

CARACTERIZAÇÃO E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE IDOSOS DO SEXO MASCULINO PARTICIPANTES DE UM GRUPO DE IDOSOS

Agda Silvania Ferreira de Oliveira¹
Veronica Jocasta Casarotto²

Resumo: O aumento exponencial da população idosa reforça a importância de pesquisar sobre as peculiaridades e particularidades desse grupo populacional. No presente estudo, objetivou-se investigar as principais características e o nível de atividade física de idosos do sexo masculino participantes de um grupo de idosos. Trata-se de um estudo transversal analítico com coleta de dados (questionário geral e questionário internacional de atividade física), realizada em quatro dias, sempre após a realização das atividades dos idosos. Os principais resultados indicam que, referente à caracterização, a idade média dos idosos foi de 74 anos, a maioria era alfabetizada, casada e apresentava hipertensão arterial sistêmica; referente ao nível de atividade física, observa-se que 74% dos idosos realizam atividade física como meio de transporte, 60% praticam atividades relacionadas ao lazer, 55% dos idosos ficam mais de 180 min./semana sentados e apenas 20% desse grupo populacional realiza atividades físicas com intensidade moderada por mais de 150 minutos por semana. Embora o nível de atividade física ainda não seja considerado ótimo, os dados indicam que os investigados praticam atividade física, principalmente enquanto meio de transporte, o que vem a indicar que esse grupo populacional apresenta boa autonomia, principalmente em relação ao meio de transporte que utiliza.

Palavras-chave: envelhecimento; exercício; idosos do sexo masculino.

Abstract: The exponential increase of the elderly population reinforces the importance of researching on the peculiarities and particularities of this population group. In the present study, the objective was to investigate the main characteristics and level of physical activity of elderly male participants of a group of elderly people. This is an analytical cross-sectional study with data collection (general questionnaire and international questionnaire of physical activity), carried out in four days, always after the activities of the elderly. The main results indicate that, regarding the characterization, the mean age of the elderly was 74 years, most of them were literate, married and had systemic arterial hypertension; Regarding the level of physical activity, 74% of the elderly perform physical activity as a means of transportation, 60% practice leisure-related activities, 55% of the elderly stay more than 180 minutes / week, and only 20% of that group population performs physical activities with moderate intensity for more than 150 minutes per week. Although the level of physical activity is still not considered optimal, the data indicate that the investigated people practice physical activity, mainly as a means of transportation, which indicates that this population group has good autonomy, mainly in relation to the means of transportation used.

Keywords: aging; exercise; elderly people.

¹Graduanda em Educação Física pela Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína/MT. E-mail: agda2015@gmail.com

²Professora Coordenadora do curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína/MT. E-mail: veronica_casarotto@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A cada ano que passa, a população idosa brasileira tem crescido substancialmente. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (BRASIL, 2010), a média de vida do brasileiro em 1998 era de 69,7 anos para ambos os sexos, aumentou para 72,1 anos em 2008 e 73,8 em 2010. Supõe-se que, no ano de 2025, o Brasil terá cerca de 32 milhões de indivíduos com 60 anos ou mais, sendo a sexta população com mais idosos do mundo. (BRASIL, 2015).

De acordo com Fraiman (1995, p. 27), o envelhecimento “é parte do desenvolvimento humano integral, e não uma predestinação ao fim”. O autor ainda sugere que o processo de envelhecimento é global e se modifica constantemente. Dessa forma, nos países desenvolvidos, é considerado idoso o indivíduo com idade igual ou superior a 65 anos, já nos países em desenvolvimento, como é o caso do Brasil, a idade limite é de 60 anos ou mais, conforme aponta o Estatuto do Idoso (BRASIL, 1994).

Chegar à velhice é uma realidade também em países mais pobres, não é mais privilégio de poucos. Com esse aumento no número de idosos, há mais procura nos serviços de saúde, ocorrendo um maior número de internações nos hospitais. O envelhecimento populacional se traduz em maior carga de doenças na população, mais incapacidades e aumento do uso dos serviços de saúde (VERAS, 2009).

Os estudos mostram que as doenças crônicas não transmissíveis são as que mais afetam os idosos e, muitas vezes, elas acometem várias incapacidades, mas são inevitáveis. A chave para mudar essa realidade é a prevenção em qualquer fase da vida, por isso é preciso ter um envelhecimento ativo. Segundo a Política Nacional de Saúde, “envelhecimento ativo é o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas” (WHO, 2005, p. 13). Quando se fala em envelhecimento ativo, uma das questões envolvidas é a prática de atividades físicas, que é de suma importância para os idosos.

Com base nesse contexto, percebe-se a importância de estimular a população idosa a incorporar em seu dia a dia o hábito de se exercitar fisicamente, considerando que isso proporciona benefícios nas áreas psicofisiológicas. As vantagens da prática de atividade física são inúmeras para vários tipos de doenças, pois auxiliam tanto nos sintomas quanto na diminuição da doença.

As limitações econômicas e físicas (adquiridas ou impostas), a perda de desempenho de papéis e a cessação de atividades exigem aquisição de novas atitudes por parte das pessoas idosas, para que possam superar suas limitações e se adaptar às novas experiências e vivências, na busca de participação e interação social. Cada pessoa envelhece de modo diferente, de acordo com as escolhas que fez ao longo de sua vida.

O aumento da longevidade da população mundial desencadeia a necessidade de conhecer, em maior profundidade, o impacto do fenômeno do envelhecimento. Por esse motivo, esse tema vem ganhando atenção significativa nas últimas décadas, sendo alvo de crescentes discussões não só no meio acadêmico, no qual fomenta o desenvolvimento de pesquisas, mas também na sociedade como um todo. A organização de inúmeros grupos de convivência para pessoas idosas e a criação de leis específicas para essa população mostram essa mudança na sociedade.

Motta (2006, p. 78) ressalta:

É, portanto, a heterogeneidade que caracteriza o envelhecimento, como todo fenômeno social. Diferenciam-se os idosos segundo a classe social que pertençam, segundo o seu sexo e as relações de gênero que estabelecem, suas características étnico-raciais e até conforme seus diferentes grupos de idade, enquanto idosos, na sociedade longeva atual.

O processo de envelhecimento é um processo heterogêneo, fluído e dinâmico, está carregado de transformações em vários aspectos (físicos, sociais, psicológicos etc.) provocadas pelo tempo que passa e é alheio as nossas vontades, no entanto ainda necessita ser compreendido, internalizado e ressignificado. Quanto ao gênero, estudos indicam que a expectativa de vida de sujeitos do sexo masculino é menor do que a das mulheres (CAMARGOS *et al.*, 2009). Tal fator pode ser influenciado por questões culturais, sociais ou até mesmo estar relacionado aos cuidados com a saúde. Dessa forma, voltar o olhar à população idosa, em especial aos homens desse grupo, faz-se necessário para atentarmos para as características principais e assim pensarmos em propostas de intervenção mais específicas e direcionadas a esse grupo.

Diante do crescimento da população idosa e com o aumento da perspectiva de vida e da necessidade dos idosos se manterem ativos, este estudo³ buscou investigar o nível de atividade física de alguns idosos da cidade de Porto Alegre/RS. Para apresentar a pesquisa e seus resultados, este trabalho está dividido em seções: a introdução aborda o tema envelhecimento; o referencial teórico apresenta as bases teóricas que sustentam este estudo, focando em temas como atividade física e envelhecimento; a metodologia explica detalhadamente o método utilizado; os resultados e a discussão têm uma seção específica; por fim apresentam-se as considerações finais, seguidas da lista de referências utilizadas como base teórica desta pesquisa, do apêndice e do anexo.

A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO ENVELHECIMENTO

O envelhecimento da população é um fenômeno observado em todos os países em desenvolvimento e vem chamando a atenção, sobretudo, da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2005), que estima que em 2025 a população idosa aumentará significativamente. Nesse período, o Brasil terá cerca de 32 milhões de pessoas com 60 anos ou mais. De acordo com Civinski, Montibeller e Braz (2011), o envelhecimento tornou-se um “fenômeno mundial”, resultando no crescimento dessa população.

O envelhecimento é caracterizado por alterações morfológicas, fisiológicas e psicológicas, as quais resultam na perda da capacidade de realizar tarefas precisas e, muitas vezes, na dificuldade de convívio social. É um processo inerente à vida humana, por vezes é apontado como uma realidade isolada, como um acontecimento que só afeta uma parte da população, tendo como componente somente a idade (MORAGAS, 2010).

Segundo Moraes (2009, p. 1) “o idoso é considerado saudável quando é [...] independente e autônomo, mesmo que tenha doenças”. Já o envelhecimento saudável pode ser definido por três características: baixo risco de doença e deficiências relacionadas à doença, elevada capacidade funcional, física e cognitiva e envolvimento ativo com a vida (ROWE; KAHN, 1997).

De acordo com Moraes (2010, p. 23), é preciso

Conhecer a idade cronológica, mas também as condições psíquicas, econômicas e sociais da pessoa, para que o conceito resultante represente a totalidade, e não somente aquela dimensão que impressione mais o observador. Para isso é necessária uma mentalidade aberta, que supere preconceitos e atitudes negativas em relação à velhice, e que se considere a idade não como algo determinante das possibilidades vitais de uma pessoa, mas como uma variável acrescida às que condicionam sua situação.

Devido ao número crescente de idosos, surgiram vários estudos sobre o processo natural de envelhecimento e o que acarreta esse aumento em relação à saúde. Nesse sentido, ressaltam-se cada vez mais os benefícios da prática de exercícios físicos aliada a uma boa alimentação para se obter qualidade de vida na velhice.

A prática regular de exercícios físicos, as sessões de alongamentos e atividades recreativas são estratégias preventivas para manter e melhorar o condicionamento físico e psíquico na terceira idade, pois retardam as perdas funcionais do envelhecimento. É relevante destacar que essas atividades são necessárias no cotidiano de todas as pessoas, de diferentes idades, uma vez que visam a uma melhor perspectiva de vida.

Caspersen, Kriska e Dearwater apresentam três conceitos que relacionam a atividade física com saúde e qualidade de vida:

- a) Atividade física: definida como qualquer movimento corporal produzido em consequência da contração muscular que resulte em gasto calórico.
- b) Exercício: definido como uma subcategoria da atividade física que é planejada, estruturada e repetitiva; resultando na melhora ou manutenção de uma ou mais variáveis da aptidão física.
- c) Aptidão física: é considerada não como um comportamento, mas uma característica que o indivíduo possui ou atinge, como a potência aeróbica, *endurance* muscular, força muscular, composição corporal e flexibilidade.

Dentre esses conceitos, considera-se que o profissional de Educação Física, ao executar atividades com o público da terceira idade, terá que adaptar a atividade física de acordo com a doença do idoso, se for o caso, e sua faixa etária, com vistas a obter a aptidão física.

A atividade física, seja qual for o seu domínio ou descrição, se torna muito importante, principalmente, para o aumento da expectativa de vida no envelhecimento. Ela é citada como um dos componentes essenciais para uma boa qualidade de vida, pois proporciona prazer, satisfação e bem-estar pessoal (ALCÂNTARA *et al.*, 2015).

A prática da atividade física proporciona aos idosos controle do peso corporal, da força muscular e da pressão arterial (ARAÚJO, 2000). Além dos benefícios fisiológicos, são desencadeados fatores preponderantemente motivacionais, uma vez que as relações sociais e a manutenção da autonomia ocasionam a motivação da prática da atividade física regular para os idosos.

O idoso quando pratica atividade física precisa sentir prazer e motivação para não desistir, mesmo sabendo do benefício que ela traz, muitas vezes, ele volta porque gosta da convivência com o grupo. Segundo Feijó (1992), motivação é o processo que permite a mobilização de necessidades preexistentes que se relacionam a comportamentos capazes de satisfazê-las. No envelhecer, é preciso se manter de forma ativa. As motivações que fazem os

idosos participarem de um programa de atividade física refletem nas suas próprias particularidades do processo do envelhecimento, como saúde, relações sociais e autonomia.

