a clinical review**. Sports Med. V.33, n.8, p. 585-98, 2003.

WALLON, H. **Psicologia e Educação da Infância**. Lisboa: Estampa, 1973.

WEINECK, J**.: Fundamentos Gerais da Biologia do Esporte para Infância e Adolescência;** *Biologia do Esporte;* São Paulo: Manole,1991.

WILLRICH, A.; AZEVEDO, C. C. F.; FERNANDES, J. O. **Desenvolvimento motor na infância: influência dos fatores de risco e programas de intervenção.** Revista Neurociências, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 51-56, 2009.

WINNICO, D. W. **O brincar e a realidade.** Trad. José Octavio de Aguiar Abreu e Vanede Nobre. Rio de Janeiro: Imago. 1971/1975.

WRIGHT, LM, et. al. **Beliefs: the heart of healing in families and illness.** New York: Basic Books; 1996.