Além da melhora na qualidade de vida, a manutenção ou recuperação da saúde, a socialização e o lazer são estímulos que atraem o público idoso para a prática de atividade física, sendo fundamental para a qualidade de vida a conservação de sua independência (PAPALÉO NETO, 2007). O crescimento dessa população demanda serviços, políticas públicas e equipe multiprofissional que abarquem suas necessidades, e o profissional de Educação Física se encaixa perfeitamente nesse novo contexto.

De acordo com Leme (1999), os séculos XVII e XVIII caracterizaram-se por alguns avanços nas áreas de química, patologia, fisiologia e anatomia, provocando discussões sobre o envelhecer, com isso surgiram outros olhares no que tange a diferenciar a velhice normal da velhice doente. Esse cenário que se apresenta revela que uma parcela cada vez maior da população está propensa à perda da qualidade de vida, provocada, em parte, pelas variadas condições socioeconômicas e devido à presença de doenças e à diminuição das capacidades físicas e funcionais, provocadas pelo estilo de vida com pouca ou nenhuma atividade física (CAMARANO, 2003).

Com vistas à promoção da saúde e à boa qualidade de vida, a Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia incentivam e estimulam a prática de atividade física para as pessoas que estão envelhecendo, tanto por parte da iniciativa privada como da pública. Segundo Salin *et al.* (2011, p. 202), “é função dos profissionais da saúde, educadores, líderes comunitários e políticos minimizarem as barreiras e ampliarem em quantidade e diversidade os fatores facilitadores de adesão às práticas de atividade física”. Dessa forma, tanto os profissionais da Educação Física como os geriatras recomendam atividades físicas com intenção de minimizar patologias próprias da velhice, indicando tipo de exercício, intensidade, frequência e duração necessária para obtenção ou manutenção da saúde e bem-estar corporal.

Entender as formas de gestão da velhice na contemporaneidade traz como exigência, conforme Debert (1999), um engajamento em direção à elucidação de como os múltiplos discursos sociais atuam na construção social do envelhecimento. Há, segundo a autora, um consenso quanto às inúmeras transformações que o envelhecimento vem apresentando ao longo do século XX, resultando na mudança de paradigma sobre a velhice e numa maior variedade de possibilidades e alternativas de modelos.

Wankel (*apud* RODRIGUES, 2002) reforça a ideia de que a busca da interação social constitui uma das fortes razões para o envolvimento na atividade física, pois as atividades em grupo e a convivência com outras experiências, assim como as atividades de lazer, favorecem a troca de afetos, as brincadeiras, o preenchimento de tempo, a comunicação espontânea e a formação de novas amizades. Essas vivências, de alguma forma, influenciam tanto no aspecto físico quanto no aspecto sociocultural das pessoas que estão envelhecendo.

Como é possível perceber nas ponderações expostas, várias razões e diferentes maneiras de atenuar as implicações advindas com o processo de envelhecimento passam por formas prazerosas de atividades estimuladas pela Educação Física.

A pesquisadora Neri (2003) observa que o conceito de qualidade de vida na velhice associa-se diretamente com a existência de condições ambientais que permitam o desempenho de comportamentos adaptativos pelas pessoas idosas, para que possam realizar determinadas atividades com sucesso. Segundo a autora, a análise subjetiva que cada pessoa faz sobre seu funcionamento é o princípio fundamental da qualidade de vida percebida. Além disso, a capacidade de realização de atividades configura-se como sucessor do comportamento em todas as idades, uma vez que significa a confiança aprendida pela pessoa sobre a disponibilidade de recursos necessários para alcançar os resultados almejados.

Mulheres e homens são seres únicos, que vivem e envelhecem de formas diferentes, pois cada um carrega valores, crenças e experiências próprios, (re)construindo, a partir disso, o processo de envelhecimento, o qual não se pode eliminar, e sim modificar. Na busca dessa modificação, buscam-se cada vez mais ambientes, espaços e lugares com atividades pensadas/criadas para atender às principais demandas da população idosa, como: ocupação do tempo livre, socialização, lazer e manutenção da saúde por meio de atividades físicas regulares.

METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se por ser transversal analítico, com coleta de dados. O estudo foi realizado no município de Porto Alegre/RS com idosos que participam de atividades desenvolvidas para a comunidade na Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). Foram incluídos idosos do sexo masculino, com idade igual ou superior a 60 anos e em condições de entender e responder aos questionamentos a serem aplicados no estudo. Foram excluídos idosos em tratamento psiquiátrico, psicológico ou que estivessem fazendo uso de medicamentos que possam modificar o humor, tais como: ansiolíticos, antidepressivos, hipnóticos e antipsicóticos.

O estudo teve a aprovação da Comissão Científica e do Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Geriatria e Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (IGG/PUCRS) (CAAE: 52097115.8.0000.5336 do CEP-PUC-RS). Após a aprovação de ambos, foi iniciado o processo de coleta dos dados. Todas as participantes que concordaram em participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Primeiramente, foi realizado um contato com o responsável pelo espaço para o agendamento de uma reunião, na qual foi apresentada a proposta da pesquisa. Havendo concordância na realização da pesquisa, esta foi apresentada a cada idoso.⁴

O questionário geral foi elaborado pela pesquisadora a fim de coletar os dados pessoais, como diagnóstico de doenças, escolaridade e ocupação atual, assim como fazer perguntas de caráter exclusivo. O questionário internacional de atividade física foi validado por Mazo e Benedetti (2010) e direcionado para idosos brasileiros. Os níveis são definidos pelo tempo gasto na semana (minutos por semana), somando-se o tempo gasto com as atividades físicas desenvolvidas no trabalho, lazer, atividades domésticas e locomoção, conforme seguem: menos ativo: abaixo de 150 min./sem.; mais ativo: igual ou superior a 150 min./sem.

Foi utilizado o programa Excel para fazer a análise estatística descritiva dos dados. Este projeto foi aprovado na Comissão Científica do Instituto de Geriatria e Gerontologia (IGG) da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS) e no Comitê de Ética em Pesquisa da PUCRS. Aos participantes foi entregue o TCLE, descrito com linguagem acessível à interpretação do sujeito. Nele constam os objetivos do estudo, procedimentos adotados, riscos, a assistência em caso de algum trauma, responsabilidade e garantia de sigilo da identidade dos sujeitos. Os participantes ficam isentos de qualquer custo, tendo liberdade de abandonar a pesquisa a qualquer momento sem prejuízo para si. Como a pesquisa envolve seres humanos, serão observadas as diretrizes para proteção dos direitos dos envolvidos no estudo conforme critério estabelecido pela Resolução n. 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os principais resultados do presente estudo estão apresentados nas Tabela 1, 2 e 3, que apresentam respectivamente a caracterização da amostra, o nível de atividade física de idosos do sexo masculino participantes de grupo de idosos e o tempo gasto sentado.

Tabela 1 – Caracterização da amostra

Caracterização da amostra n=19		
Variáveis	n	%
Idade (anos) – média	74	
Faixa etária		
60-69 anos	7	37
70-79 anos	5	26
80 anos ou mais	7	37
Nível de escolaridade		
Analfabeto	1	5
Ensino Fundamental incompleto	6	32
Ensino Fundamental completo	3	16
Ensino Médio incompleto	1	5
Ensino Médio completo	6	32
Ensino Superior	2	10
Estado civil		
Casado/morando junto	13	68
Separado/solteiro/viúvo	6	32
Doenças		
Próstata	2	10
Artrite/artrose	3	16
Osteoporose	5	26
Tireoide	3	16
Dislipidemia	3	16
Hipertensão arterial sistêmica	9	47
Diabetes	1	5

Fonte: a autora (2018).

A Tabela 1 demonstra que a média de idade dos 19 homens pesquisados é de 74 anos de idade. Sete homens com idade de 60 a 69 anos ou com 80 anos ou mais; cinco homens de 70 a 79 anos.

Diferentemente do nível de escolaridade demonstrado em pesquisa realizada apenas com mulheres, em que a maioria apresentava baixa escolaridade (BENEDETTI; MAZO; BORGES, 2012), a escolaridade dos homens participantes do presente estudo é mais equilibrada: 37% dos sujeitos com baixa escolaridade (5% de analfabetos e 32% com Ensino Fundamental incompleto); com Ensino Fundamental completo, 16%; Ensino Médio incompleto, 5%; Ensino Médio completo, 32%; e Ensino Superior, 10%. Tal informação reforça a importância de investigar os homens, pois esses apresentam características gerais diferentes das mulheres, mesmo ao investigar a população idosa.

Em relação ao estado civil, 68% deles eram casados ou moravam junto, 32% eram solteiros, viúvos ou separados. Borges *et al.* (2008) destacam que normalmente nos grupos de convivência para idosos existem mais mulheres viúvas do que homens, visto que eles apresentam menor expectativa de vida e longevidade.

Sobre as principais doenças que os acometem, 47% relataram hipertensão, seguida de osteoporose, com 26%, dislipidemia, artrite/artrose e problemas relacionados à tireoide, com 16% cada, próstata, 10%, e diabetes, 5%. Tais informações vão ao encontro de estudos realizados com homens e mulheres (PINHEIRO *et al.*, 2002) ou apenas mulheres, favorece a compreensão de que a hipertensão é uma doença crônica predominante e característica dessa fase da vida, independentemente do sexo. Veras (2011) destaca que doenças crônicas não regredem, fator que deve favorecer a busca de ações que possam desacelerar sua progressão, o que pode reduzir a incapacidade desse grupo populacional.

Além disso, é amplamente reconhecido na literatura científica a relação direta da hipertensão arterial e o risco aumentado da morbimortalidade, por isso atentar para esse tipo de informação poderá auxiliar no conhecimento do grupo específico e na elaboração de programas de prevenção e/ou promoção da saúde mais adequados.

Tabela 2 – Nível de atividade física de idosos do sexo masculino participantes do grupo de idosos

IPAQ (>150 min/sem)	N	%
Trabalho	4	21
Meio de transporte	14	74
Tarefas domésticas	9	47
Lazer	12	63

Fonte: a autora (2018).

Embora o aumento mundial de pessoas com mais idade seja uma realidade, os idosos ainda estão propensos à perda da qualidade de vida. Tais perdas são provocadas, em parte, pelas variadas condições socioeconômicas e devido à presença de doenças e à diminuição das capacidades físicas e funcionais provocados pelo estilo de vida com pouca ou nenhuma atividade física (CAMARANO, 2003).

Quanto ao grupo estudado, os dados do presente estudo indicam que os participantes são considerados fisicamente ativos. Ou seja, em relação à prática de atividade física, conforme a Tabela 2, ela se dá no trabalho para 21% dos idosos, que realizam mais de 150 min./sem., sendo considerada de intensidade moderada; 74% deles realizam atividade física como meio de transporte, sendo de intensidade moderada, por mais de 150 min./sem.; e 47% deles realizam tarefas domésticas em casa por mais de 150 min./sem., também considerada atividade de intensidade moderada; e 63% dos idosos realizam atividade de lazer moderadamente por mais de 150 min./sem.

Os resultados mostram que nos domínios *trabalho* e *tarefas domésticas* a maioria dos sujeitos realiza atividades abaixo do recomendado, ou seja, é maior do que 150 min./sem. Essa informação reforça a afirmação de Benedetti, Mazo e Borges (2012) de que idosos participantes de grupos de convivência, em sua maioria, são considerados ativos fisicamente. As pesquisas apontam os benefícios físicos, funcionais, fisiológicos, psicológicos e sociais que a prática de atividade física pode proporcionar ao indivíduo durante o envelhecimento. (ELWARD *et al.*, 1992; MATSUDO *et al.*, 2003; NELSON *et al.*, 2007; STEWART *et al.*, 2001; ZAGO; GOBBI, 2003). A prática da atividade física regular pode atenuar a degeneração provocada pelo processo de envelhecimento nos domínios físicos, psicológicos e sociais. (CAPODAGLIO *et al.*, 2007; KACZOR *et al.*, 2006; MATSUDO *et al.*, 2004; NELSON *et al.*, 2007; PENEDO; DAHN, 2005; STRUCK; ROSS, 2006).

De acordo com Matsudo (2001) e Okuma (1998), a capacidade funcional é considerada requisito primordial para a habilidade do idoso de viver em condições de

independência, podendo, dessa forma, realizar tarefas simples e complexas do cotidiano sem necessitar da ajuda de ninguém. Pode-se perceber que, no grupo investigado, o domínio em que estão mais ativos é o meio de transporte, o que indica o nível de autonomia e capacidade funcional desse grupo em especial.

A prática da atividade física está relacionada a benefícios de ordem objetiva, como a independência física, que é fundamental para que o idoso possa realizar suas atividades corriqueiras do dia a dia sem necessitar da ajuda de outros, e isso implica em benefícios de ordem subjetiva e psicológica, como, por exemplo, a autoestima e autoconfiança (OKUMA, 1998; ROGATTO; GOBBI, 2001). Além disso, há estudos que demonstram que o engajamento social beneficia os idosos para aderirem ao programa de atividade física mais que a própria indicação médica (CARDOSO *et al.*, *apud* SILVA JUNIOR; VELARDI, 2008). Mazo *et al.* (*apud* SILVA JUNIOR; VELARDI, 2008) enfatizam essa proposição com a afirmação de que a atividade física colabora para a formação de redes sociais.

Como o presente estudo só investigou a característica de homens, destaca-se que essa investigação busca conhecer as particularidade e peculiaridades destes, com o intuito de promover melhorias a esse grupo, que tem menor expectativa de vida se comparado às mulheres. Embora os homens idosos formem um menor grupo populacional, merecem atenção e incentivo quanto às práticas de atividades físicas, quer seja buscando melhorias no lazer e na saúde, quer seja na socialização e qualidade de vida.

Erbolatto (2006) afirma que na velhice é normal que exista uma diminuição dos contatos sociais, provocando estado de solidão nos idosos. No entanto, o engajamento de indivíduos dessa faixa etária em programas de atividades físicas poderá proporcionar a ampliação do círculo de amizades e, dessa forma, contribuir no processo de integração social, elevando a autoestima do idoso (DEBERT, 1999).

Tabela 3 – Tempo gasto sentado por idosos do sexo masculino participantes do grupo de idosos

Tempo gasto sentado	
Um dia da semana	11
Um dia de final de semana	7

Fonte: a autora (2018).

Relacionado ao tempo gasto sentado, conforme a Tabela 3, em um dia da semana, 55% deles gastam em média de 180 min./sem., e em um dia de final de semana, 35% gastam em média 190 min./sem. O envelhecimento traz uma diminuição do nível de atividade física, como mostram os estudos de Ingram (2000) e Al-hazzaa (2007), porém as evidências epidemiológicas demonstram que a prática de atividade física regular e a adoção de um estilo de vida ativo são aspectos importantes durante o envelhecimento e poderão influenciar na prevenção de diversas doenças (ACSM, 1999; GUISELINI, 2004; MENDONÇA *et al.*, 2004, *apud* SILVA JUNIOR; VELARDI, 2008).

Há que se considerar que os estudos sobre envelhecimento iniciaram com a medicina, orientando a atividade física aos idosos como fator de boa qualidade de vida. Segundo Leme (1999), na sociedade medieval, o saber médico manteve como base a perspectiva galênica, centralizando-se em medidas higienistas não só individuais como também relativas à população.

Apesar de o campo das áreas pautadas em conhecimentos oriundos das ciências da saúde inaugurarem a perspectiva do envelhecimento, outras áreas científicas passaram a se

preocupar com as pessoas que estão envelhecendo, abordando aspectos psicológicos, sociais e culturais do processo, os quais paulatinamente começam a ganhar ênfase nas pesquisas. Estudiosos sobre a pessoa que envelhece enfatizam que o envelhecimento pode ser determinado por vários fatores, incluindo os biológicos, mas será caracterizado e terá sentido pelo contexto sócio-histórico que está inserido (PEIXOTO, 1998; MERCADANTE, 1996; DEBERT; 1999, *apud* BARROS; CASTRO, 2002).

A Educação Física vem focando nessa população, com isso espera-se ampliar a qualidade técnico-científica no que se refere ao envelhecimento humano em todos os aspectos. Segundo Salin *et al.* (2011, p. 202), “é função dos profissionais da saúde, educadores, líderes comunitários e políticos minimizarem as barreiras e ampliarem em quantidade e diversidade os fatores facilitadores de adesão às práticas de atividade física”. Dessa forma, tanto os profissionais da Educação Física como os geriatras recomendam atividades físicas com intenção de minimizar patologias próprias da velhice, indicando tipo de exercício, intensidade, frequência e duração necessária para obtenção ou manutenção da saúde e bem-estar corporal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo identificou que os idosos investigados apresentam idade média de 74 anos, em sua maioria são alfabetizados e estão ainda casados ou morando junto com seu cônjuge. Além disso, a principal doença crônica não transmissível comum a essa população é a hipertensão arterial sistêmica, seguida pela osteoporose.

Referente ao nível de atividade física, apenas 20% deles realizam atividade física de intensidade moderada por mais de 150 min./sem.; dentre os domínios investigados, destaca-se a atividade física relacionada ao meio de transporte, realizada por 74% dos idosos. Quanto ao tempo gasto sentado em um dia da semana, 55% deles gastam em média 180 min/sem.

Ao observar tais características, destaca-se que, de forma geral, os idosos aparentam ter autonomia e apresentam um nível de atividade física em ascensão.

REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, A. R. *et al.* Análise comparativa: qualidade de vida entre idosas praticantes e não praticante de atividade física em Terezina/Piauí. **Gestão & Saúde**, v. 6, n. 1, p. 379-389, 2015.

AL-HAZZAA, H. M. Health-enhancing physical activity among Saudi adults using the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). **Public Health Nutrition**, v. 10, n. 1, p. 59-64, 2007. doi: 10.1017/S1368980007184299.

ARAÚJO, C. G. S. Biologia do envelhecimento e exercício físico: algumas considerações. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL SOBRE ATIVIDADES FÍSICAS PARA A TERCEIRA IDADE, Rio de Janeiro, 2000. **Anais...** Universidade Estadual do Rio de Janeiro, 2000.

BARROS, R. D. B.; CASTRO, Adriana M. Terceira idade: o discurso dos experts e a produção do “novo velho”. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 4, p. 113-124, 2002.

BENEDETTI, T. R. B.; MAZO, G. Z.; BORGES, L. J. Condições de saúde e nível de atividade física em idosos participantes e não participantes de grupos de convivência de Florianópolis. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 8, p. 2087-2093, 2012. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232012000800019>.

BORGES, P. L. C. *et al.* Perfil dos idosos frequentadores de grupos de convivência em Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. **Caderno Saúde Pública**, v. 24, n. 12, p. 2798-2808, 2008. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2008001200008>.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Mudança demográfica no Brasil no início do século XXI**: subsídios para as projeções da população. Rio de Janeiro, 2015.

_____. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Censo Demográfico 2010**. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

_____. **Lei n. 8.842, de 4 de janeiro de 1994**. Dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/CCivil_03/Leis/L8842.htm. Acesso em: 20 out. 2018.

CAMARANO, A. A. Mulher idosa: suporte familiar ou agente de mudança? **Estudos avançados**, v. 17, n. 49, 2003. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-40142003000300004>.

CAMARGOS, M. C. S.; PERPÉTUO, I. H. O.; MACHADO, C. J. Expectativa de vida com incapacidade funcional em idosos em São Paulo, Brasil. **Revista Panamericana de Salud Publica**, v. 175, n. 5/6, p. 379-386, 2005.

CAMARGOS, M. C. S.; RODRIGUES, R. N.; MACHADO, C. J. Expectativa de vida saudável para idosos brasileiros, 2003. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 14, p. 1903-1909, 2009. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232009000500032>.

CAPODAGLIO, P.; CAPODAGLIO EDDA, M.; FACIOLI, M.; SAIBENE, F. Long-term strength training for community dwelling people over 75: impact on muscle function, functional ability and life style. **European Journal of Applied Physiology**, v. 100, n. 5, p. 535-542, 2007.

CASAROTTO, V. J. **Relações entre atividade física, sintomatologia depressiva e autopercepção do envelhecimento em idosas socialmente ativas do município de Porto Alegre-RS**. 2017. 62 f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia Biomédica) – Escola de Medicina, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2017.

CASPERSEN, C. J.; KRISKA, A. M.; DEARWATER, S. R. Physical activity epidemiology as applied to elderly populations. **Baillieres Clin Rheumatol**, v. 8, n. 1, p. 7-27, 1994.

CIVINSKI, C.; MONTIBELLER, A.; BRAZ, A. L. de O. A importância do exercício físico no envelhecimento. **Revista da Unifebe**, v. 9, p. 163-175, 2011.

DEBERT, G. G. **A reinvenção da velhice**: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo: Fapesp, 1999.

ELWARD, K. S.; WAGNER, E. H.; LARSON, E. B. Participation by sedentary elderly persons in an exercise promotion session. **Family Medicine**, v. 24, n. 8, p. 607-612, 1992.

ERBOLATO, R. M. P. L. Relações sociais na velhice. In: FREITAS, E. V. *et al.* (Eds.). **Tratado de geriatria e gerontologia**. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p. 1331-1342.

FEIJÓ, O. G. **Corpo e movimento: uma psicologia para o esporte**. Rio de Janeiro: Shape, 1992.

FRAIMAN, A. P. **Coisas da idade**. São Paulo: Editora Gente, 1995.

INGRAM, D. K. Age-related decline in physical activity: generalization to nonhumans. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 32, n. 9, p. 1623-1629, 2000.

KACZOR, J. J. *et al.* The effect of aging on anaerobic and aerobic enzyme activities in human skeletal muscle. **The Journals of Gerontology. Series A, Biological Sciences and Medical Sciences**, v. 61, n. 4, p. 339-344, 2006.

LEME, L. E. G. A gerontologia e o problema do envelhecimento: visão histórica. In: PAPALÉO NETTO, M. **Gerontologia – a velhice e o envelhecimento em visão globalizada**. São Paulo: Atheneu, 1999. p. 13-25.

MATSUDO, S. M. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 7, n. 1, p. 2-13, 2001.

MATSUDO, S. M.; MARIN, R. V.; FERREIRA, M. T.; ARAÚJO, T. L. MATSUDO, Victor K. R. Estudo longitudinal-tracking de 4 anos – da aptidão física de mulheres da maioria fisicamente ativas. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 12, n. 3, p. 47-52, 2004.

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R.; NETO, T. L. B.; ARAÚJO, T. L. Evolução do perfil neuromotor e capacidade funcional de mulheres fisicamente ativas de acordo com a idade cronológica. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte**, v. 9, n. 6, 2003.

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R.; MARIN, R. V. Atividade física e envelhecimento saudável. **Diagnóstico & Tratamento**, v. 13, n. 3, p. 142-147, 2008.

MATSUSO, S. M.; MATSUSO, V. K. R.; BARROS NETO, Turíbio L. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 7, n. 1, 2001. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-86922001000100002>.

_____. Impacto do envelhecimento nas variáveis antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 8, n. 4, p. 21-32, 2000.

MAZO, G. Z.; LOPES, M. A.; BENEDETTI, T. B. **Atividade física e o idoso: concepção gerontológica**. 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 2009.

MAZO, G. Z.; BENEDETTI, T. R. B. Adaptação do questionário internacional de atividade física para idosos. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 12, n. 6, p. 480-484, 2010. doi: <http://dx.doi.org/10.5007/1980-0037.2010v12n6p480>.

MERCADANTE, E. Aspectos antropológicos do envelhecimento. In: PAPALÉO NETTO, M. **Gerontologia – a velhice e o envelhecimento em visão globalizada**. São Paulo: Atheneu, 1996. p. 73-76.

MORAES, E. N. de. **Princípios básicos de geriatria e gerontologia**. Belo Horizonte: Coopmed, 2009.

MORAGAS, R. **Gerontologia social: envelhecimento e qualidade de vida**. 3. ed. São Paulo: Paulinas, 2010.

MOTTA, A. B. da. Visão antropológica do envelhecimento. In: FREITAS, Elizabete Viana, PY Ligia; NÉRI Anita Liberalesso; CANÇADO, Flávio Aluízio Xavier; GORZONI, Milton Luiz; ROCHA, Sonia Maria da. **Tratado de geriatria e gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p. 78-82.

NELSON, M. E. *et al.* Physical Activity and Public Health in Older Adults Recommendation From the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Circulation*. **Journal of the American Heart Association**, v. 116, p. 1094-1105, 2007.

NELSON, M. E.; REJESKI, W. J.; BLAIR, S. N.; DUNCAN, P. W.; JUDGE, J. O.; KING, A. C.; MACERA, C. A.; CASTANEDASCEPPA, C. Physical Activity and Public Health in Older Adults Recommendation From the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Circulation*. **Journal of the American Heart Association**, v. 116, p. 1094-1105, 2007.

NERI, A. L. (Org.). **Qualidade de vida na idade madura**. 5. ed. Campinas: Papirus, 2003.

OKUMA, S. S. Cuidados com o corpo: um modelo pedagógico de educação física para idosos. In: FREITAS, E. V.; PY, L.; NERI, A. L.; CANÇADO, F. A. X.; GORZONI, M. L.; ROCHA, S. M. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. p. 1092-1100.

_____. **Investigando o significado da atividade física para o idoso. O idoso e a atividade física**. Campinas: Papirus, 1998.

PAPALÉO NETO, M. **Tratado de gerontologia**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2007.

PENEDO, F. J.; DAHN, J. R. Exercise and well-being: a review of mental and physical health benefits associated with physical activity. **Current Opinion in Psychiatry**, v. 18, n. 2, p. 189-193, 2005.

PINHEIRO, R. S.; VIACAVA, F.; TRAVASSOS, C.; BRITO, A. S. Gênero, morbidade, acesso e utilização de serviços de saúde no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 7, n. 4, p. 687-707, 2002.

RODRIGUES, M. C. **O lazer e o idoso: uma possibilidade de intervenção**. 100 f. 2002. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas, 2002.

ROGATTO, G. P.; GOBBI, S. Efeitos da atividade física regular sobre parâmetros antropométricos e funcionais de mulheres jovens e idosas. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 3, n. 1, p. 63-69, 2001.

ROWE, J. W.; KAHN, R. L. Successful aging. **The Gerontologist**, v. 37, p. 433-440, 1997. doi: <https://doi.org/10.1093/geront/37.4.433>.

SALIM, M. S.; MAZO, G. Z.; CARDOSO, A. S.; GARCIA, G. S. Atividade física para idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 14, n. 2, p. 197-208, 2011. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-98232011000200002>.

SILVA JÚNIOR, Arestides P.; VELARDI, Marília. Os benefícios da prática regular de atividade física no processo de envelhecimento. **Caderno de Educação Física**, v. 7, n. 13, p. 63-69, 2008.

STEWART, A. L. *et al.* Physical activity outcomes of CHAMPS II: a physical activity promotion program for older adults. **The Journals of Gerontology. Series A, Biological Sciences and Medical Sciences**, v. 56, n. 8, p. M465-M470, 2001.

STRUCK, B. D.; ROSS, K. M. Health promotion in older adults. Prescribing exercise for the frail and home bound. **Geriatrics**, v. 61, n. 5, p. 22-27, 2006.

VERAS, R. P. Estratégias para o enfrentamento das doenças crônicas: um modelo em que todos ganham. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 14, n. 4, p. 779-786, 2011. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-98232011000400017>.

_____. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. **Revista de Saúde Pública**, v. 43, n. 3, p. 548-554, 2009. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102009005000025>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Tradução de Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf. Acesso em: 20 out. 2018.

ZAGO, A. S.; GOBBI, S. Valores normativos de aptidão funcional de mulheres de 60 a 70 anos. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 11, n. 2, p. 77-86, 2003.

ESPORTE E EDUCAÇÃO: as contribuições pedagógicas do voleibol nos anos finais do ensino fundamental

Jakson Pereira¹

Veronica Jocasta Casarotto²

Resumo: O desenvolvimento dos educandos durante a educação básica é um processo dinâmico e diverso. O tema deste trabalho é o esporte, especificamente o voleibol, e suas aplicações nos anos finais do Ensino Fundamental, considerando a complexa estrutura de formação nessa etapa de ensino. A disciplina de educação física busca desenvolver as habilidades físicas, psicológicas e sociais, pois caracteriza-se como um conjunto de ferramentas pedagógicas para o desenvolvimento de uma educação corporal. Dentre as atividades desenvolvidas na escola está o voleibol. Diante disso, objetiva-se neste estudo analisar o contexto histórico da educação física, de maneira geral, e, de maneira específica, o voleibol como prática pedagógica e suas contribuições nos processos de formação do educando. O tema justifica-se pela necessidade de discorrer sobre os benefícios do voleibol como prática pedagógica esportiva, importante para a integração social e o desenvolvimento psicomotor dos estudantes. Com vistas a alcançar os objetivos propostos, foi realizada uma pesquisa bibliográfica em obras de autores especialistas da área. Conclui-se, pela análise do conteúdo exposto no decorrer do trabalho, que a utilização do voleibol de maneira planejada pelo professor possibilita ao educando aprendizagens individuais e coletivas, estimulando o cuidado pessoal e a melhoria do convívio em sociedade.

Palavras-chave: Esporte; Voleibol; Educação; Prática Pedagógica.

Abstract: The development of learners during basic education is a dynamic and diverse process. The theme of this work is sport, specifically volleyball, and its applications in the final years of elementary school, considering the complex structure of training in this stage of education. The discipline of physical education seeks to develop physical, psychological and social skills, as it is characterized as a set of pedagogical tools for the development of a body education. Among the activities developed at the school is volleyball. Given this, the objective of this study is to analyze the historical context of physical education, in general, and specifically, volleyball as a pedagogical practice and its contributions in the processes of formation of the student. The theme is justified by the need to discuss the benefits of volleyball as a sport pedagogical practice, important for the social integration and psychomotor development of students. In order to achieve the proposed objectives, a bibliographic research was performed in works by experts in the field. It is concluded, through the analysis of the content exposed during the work, that the use of volleyball in a way planned by the teacher enables the student to learn individual and collective learning, stimulating personal care and improving social life.

Keywords: Sport; Volleyball; Education; Pedagogical Practice.

¹Graduando em Educação Física pela Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína/MT. E-mail:

²Professora Coordenadora do curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína/MT. E-mail: veronica_casarotto@hotmail.com

INTRODUÇÃO

Atualmente, ao se tratar da educação básica no Brasil, cabe destacar os processos formativos do educando durante sua trajetória escolar, uma vez que novas orientações vêm sendo inseridas nos currículos e que fazem repensar a atuação do professor no ambiente escolar. Nas aulas de educação física, essas mudanças tornaram-se evidentes, visto que permitem ao educando conhecer novas modalidades de esportes, bem como usar estes para seu desenvolvimento motor, psicológico e social.

O tema central deste trabalho é o esporte e suas aplicações na educação básica, mais precisamente nos anos finais do Ensino Fundamental, dando ênfase ao voleibol como ferramenta pedagógica de construção do processo de aprendizagem durante a educação. Essa temática justifica-se pela necessidade de discorrer sobre os benefícios do uso do voleibol como prática pedagógica esportiva, visto que a dinâmica proporcionada por esse esporte pode influenciar no desenvolvimento do educando, cabendo ao professor utilizá-lo como meio de integração social e desenvolvimento psicomotor. Essa abordagem corrobora a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que “é um documento de caráter normativo que define o conjunto orgânico e progressivo de *aprendizagens essenciais* que todos os alunos devem desenvolver ao longo das etapas e modalidades da Educação Básica” (BRASIL, 2018, p. 7).

Este estudo tem como objetivo geral analisar o voleibol como ferramenta pedagógica esportiva e suas contribuições para a formação do educando nos anos finais do Ensino Fundamental. A partir deste, como objetivos específicos, apresenta: demonstrar como o esporte influenciou na formação da disciplina de Educação Física, explorar o voleibol como atividade física e prática pedagógica e analisar as contribuições do voleibol nos processos educacionais. Para isso, faz-se uma pesquisa bibliográfica em autores especialistas da área, visando conhecer e analisar as principais contribuições teóricas existentes sobre um determinado assunto, tema ou problema (PRETI, 2000). Utilizam-se como bases de dados: Portal de Periódicos da CAPES, SCIELO, Google Scholar e MEDLINE. Com base nessas referências e após a análise do material, elaborou-se um texto reflexivo sobre a temática exposta.

O presente trabalho está estruturado em capítulos, em que, após esta introdução, o primeiro capítulo tem sua temática voltada para o esporte e a educação, o segundo foca no Voleibol, o terceiro traz uma análise das contribuições do voleibol nas aulas de educação física e, por fim, as considerações finais apresenta uma síntese das contribuições deste estudo, bem como apresenta alguns apontamentos levantados durante a pesquisa.

O ESPORTE E O DESENVOLVIMENTO HUMANO

O esporte sempre esteve presente na vida do ser humano, uma vez que tem relação com o desenvolvimento individual e coletivo das pessoas. Cabe destacar que as bases epistemológicas do esporte são as atividades físicas, sendo estas entendidas como qualquer movimentação corporal voluntária capaz de produzir um gasto energético acima dos níveis de repouso (NAHAS; GARCIA, 2010).

É relevante observar que a atividade física sempre fez parte do comportamento humano, sendo necessária para seu desenvolvimento orgânico e socioafetivo, além de ter tido nos tempos remotos um papel utilitário relevante, seja por meio da caça, fuga, luta ou busca por abrigo. Atualmente, mantém-se a necessidade de movimentação corporal por questões de saúde, de crescimento saudável e envelhecimento com mais autonomia (NAHAS; GARCIA, 2010).

O esporte é uma prática utilizada pelo ser humano desde a antiguidade, porém essa nomenclatura surgiu nos idos século XV devido ao processo de adaptação cultural na Europa Ocidental, como esclarece Melo (2010, p. 8):

A palavra “sport” parece ter sido pela primeira vez registrada na Inglaterra do século XV, originária do francês antigo “disport”, que curiosamente tinha como origem o latim “deportare”, que significava “enviar para fora” (daí é também originada a palavra *deportar*). Apreendida como “levar para longe dos negócios”, na França significava “diversão”, mas também era usada na acepção de prazer; na grande ilha acabou assumindo um sentido aproximado, de divertimento e até mesmo de travessura. A ideia de competição não era ainda explícita.

Ainda que o conceito de esporte tenha se originado apenas nesse século, o estudo de atividades físicas é mais antigo, uma vez que eram desenvolvidas nas diversas culturas milenares com a finalidade de promoção da saúde. Nahas e Garcia (2010) destacam relatos de estudiosos gregos em que eles fazem relação entre prática de exercícios e diversas doenças, que podem ser sintetizadas na afirmação atribuída a Hipócrates de que partes corporais que são habitualmente utilizadas tendem a se fortalecer, enquanto aquelas menos usadas ficam mais fracas e predispostas a doenças.

Como observado, desde a antiguidade a prática da atividade física esteve ligada ao desenvolvimento saudável, premissa que ganhou maior destaque no final do século XIX e início do século XX, tendo como base as pesquisas sobre exercícios físicos no tratamento de doenças e na recuperação de lesões. Os conhecimentos associados às práticas de atividades físicas foram remodelados, passando a serem vistas como atividade de condicionamento ou recuperação física utilizada por fisioterapeutas e profissionais de Educação Física de todo o mundo (NAHAS; GARCIA, 2010).

Starepravo e Marchi Júnior (2016) destacam que a construção da hegemonia do esporte em relação às demais atividades corporais, que teve início no século XV, guarda relação com a ideia de modernidade e progresso, uma vez que o esporte era a atividade corporal de movimento em pleno crescimento nos países desenvolvidos. Nesse sentido, observa-se que o esporte, mesmo antes de ser como é definido atualmente, possuía relação com as atividades físicas e de saúde.

Segundo Nahas e Garcia (2010), os avanços das pesquisas voltadas para a área da Educação Física trouxeram uma nova agenda para a pesquisa em atividade física e saúde, objetivando o desenvolvimento do esporte para as mudanças de hábitos, assim como o engajamento das questões pertinentes ao seu desenvolvimento cultural e prático.

Starepravo e Marchi Júnior (2016) contribuem afirmando que as práticas esportivas foram progressivamente inseridas no contexto social a partir do século XV nas sociedades do mundo pós-renascentista, porém no Brasil teve destaque apenas após o século XIX, iniciando na alta sociedade brasileira, por forte influência das culturas europeias. Isso ocorreu quando a elite letrada, diante de um passado marcado pelo estigma da escravidão, buscou novos padrões de sociabilidade e novas referências culturais na modernidade, utilizando o esporte como parte dessa nova cultura. Com essas mudanças socioculturais, o espaço escolar também sofreu influência (STAREPRAVO; MARCHI JÚNIOR, 2016).

Com vistas a retratar o esporte no mundo contemporâneo, mais precisamente a realidade brasileira, é relevante citar que, no ano de 1930, surgiram políticas públicas voltadas para o esporte que influenciaram sua consolidação como prática social. Essas políticas do Estado brasileiro no campo esportivo tinham a finalidade de criar um processo de construção de uma nova ordem política e social, que culminou com o fortalecimento do poder público (NAHAS; GARCIA, 2010).

Estudos mais qualificados, com melhor base teórica e abordagens metodológicas apropriadas para pesquisas populacionais, têm contribuído significativamente para o crescimento da pesquisa em atividade física e saúde no Brasil. Estudos de intervenção, avaliando a efetividade de ações e programas de promoção de comportamentos saudáveis, em

particular da atividade física e de hábitos alimentares, estão sendo publicados e podem servir como base para a formulação de novas políticas públicas (NAHAS; GARCIA, 2010).

Com a evolução das práticas de atividades físicas, bem como as pesquisas voltadas para o estudo dessa temática, as várias aplicações do esporte mostram-se efetivas. Nessa nova perspectiva, as atividades físicas passam a integrar os processos de formação do cidadão, começando assim os processos de educação física no ambiente escolar (ARAÚJO, 2015).

As atividades físicas, sejam na escola, em clubes esportivos ou em outros ambientes, têm ganhado destaque, por isso cada vez mais a educação física deverá estar presente, o que mostra as competências para o bem-estar e a saúde individual e coletiva. Esse novo cenário tem sua crescente baseada nas pesquisas médicas que demonstram a importância das atividades físicas para a saúde em todos os estágios da vida (NAHAS; GARCIA, 2010).

Nesse contexto, pode-se afirmar que os esportes contribuem para formar cidadãos que saibam a importância dos relacionamentos, uma vez que nas dinâmicas das relações interpessoais cada indivíduo tem diferentes emoções, fazendo surgir as mais variadas interações. Cabe ainda destacar que o esporte tem a finalidade de promover o espírito do jogo limpo, respeito às regras e a consciência dos próprios limites, da saúde e do meio ambiente, estimulando que se dê sempre o melhor de si, tanto nas competições como na vida (ARAÚJO, 2015).

TIPOLOGIA ESPORTIVA: CLASSIFICAÇÕES DE ALTO RENDIMENTO

Segundo Bellini (2018), os mais variados tipos de esportes invadem as quadras, os campos e a vida individual e/ou coletiva, despertando sentidos de competitividade e vitória. Nesse contexto, cabe destacar que o esporte não possui definição única e precisa, e sim um conjunto de condições que define uma atividade física como esporte:

[...] parece que há três condições a considerar no desenvolvimento de uma definição de esporte: 1 – Esporte refere-se a tipos específicos de atividades; 2 – Esporte depende das condições sob as quais as atividades acontecem; 3 – Esporte depende da orientação subjetiva dos participantes envolvidos nas atividades (BARBANTI, 2006, p. 54).

Como observado na exposição supracitada, pode-se afirmar que o esporte possui tipologias distintas, visto que se refere a atividades motoras vinculadas integralmente às atividades físicas. Assim, é possível afirmar que

O termo *esporte* refere-se a qualquer modalidade que esteja vinculada a federações ou confederações esportivas. A confederação é um órgão regulamentador que visa fixar regras que auxiliem na prática esportiva e nas competições. Portanto, para ser considerado um praticante de esporte é preciso: 1 – seguir regras fixas; 2 – estar subordinado a um órgão oficial; 3 – ser uma atividade competitiva; 4 – ter incentivo compensatório (BELLINI, 2018).

Com base nos autores referidos, cabe apresentar a classificação dos esportes segundo suas modalidades, destacando que, dentre as inúmeras atividades físicas, não é possível a classificação de todas, mas, sim, uma organização baseada em premissas definidas, como mostra o Quadro 1, na sequência.

Quadro 1 – Modalidades de esporte

Modalidades	Características	Exemplos
Individuais	Os esportes individuais são aqueles praticados por um único esportista, com base em desenvolvimento de sua personalidade e preparo físico e psicológico para desenvolver a confiança, perseverança, motivação e segurança.	Natação, corrida, ciclismo e surfe.
Coletivos	Os jogos coletivos institucionalizados são realizados em duplas ou em grupo, tendo como estratégia o desenvolvimento humano e os fatores pedagógicos e interativos.	Futsal, basquete, handebol e voleibol.
Esportes de luta	Essa modalidade esportiva é uma das mais antigas da história da humanidade, podendo ser resumida na competição física entre os indivíduos, podendo sofrer variações conforme a localização geográfica, os costumes e as culturas.	Jiu-Jitsu, karatê, muay thai e boxe.
Danças	As danças são competitivas, tendo como público maior as mulheres, e está ligada à precisão e coreografias, exigindo do praticante preparos físico e psicológico.	Dança de salão, dança esportiva, dança do ventre e balé.

Fonte: Adaptado de Bellini (2018).

Segundo Barbanti (2006), independentemente de sua modalidade, o esporte é uma atividade competitiva institucionalizada, que tem como requisito de seus praticantes esforço físico vigoroso ou o uso de habilidades motoras relativamente complexas, além de concentração e outras habilidades de natureza psicológica, cuja participação é motivada por uma combinação de fatores intrínsecos e extrínsecos.

Cabe destacar que o esporte pode assumir características específicas com relação ao local onde será praticado, bem como quanto às necessidades dos praticantes. Essas adaptações não implicam mudanças nas regras oficiais das federações desportivas, uma vez que a finalidade é proporcionar a prática do esporte, como, por exemplo, nos esportes paraolímpicos, em jogos escolares etc.

ESPORTE NO AMBIENTE ESCOLAR: A EDUCAÇÃO FÍSICA

Com a inserção da disciplina de educação física no currículo escolar, vários documentos foram elaborados a fim de nortear o desenvolvimento desta. Podemos destacar os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), que têm a finalidade de garantir a prática efetiva de atividades e/ou adaptações necessárias para o alcance dos seus objetivos. Após a promulgação da Constituição Federal de 1988 e de diversos documentos relacionados a essa questão, em 2018 o Estado brasileiro apresentou um documento com orientações que sintetizam todos os outros documentos anteriores, a BNCC, que visa garantir o conjunto de aprendizagens essenciais aos estudantes brasileiros, com desenvolvimento integral por meio de competências gerais para a Educação Básica (BRASIL, 2018).

A Educação Básica em todos os seus níveis e em seus processos gerais tem o objetivo de promover a formação do indivíduo. Nesse contexto, a disciplina de educação física

enquadra-se como componente de desenvolvimento motor e da linguagem corporal, uma vez que promove maior interação com os processos de educação corporal (MELO, 2010).

A Educação Física é o componente curricular que tematiza as práticas corporais em suas diversas formas de codificação e significação social, entendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história. Nessa concepção, o movimento humano está sempre inserido no âmbito da cultura e não se limita a um deslocamento espaçotemporal de um segmento corporal ou de um corpo todo (BRASIL, 2018, p. 213).

Coquerel (2012) destaca que a disciplina de educação física foi inserida no currículo escolar com a finalidade de promover o desempenho físico dos alunos. No Brasil, ela foi introduzida, ainda no Período Imperial, em algumas escolas públicas e, atualmente, é componente curricular obrigatório da Educação Básica com suas diversas finalidades de desenvolvimento (BRASIL, 2018).

Essa perspectiva da educação física na Educação Básica está pautada nos documentos oficiais norteadores da educação no Brasil, sendo três elementos fundamentais comuns às práticas corporais: movimento corporal como elemento essencial; organização interna, na qual utiliza-se da lógica específica; e produto cultural vinculado com o lazer/entretenimento e/ ou o cuidado com o corpo e a saúde (BRASIL, 2018).

O esporte dentro do ambiente escolar tem a finalidade de promover a cooperação e interação com o adversário, o desenvolvimento do desempenho motor e a apreensão dos objetivos táticos da ação, o que possibilita a distribuição das modalidades esportivas em categorias, privilegiando as ações motoras intrínsecas e reunindo esportes que apresentam exigências motrizes semelhantes no desenvolvimento de suas práticas (BRASIL, 2018). De acordo com a BNCC, o fato de o esporte no ambiente escolar ser classificado em categorias proporciona um maior aproveitamento do tempo e espaço dentro das escolas, permitindo ao educando conhecer um maior número possível de esportes, visto que essa nova organização facilita a compreensão do que caracteriza cada uma das categorias esportivas.

A BNCC (2018) classifica as modalidades esportivas em sete categorias, sendo estas detalhadas no Quadro 2, a seguir.

Quadro 2 – Categorias das modalidades esportivas segundo a BNCC

Categorias	Características
Marca	Conjunto de modalidades que se caracterizam por comparar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos.
Precisão	Conjunto de modalidades que se caracterizam por arremessar/lançar um objeto, procurando acertar um alvo específico, estático ou em movimento.
Técnico-combinatório	Reúne modalidades nas quais o resultado da ação motora comparado é a qualidade do movimento segundo padrões técnico-combinatórios.
Rede/quadra dividida ou parede de rebote	Reúne modalidades que se caracterizam por arremessar, lançar ou rebater a bola em direção a setores da quadra adversária nos quais o rival seja incapaz de devolvê-la da mesma forma ou que leve o adversário a cometer um erro dentro do período em que o objeto do jogo está em movimento.

Conclusão

Categorias	Características
Campo e taco	Categoria que reúne as modalidades que se caracterizam por rebater a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases, enquanto os defensores não recuperam o controle da bola.
Invasão ou territorial	Conjunto de modalidades que se caracterizam por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo.
Combate	Reúne modalidades caracterizadas como disputas nas quais o oponente deve ser subjugado, com técnicas, táticas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço, por meio de combinações de ações de ataque e defesa.

Fonte: Adaptado de Brasil (2018).

Como exposto na BNCC, o esporte ganha destaque dentro da disciplina de educação física, mostrando que a escola é um espaço privilegiado para a educação física em todos os seus aspectos, uma vez que o esporte proporciona diversas possibilidades de aprendizagem. Segundo Barbanti (2006), no ambiente escolar, o esporte depende de uma combinação de orientações subjetivas dos participantes, observando que isso ocorre pela motivação e satisfação baseadas nas recompensas externas. Sem estímulo, o esporte torna-se uma brincadeira, por isso deve ser praticado com vistas a alcançar resultados específicos.

Ressalta-se que as práticas corporais na escola devem ser reconstruídas com base em sua função social e suas possibilidades materiais. Isso significa dizer que as mesmas podem ser transformadas no interior da escola. Por exemplo, as práticas corporais de aventura devem ser adaptadas às condições da escola, ocorrendo de maneira simulada, tomando-se como referência o cenário de cada contexto escolar (BRASIL, 2018, p. 219).

Para Clazer e Guaita (2008), inicialmente, a prática dos exercícios nas aulas de educação física tinha a finalidade de promover a saúde e a educação por meio de hábitos saudáveis, cujo objetivo central é o desenvolvimento de uma sociedade adepta dos costumes higienistas e saudáveis, porém esses conceitos foram atualizados e aprimorados em conformidade ao desenvolvimento de pesquisas na área.

Quanto ao desenvolvimento da criança, Silva (2014) afirma que acontece principalmente por intermédio de atividades esportivas. Nessa perspectiva, as aulas devem estimular o desenvolvimento humano em todos os aspectos psicomotores do indivíduo, pois a criança precisa brincar para crescer, exercitar-se para desenvolver suas habilidades motoras. O jogo, portanto, atinge o ser humano em sua totalidade, desenvolvendo os aspectos cognitivo, psicomotor e afetivo-social.

Vygotsky (1989) destaca que a criança ao brincar reproduz uma atividade que envolve a cultura e a melhoria de seus valores, desenvolvendo seu lado intelectual. Por meio de atividades físicas, a criança começa a adquirir estímulos, habilidades e atitudes, que se tornam necessárias para sua vida social, podendo a criança adquirir, seguir ou, até mesmo, inventar algumas regras do jogo.

Para Silva (2014), as brincadeiras e os jogos esportivos tornam-se recursos didáticos de grande aplicação e valor no processo de ensino-aprendizagem, visto que o educando, aprende melhor brincando e jogando. É importante ressaltar que muito pode ser ensinado com atividades esportivas, portanto brincar e jogar sempre terão objetivos didático-pedagógicos e proporcionarão o desenvolvimento integral do educando.

EDUCAÇÃO FÍSICA NA ATUALIDADE: PERSPECTIVAS SOBRE A BNCC

Com a implementação da BNCC no ano de 2018, as atividades físicas no ambiente escolar ganharam critérios de seleção diversificados, como, por exemplo, as práticas corporais nas modalidades de esportes aquáticos e não aquáticos. Essa nova pertinência é justificada pela necessidade de experimentação pelos alunos, uma vez que práticas centradas na ambientação dos estudantes ao meio líquido permitem aprender, entre outros movimentos básicos, o controle da respiração, a flutuação em equilíbrio, a imersão e os deslocamentos na água (BRASIL, 2018).

A organização das unidades temáticas: brincadeiras, danças, jogos, esportes lutas, ginásticas ou atividades de aventura, as aulas devem priorizar o aprimoramento das lógicas intrínsecas (regras, códigos, rituais, sistemáticas de funcionamento, organização, táticas etc.) a essas manifestações, assim como trocam entre si e com a sociedade as representações e os significados que lhes são atribuídos (BRASIL, 2018, p. 219).

Com o objetivo de enriquecer as aulas de educação física em diversos aspectos, a BNCC traz o conceito de dimensões de conhecimento, com abordagens que tornem as aulas mais relevantes e significativas. Essas dimensões estão expressas no Quadro 3, a seguir.

Quadro 3 – Dimensões de conhecimento

Dimensão	Características
Experimentação	Refere-se à dimensão do conhecimento que se origina pela vivência das práticas corporais, pelo envolvimento corporal na realização destas.
Uso e apropriação	Refere-se ao conhecimento que possibilita ao estudante ter condições de realizar de forma autônoma uma determinada prática corporal.
Fruição	Implica a apreciação estética das experiências sensíveis geradas pelas vivências corporais, bem como das diferentes práticas corporais oriundas das mais diversas épocas, lugares e grupos.
Reflexão sobre a ação	Refere-se aos conhecimentos originados na observação e na análise das próprias vivências corporais e daquelas realizadas por outros. Vai além da reflexão espontânea, gerada em toda experiência corporal.
Construção de valores	Vincula-se aos conhecimentos originados em discussões e vivências no contexto da tematização das práticas corporais, que possibilitam a aprendizagem de valores e normas voltadas ao exercício da cidadania em prol de uma sociedade democrática. A produção e partilha de atitudes, normas e valores (positivos e negativos) são inerentes a qualquer processo de socialização.

Análise	Está associada aos conceitos necessários para entender as características e o funcionamento das práticas corporais (saber sobre).
Compreensão	Refere-se ao esclarecimento do processo de inserção das práticas corporais no contexto sociocultural, reunindo saberes que possibilitam compreender o lugar das práticas corporais no mundo.
Protagonismo comunitário	Refere-se às atitudes/ações e aos conhecimentos necessários para os estudantes participarem de forma confiante e autoral em decisões e ações orientadas a democratizar o acesso das pessoas às práticas corporais, tomando como referência valores favoráveis à convivência social.

Fonte: Adaptado de Brasil (2018).

Ao analisar as características da disciplina de educação física e as dimensões de conhecimento expostas no Quadro 3, percebe-se a importância de manter a integração das dimensões observando as características de cada escola, bem como sua realidade, levando-se em conta sua natureza vivencial, experiencial e subjetiva.

Segundo Coquerel (2012), como a educação física interfere em vários segmentos da sociedade, diversos desdobramentos na área de estudo e intervenção profissional são possíveis. Dessa forma, os documentos oficiais norteadores apresentam as principais concepções da educação física nacional, promovendo o debate acerca desse assunto com os profissionais da área e pessoas interessadas na temática.

O VOLEIBOL: CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA

Conforme expõe Pedrosa (2012), o voleibol surgiu da adaptação feita do jogo de tênis, nos Estados Unidos, no final do século XIX, sendo muito diferente de como é conhecido hoje. A Federação Paulista de Volleyball (FPV) guarda documentos que retratam a origem desse esporte, sendo uma confiável fonte de pesquisa sobre o tema.

O vôlei foi criado em 1895, pelo americano William G. Morgan, então diretor de educação física da Associação Cristã de Moços (ACM) na cidade de Holyoke, em Massachusetts, nos Estados Unidos. O primeiro nome deste esporte que viria se tornar um dos maiores do mundo foi mintonette (FPV, 2014).

No ano de 1896, durante uma conferência no Springfield College entre diretores de educação física dos Estados Unidos, houve a primeira demonstração de um jogo de voleibol. A partir desse dia, o jogo começou a difundir-se por Springfield e outras cidades de Massachusetts e Nova Inglaterra. Naquele mesmo ano, após a sugestão do Dr. Halstead, o jogo deixou de ser chamado de Mintonette para ser chamado de volleyball (FPV, 2014).

De acordo com Pedrosa (2012), no decorrer da história, o voleibol passou por inúmeras alterações, tanto na sua estrutura como em suas regras, porém cabe destacar que as maiores mudanças aconteceram, principalmente, em suas regras. Apesar disso, jamais foi descaracterizado, pois apenas obedeceu às transformações e necessidades do mundo contemporâneo. Atualmente, os jogos de voleibol possuem as seguintes características:

O voleibol é um esporte jogado por duas equipes em uma quadra de jogo d'vídua por uma rede. Há uma série de versões do jogo disponíveis, cada uma delas adaptadas a uma circunstância diferente de forma que o jogo possa se adaptar aos diferentes praticantes. O seu objetivo é enviar a bola, por cima da rede, de forma a fazê-la tocar parte do solo que esteja compreendido dentro da quadra adversária, ao tempo que sua equipe deve impedir o adversário ao mesmo intento. Cada equipe poderá usufruir de até três toques na bola (além do contato com o bloqueio) na tentativa de enviar a bola ao adversário (FIVB, 2016, p. 7).

Ainda segundo Pedroso (2012), o voleibol foi elevado à categoria de modalidade desportiva em seu apogeu, no ano de 1915, quando os órgãos governamentais, mediante resolução, recomendaram que fosse inserido nos programas de Educação Física nas escolas americanas. No Brasil, o voleibol ganhou destaque após a Confederação Brasileira de Desportos ter patrocinado o primeiro campeonato sul-americano, que foi possível graças ao apoio da Federação Carioca de Volleyball. Este aconteceu no ginásio do Fluminense, no Rio, entre 12 e 22 de setembro de 1951, sendo campeão o Brasil, no masculino e no feminino (FPV, 2014).

Após a realização do evento supracitado, o voleibol teve outro grande destaque histórico: sua integração nos Jogos Olímpicos.

Em setembro de 1962, no Congresso de Sofia, o volleyball foi admitido como esporte olímpico e a sua primeira disputa foi na Olimpíada de Tóquio, em 1964, com a presença de 10 países no masculino – Japão, Romênia, Rússia, Tchecoslováquia, Bulgária, Hungria, Holanda, Estados Unidos, Coreia do Sul e Brasil. O primeiro campeão olímpico de volleyball masculino foi a Rússia; a Tchecoslováquia foi a vice, e a medalha de bronze ficou com o Japão (FPV, 2014).

Para Pedroso (2012), o voleibol está em constante desenvolvimento, considerando suas estruturas físicas e econômicas, ganhando cada vez mais destaque devido às suas conquistas. Muitas equipes recebem grandes patrocínios de empresas, o que permite que atletas possam desenvolver-se gradualmente nas competições, como, por exemplo, a seleção brasileira de voleibol, que ostenta vários títulos. Além disso, o voleibol apresenta importantes adaptações, que levam em conta os diferentes ambientes e as diversas necessidades pessoais, destacando-se o Vôlei de quadra, o Vôlei de Praia, o Vôlei na Piscina (Biribol), o Vôlei paraolímpico nas modalidades em pé e sentado, bem como o Futevôlei (ARAÚJO, 2015).

ORGANIZAÇÕES E NORMATIZAÇÕES DO VOLEIBOL E SUAS APLICAÇÕES NA EDUCAÇÃO

De acordo com a Confederação Brasileira de Voleibol (CBV), as regras dos jogos não são estáticas e definitivas, pois são estabelecidas com períodos de vigências, sendo que as atuais regras possuem validade entre os anos de 2017 e 2020, aprovadas pelo 35º Congresso da Federação Internacional de Voleibol (FIVB, 2016).

O jogo de voleibol pode ser descrito da seguinte maneira:

Cada jogada se inicia com um saque: um toque inicial realizado por um jogador, denominado naquele momento sacador, enviando a bola por cima da rede em direção à quadra adversária. O *rally* prossegue até que a bola toque o solo em uma área que esteja compreendida dentro da quadra de jogo, seja “enviada para fora” ou quaisquer das equipes execute uma tentativa frustrada de retornar à bola ao adversário. A equipe que vencer o *rally* em jogo marca um ponto (Sistema de Pontos por *Rally* – SPR). Caso a equipe que recepcionou o saque naquele *rally* – equipe receptora – seja a vencedora, esta recebe um ponto e o direito de sacar no *rally* seguinte e, conseqüentemente, cada jogador passa a posição em quadra seguinte, em sentido horário (FIVB, 2016, p. 7).

Ao analisar as regras do voleibol, alguns fatores destacam-se para que os jogos aconteçam de maneira satisfatória, sendo esses elementos fundamentais para o desenvolvimento das práticas esportivas. Nesse contexto, a FIVB destaca a organização das normativas, conforme expõe o Quadro 4, na sequência.

Quadro 4 – Normativas do voleibol

Normativa	Descrição
Estrutura e equipamentos	A quadra de jogo é um retângulo simétrico medindo 18 metros x 9 metros, de superfície plana, com marcações de cinco centímetros, sendo esta circundada por uma zona livre de, no mínimo, 3 metros de largura em todos os lados. A quadra deve ser dividida com uma rede 1 metro de altura por 9,5 a 10 metros de comprimento, colocada verticalmente sobre a linha central. Sua parte superior é ajustada a 2,43 metros do solo para os homens e 2,24 metros para as mulheres. Durante as competições, utiliza-se bola esférica, dotada de uma capa flexível de couro ou couro sintético, além de uma câmara interior feita de borracha ou material similar.
Participantes	Para uma partida, a equipe pode ser composta por até 12 jogadores, distribuídos entre os participantes dos jogos e reserva, todos os participantes devem usar equipamento individual, composto de camiseta, calção, meias (o uniforme) e calçado esportivo.
Formato e ações do jogo	O sistema de disputa do voleibol é denominado <i>rally point system</i> (sistema de ponto por <i>rally</i>), que se inicia com a execução de um saque, que é efetuado pelo jogador que está na posição 1, localizada na parte da direita da zona defensiva, sendo realizado de trás da linha de fundo da quadra. A partir do saque, cada equipe tem direito a, no máximo, três toques feitos por participantes distintos antes de devolver a bola para a quadra adversária. A equipe que primeiro ganhar 25 <i>rallys</i> , desde que mantenha uma diferença de, no mínimo, dois pontos sobre o adversário, vencerá um <i>set</i> , sendo necessário vencer 3 <i>sets</i> para se ganhar o jogo.
Interrupções, retardos e intervalos	Uma interrupção é o tempo entre um <i>rally</i> completo e o apito do 1º árbitro autorizando o próximo saque. As únicas interrupções regulares no jogo são tempos de descanso e substituições, sendo esse intervalo com a duração de trinta segundos.
Jogador líbero	Durante o jogo de voleibol, cada equipe tem o direito a designar, dentre os jogadores, até dois jogadores especialistas em defesa, denominados líberos.

Normativa	Descrição
Conduta dos participantes	Os participantes devem conhecer e cumprir as Regras Oficiais de Voleibol, aceitando as decisões dos árbitros com espírito esportivo, sem contestá-las, podendo somente o capitão em jogo solicitar esclarecimentos. Os participantes devem evitar ações ou atitudes que visam influenciar as decisões dos árbitros ou ainda encobrir faltas cometidas por sua equipe. Os participantes devem manter um comportamento respeitosa e cortês, com espírito esportivo.
Os árbitros	A equipe de arbitragem para uma partida é composta dos seguintes componentes: 1º árbitro, 2º árbitro, Apontador, Quatro (dois) juízes de linha. Essa equipe tem a função de fazer a gestão do jogo.
Diagramas e definições	Os diagramas e as definições referem-se à organização e distribuição dos jogadores e da equipe auxiliar na área do jogo. As definições são os parâmetros estabelecidos pela Federação Internacional de Voleibol para realização de jogos.

Fonte: Adaptado de FIVB (2016).

As normativas expressas no Quadro 4 expõem uma síntese da organização dos jogos oficiais e de competições. Cabe destacar que, para as aulas de educação física, as regras de voleibol podem ser alteradas para atender às necessidades do momento, seja pelo número de alunos, pelas condições ambientais ou pela organização do espaço. Ressalta-se que os alunos devem conhecer o esporte oficial, tendo conhecimento da existência de outras possibilidades de praticá-lo (CLAZER; GUAITA, 2008).

VOLEIBOL E EDUCAÇÃO: REFLEXÕES PEDAGÓGICAS

Segundo Barroso e Darido (2010), o voleibol é uma modalidade esportiva coletiva que apresenta na sua essência o jogo, fator que socioculturalmente motiva e estimula as pessoas, mostrando-se muito favorecido e propício ao desenvolvimento da sua prática. Nesse contexto, percebe-se que o voleibol é uma atividade que pode promover a integração entre os educandos.

O desenvolvimento e o sucesso com o voleibol, assim como qualquer outra modalidade esportiva, dependem do comprometimento e da qualidade da sua prática pedagógica, reconhecendo a importância do jogo como um vínculo para o desenvolvimento social, emocional e intelectual dos alunos (SILVA, 2014, p. 40).

Para Pedroso (2012), desenvolver o voleibol no processo pedagógico durante as aulas de educação física é uma discussão imprescindível. Deve-se observar o público de alunos que será atendido e suas características, pois se faz necessário desenvolver técnicas e metodologias visando à aquisição de habilidades motoras, ao desenvolvimento da aptidão física e das valências físicas e, simultaneamente, à contribuição para o desenvolvimento afetivo social e cognitivo.

O jogo de voleibol estimula o crescimento e o desenvolvimento intelectual, a coordenação motora e a iniciativa individual, estimulando a observação e o conhecimento das pessoas e das coisas do ambiente em que se vive. Assim, como prática pedagógica, possibilita

maior capacidade de aprendizagem do aluno, além de desenvolver a noção espaçotemporal, ou seja, a coordenação motora satisfatória, estimulando a psicomotricidade (SILVA, 2014).

Os processos pedagógicos no ambiente escolar são numerosos, podendo ser aplicados durante as mais diversas atividades, principalmente durante as aulas de voleibol. Atualmente na escola, a disciplina de educação física oferece inúmeras oportunidades para realizar tarefas eficazes quando comprometida com o processo pedagógico, considerando o dinamismo e a interação (PEDROSO, 2012).

Clazer e Guaita (2008), ao analisarem o desenvolvimento do voleibol em atividades de educação física em escolas públicas do estado de Paraná, expuseram uma concepção de educação crítica. Nesse contexto educacional, a educação física deve fornecer conhecimento para o aluno agir de maneira competente, conhecer sua realidade social e poder comunicar-se, para ter clareza das possibilidades de mudanças que deseja para a sociedade onde vive.

O voleibol nas aulas de Educação Física requer um olhar mais abrangente que envolva novas formas e maneiras de ensinar caracterizada pela diversidade, interação e inclusão. Sabe-se que são muitas as técnicas, metodologias e recursos as disposições de professores e alunos no ato de educar e aprender, e inúmeras são as possibilidades de inovar e provocar mudanças no processo educacional. Os alunos precisam e necessitam urgentemente de atividades que favoreçam o diálogo, a motivação e desenvolvam o favorecimento da afetividade e concomitante o respeito, ética e valores em detrimento da afetividade (PEDROSO, 2012, p. 18).

Segundo Silva (2014), o voleibol nas aulas de educação física, com seus conteúdos, deve buscar formar alunos conscientes e capazes de intervir para melhorar a sociedade. Nessa perspectiva, as atividades esportivas de cunho pedagógico no ambiente escolar devem basear-se na realidade, admitindo críticas e análises para resolver problemas na sua prática, ou seja, o voleibol deve ser usado como ferramenta para desenvolvimento e melhorias do convívio em sociedade.

No que diz respeito ao desenvolvimento físico e psicológico, o voleibol para os alunos tem a finalidade de desenvolver técnicas e táticas motoras básicas da modalidade esportiva, sempre respeitando seus limites. O treinamento deve estar de acordo com a faixa etária e/ou suas necessidades, uma vez que o voleibol é trabalhado de forma a ensinar ao educando as regras de convívio social (SILVA, 2014).

A prática da educação física parece não ser o único meio de estabelecer essas condições benéficas. A prática mental também pode precisar delas, embora não na mesma extensão. Entretanto, a combinação da prática física com a prática mental parece estabelecer uma condição de aprendizagem que otimiza essas características importantes – o jogo de voleibol apresenta essas duas características (MAGIL, 2000).

Clazer e Guaita (2008) destacam que a prática do voleibol nas escolas tem a finalidade de oportunizar ao aluno o conhecimento e a prática desse esporte, proporcionar um melhor relacionamento social dos alunos pelo respeito mútuo e identificar problemas buscando possíveis soluções. Segundo Silva (2014), a escola é um ambiente onde ocorre a pluralidade de relações sociais e, portanto, é o espaço ideal para que o jogo seja realizado. Nesse ambiente, a diversidade possui destaque, visto que pessoas de diferentes origens, culturas e ideais estão no mesmo espaço, sendo uma das funções da escola organizar a sociedade, participando da formação integral do aluno, inserindo-o no universo da cultura corporal.

Nas aulas de educação física, mais precisamente durante os jogos de voleibol, os participantes preparam-se para viver diferentes experiências que, direta e indiretamente, os ajudam no desenvolvimento do seu dia a dia, considerando que as habilidades nos jogos promovem o trabalho em equipe. No jogo, observamos a capacidade de cada um de viver e de conviver com outras pessoas, relevando suas dificuldades e facilidades (SILVA 2014).

A ATUAÇÃO DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA CONTEMPORÂNEO

O alcance dos objetivos das aulas de educação física depende do comprometimento e da qualidade da prática pedagógica, portanto cabe ao professor reconhecer a importância da aula para o desenvolvimento do aluno. O professor tem que deixar bem explícito para o aluno que o voleibol não é um simples jogo para distrair, mas, sim, um meio para a construção do conhecimento (SILVA, 2014).

Segundo Gonçalves (1997), os jogos de voleibol, devido ao movimento corporal, analisam o homem em sua totalidade, e não apenas seu corpo físico, destacando suas possibilidades e seus limites. O movimento corporal deve ser algo integrador na formação do aluno, que precisa compreender as transformações corporais que ocorrem na realização dos movimentos, além de perceber os sentidos dos movimentos realizados. Os sentidos explorados nos jogos devem estar relacionados aos sentimentos de satisfação, às aspirações, aos medos, às emoções e alegrias, assim como aos sentimentos de amizade e hostilidade.

Barroso e Darido (2010) afirmam que o professor deve observar que o ensino de voleibol na escola sem um procedimento metodológico apropriado, com suas aplicações, pode se tornar apenas uma atividade de assimilação de gestos técnicos. Assim, a prática dessa modalidade deve ter um direcionamento para a reflexão em um contexto mais abrangente, por exemplo, a integração social.

Na Escola, o Voleibol é um esporte que pode e deve ser praticado por todos os alunos, independentemente de sexo, faixa etária, altura, habilidade e desempenho. O objetivo principal do professor de Educação Física é, numa etapa inicial, promover a estimulação, onde todos têm oportunidade. Basta Ter vontade e determinação para aprender. A maioria dos alunos possui o mesmo nível e todos passam pelas mesmas etapas de prática e aprendizagem. É comandado pelo professor através de treinamentos (SILVA, 2014, p. 16).

Para que as aulas de educação física tenham resultados positivos, é necessário que o professor tenha uma boa interação com os alunos. Essa interação se concretizará à medida que estes reconhecerem em seu professor uma pessoa cordial, amiga, paciente, justa, que seja compreensível, que não castigue para obter disciplina e que não esmoreça quando não obtenha resultado (SILVA, 2014). Ainda segundo Silva (2014), o professor, para alcançar seus objetivos, precisa respeitar a criança com sua individualidade, considerando singularidades e individualidades. O professor tem o papel pedagógico de desenvolver o aprendizado do aluno e um trabalho técnico de formação estratégica de equipes escolares.

O professor de educação física deve compreender a diferença entre jogos competitivos e jogos cooperativos para saber aplicá-los no momento certo, resultando ao seu jogador um ganho e uma aprendizagem. Através da competição ocorre o despertar do aluno para o aprimoramento. O papel do professor de educação física é difundir os valores positivos para que seus alunos entendam a verdadeira função do voleibol não somente como jogo ou mesmo como atividade competitiva. É preciso divulgar e estabelecer as regras visando o aprendizado (SILVA, 2014, p. 43).

Barroso e Darido (2010) destacam que, no âmbito da educação física no ambiente escolar, trabalhar o esporte sem ter como propósito a reflexão do indivíduo proporciona o surgimento de situações que poderão ocasionar problemas, como a busca incessante de talentos, treinamento esportivo na aula de educação física e especialização precoce. Nessa

perspectiva com problema expresso, cabe ao professor ter em mente que as aulas de educação física são voltadas para o desenvolvimento dos alunos de maneira geral, promovendo sua integração nos mais diversos aspectos, sem qualquer tipo de discriminação, cuidando para não provocar a exclusão dos menos habilidosos, o desinteresse pela prática esportiva etc. A educação física deve ser idealizada como modelo de esporte de rendimento (BARROSO; DARIDO, 2010).

Para Silva (2014), é importante que a escola, em parceria com o professor, ensine o voleibol objetivando ao bem-estar, prazer e à qualidade de vida, e não somente à competição e valorização dos vencedores e suprimindo os perdedores. Mesmo que tenha resistência por parte dos alunos, que só veem o esporte como uma atividade competitiva, o professor deve destacar que a derrota em um jogo não significa o fim, e sim uma oportunidade de aperfeiçoamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A educação física sempre esteve presente na vida do ser humano, desde os primórdios da civilização, como parte dos processos evolutivos e de formação da sociedade e sua estrutura. Cabe ressaltar que nesse período as atividades físicas não tinham as nomenclaturas que hoje são conhecidas, nem mesmo era temática de estudo, uma vez que esses processos só ganharam destaque no século XV, com o início dos estudos dos esportes e, posteriormente, surgimento de estudos que seriam nomeados de educação física.

Com a ascensão dos esportes em todas as partes do globo, surgiram várias modalidades esportivas, dentre estas o voleibol, alvo de maior destaque neste estudo. Com o avanço de várias pesquisas, com as diferentes temáticas ligadas ao esporte e o surgimento de várias modalidades esportivas, bem como a integração com outras áreas do conhecimento, aplicações do esporte enquanto atividade educativa tornaram-se destaque, ganhando espaço no ambiente escolar.

Apesar de a educação física ter conquistado espaço no ambiente escolar, a necessidade de seu aprimoramento é constante. Nesse contexto, vários documentos elaborados pelo Estado foram criados com a finalidade de nortear o desenvolvimento dessas atividades, sendo o último a BNCC, que destaca a prática da educação física e suas finalidades para com o indivíduo e a sociedade, em processos de formação, ressaltando a educação física como ciência formativa, e não como processo de seleção de atletas.

Diante de todo o exposto neste estudo, pode-se concluir que com a evolução da educação física enquanto disciplina escolar e as novas perspectivas do esporte escolar, cabe ao professor maior responsabilização durante as aulas com a finalidade de garantir o desenvolvimento dos educandos e os processos integrativos das dinâmicas das relações interpessoais entre alunos/alunos e aluno/professor. Nessa perspectiva, o professor tornou-se agente de transformação, por isso deve observar vários aspectos dos educandos e em seu trabalho aproveitar todos os meios para despertar nos alunos a consciência social e individual.

Em relação aos objetivos deste trabalho, estes foram alcançados, uma vez que foi possível comprovar a importância do esporte no contexto educacional, sendo que ele tem destaque especial nos documentos norteadores da educação, bem como no processo de ensino-aprendizagem nos anos finais do Ensino Fundamental. Em relação ao voleibol no ambiente escolar, este auxilia no desenvolvimento das potencialidades e capacidades intelectuais, físicas, criativas, estéticas, sociais, expressivas, afetivas e emocionais dos alunos.

Ainda em relação os objetivos propostos, pode-se concluir que o voleibol enquanto atividade física e prática pedagógica, desenvolvidas com base em um planejamento prévio pelo professor, pode estimular nos alunos a conscientização da cidadania, o respeito, a solidariedade, responsabilidade, justiça e não violência. Esses valores que devem ser

despertados nos alunos por intermédio do jogo de voleibol podem ser ensinados na escola, visto que as atividades esportivas são fontes de prazer e descoberta para o educando, contribuindo para o processo de ensino e aprendizagem.

Conclui-se, com este estudo, que é possível aprender e aprimorar os conhecimentos acerca da prática pedagógica esportiva sobre a utilização do voleibol no cotidiano escolar dos alunos. Esta pesquisa demonstra ao professor de educação física que o voleibol pode ser produtivo e dinâmico no ambiente escolar.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, C. **Voleibol na quadra, na areia e sentado**. 2015. Disponível em: <http://www.multirio.rj.gov.br/index.php/leia/reportagens-artigos/reportagens/2930-voleibol-na-quadra>. Acesso em: 13 maio 2019.

BARBANTI, V. O que é esporte? **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, São Paulo, v. 11, n. 1, p. 54-58, 2006. Disponível em: <http://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/833/840>. Acesso em: 13 maio 2019.

BARROSO, A. L.; DARIDO, S. C. Voleibol escolar: uma proposta de ensino nas dimensões conceitual, procedimental e atitudinal do conteúdo. **Revista brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 179-194, 2010. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1807-55092010000200003>.

BELLINI, F. **Tipos de esportes: atividades físicas para todos os gostos**. 2018. Disponível em: <https://demonstre.com/tipos-de-esportes-atividades-fisicas-para-todos-os-gostos/>. Acesso em: 14 maio 2019.

BRASIL. Conselho Nacional de Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf. Acesso em: 14 maio 2019.

CLAZER, P. C. S.; GUAITA, N. R. **O voleibol nas aulas de educação física: um estudo para o Programa de desenvolvimento educacional – PDE**. [2008?]. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/1123-4.pdf>. Acesso em: 20 abr. 2019.

COQUEREL, P. R. S. **Fundamentos e metodologia da educação física**. 2. ed. Curitiba: Editora Fael, 2012.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE VOLEIBOL (FIVB). **Regras oficiais de voleibol 2017-2020**. Aprovadas pelo 35º Congresso da FIVB de 2016. Disponível em: <http://2018.cbv.com.br/pdf/regulamento/quadra/REGRAS-DE-QUADRA-2017-2020.pdf>. Acesso em: 14 maio 2019.

FEDERAÇÃO PAULISTA DE VOLLEYBALL (FPV). **História do voleibol**. São Paulo, 2014. Disponível em: http://www.fpv.com.br/historia_volleyball.asp. Acesso em: 13 maio 2019.

GONÇALVES, M. A. S. **Sentir, pensar, agir: corporeidade e educação**. 2. ed. Campinas, SP: Papirus, 1997.

MAGIL, R. A. **Aprendizagem motora: conceitos e aplicações**. 5. ed. São Paulo: Edgard Blucher, 2000.

MELO, V. A. Apontamentos para uma história comparada do esporte: um modelo heurístico. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 107-120, 2010. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092010000100010>.

NAHAS, M. V.; GARCIA, L. M. T. Um pouco de história, desenvolvimentos recentes e perspectivas para a pesquisa em atividade física e saúde no Brasil. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 135-148, 2010. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092010000100012>.

PEDROSO, E. P. S. **A prática pedagógica do voleibol nas aulas de educação física: estudo de caso da escola estadual reisalina ferreira tomaz**. 44 f. 2012. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Universidade de Brasília, Polo Unifap, Macapá, 2012.

PRETI, O. **A aventura de ser estudante: um guia metodológico**. Cuiabá: EDUFMT, 2000.

SILVA, J. A. **A prática de voleibol na escola: investigação sobre a relação ensino aprendizagem das habilidades básicas do voleibol**. 54 f. 2014. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Universidade de Brasília, Polo Duas Estradas-PB, Duas Estradas-PB, 2014.

STAREPRAVO, F. A.; MARCHI JÚNIOR, W. (Re)pensando as políticas públicas de esporte e lazer: a sociogênese do subcampo político/burocrático do esporte e lazer no Brasil. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, v. 38, n. 1, p. 42-49, 2016. Doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rbce.2015.10.008>.

VYGOTSKY, L. S. **A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores**. São Paulo: Martins Fontes, 1989.

OS JOGOS E AS BRINCADEIRAS E SUAS CONTRIBUIÇÕES NO PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Jakcimar Fernandes¹
Veronica Jocasta Casarotto²

Resumo: As atividades lúdicas desenvolvidas por meio dos jogos estão delineadas nas propostas pedagógicas com o intuito de promover novas descobertas no processo de ensino-aprendizagem na Educação Básica, uma vez que eles são importantes para o desenvolvimento das potencialidades e habilidades das crianças. Com base no exposto, cabe o seguinte questionamento: como os professores de educação física podem utilizar os jogos como prática pedagógica? Os professores de educação física, ao incorporarem os jogos recreativos nas aulas de educação física, devem desenvolver de forma positiva as atividades para que realmente sejam excelentes instrumentos facilitadores do ensino-aprendizagem. O presente trabalho, portanto, tem como objetivo investigar a importância da efetivação de atividades lúdicas na Educação Infantil. Para isso, foi realizada uma pesquisa bibliográfica em artigos científicos disponibilizados em bases de dados *on-line*, bem como em livros e sites relacionados ao tema. Após este estudo, concluiu-se que os jogos estimulam a aprendizagem e o desenvolvimento em todos os aspectos da criança.

Palavras-chave: Jogos; Ensino-Aprendizagem; Educação Infantil.

Abstract: The playful activities developed through games are outlined in the pedagogical proposals in order to promote new discoveries in the teaching-learning process in Basic Education, since they are important for the development of the potentialities and skills of children. Based on the above, the following question should be asked: How can physical education teachers use games as a pedagogical practice? Physical education teachers, by incorporating recreational games into physical education classes, should positively develop activities so that they are truly excellent facilitators of teaching and learning. The present work, therefore, aims to investigate the importance of performing playful activities in early childhood education. For this, a bibliographic search was performed in scientific articles available in online databases, as well as in books and websites related to the theme. After this study, it was concluded that games stimulate learning and development in all aspects of the child.

Keywords: Games; Teaching-Learning; Child Education.

¹Graduando em Educação Física pela Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína/MT. E-mail: jakcimar.fernandes10@gmail.com

²Professora Coordenadora do curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína/MT. E-mail: veronica_casarotto@hotmail.com

INTRODUÇÃO

Para a construção do conhecimento da criança, a educação física pode ser considerada um dos principais elementos da Educação Infantil, uma vez que é possível aplicar atividades de forma lúdica e recreativa, possibilitando assim diversidades de experiências e situações por meio de vivência. A infância é considerada o tempo das brincadeiras. Por meio delas, as crianças satisfazem suas necessidades e aprendem a construir seu perfil e seu mundo. Nessa fase, faz-se presente a ludicidade. É primordial a utilização de brincadeiras no processo pedagógico para tornar a atividade prazerosa (CAVALLARI; ZACHARIAS 1994, p. 15).

Dentro desses espaços não pode faltar, é claro, o brinquedo, que é o estimulante visual de muitas brincadeiras, fazendo fluir o imaginário infantil. A brincadeira consiste no lúdico em ação. Cavallari (2011) defende que o brinquedo e a brincadeira são essenciais para o desenvolvimento e a educação da criança, pois é a partir disso que consegue ordenar o mundo em sua volta, assimilando experiências, informações, incorporando assim valores essenciais para a vida. A criatividade é um dos focos das atividades recreativas, pois durante essas atividades o aluno cria suas próprias regras e movimenta-se de formas diferentes, expressando sentimentos e emoções (CAVALLARI, 2011, p. 107).

Na recreação é trabalhado o lúdico, visando ao desenvolvimento do aluno de forma com que ele se divirta brincando, assim espera-se que com essas atividades sejam absorvidas todas as experiências que o brincar oferece. Devido à importância do brincar para essa fase, recomenda-se sempre a criação do espaço denominado brinquedoteca. Conforme Santini (1993, p. 25), este “é um espaço criado com o objetivo de proporcionar condições favoráveis para que a criança brinque. É um lugar onde tudo estimula a ludicidade”. Importa destacar a existência de vários tipos de brinquedotecas: pedagógica, escolar, de empréstimo de brinquedos, terapêutica, hospitalar, itinerante etc., cada uma com objetivos específicos, mas todas vinculadas ao brincar.

Faz-se necessário registrar o importante papel desempenhado pelo profissional envolvido com a recreação, o recreacionista. Esse indivíduo deve entender um pouco sobre o comportamento humano, saber o que as pessoas esperam para sua recreação e deve ter consciência de que cada pessoa tem seu limite físico e mental. É a pessoa responsável pelo planejamento e pela implementação dos serviços destinados a oferecer a melhor exploração do tempo de lazer.

Com base no exposto, esta pesquisa objetiva compreender a importância da recreação no processo de ensino e aprendizagem de alunos da Educação Infantil. Especificamente, buscou-se analisar os benefícios da recreação como conteúdo pedagógico na formação da criança, bem como compreender o emprego da recreação no seu desenvolvimento e revelar o papel do profissional de educação física nesse processo.

A presente pesquisa caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica, que, segundo o entendimento de Lakatos e Marconi (2011), é um tipo de pesquisa norteadas por publicações correlatas ao tema de estudo, como boletins, jornais, revistas, livros, monografias, teses, material cartográfico, entre outras. Reafirmando essa ideia, Cervo e Bervian (2002) e Gil (2009) observam que a pesquisa bibliográfica procura explicar um problema com base em referências teóricas publicadas em documentos.

Quanto à análise de conteúdo, será de cunho qualitativo por investigar uma realidade que não pode ser quantificada. Segundo Andrade (2010), esse tipo de análise trabalha com o universo de significados, valores, crenças e atitudes, correspondendo a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos aos quais não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis. Com base nas informações obtidas pelas obras pesquisadas, pôde-se refletir e confeccionar este estudo de forma clara e objetiva.

O trabalho está estruturado nas seguintes seções: após esta introdução, o capítulo 1 aborda a ludicidade dos jogos e das brincadeiras; no capítulo 2, enfatiza-se a relação da

recreação com a educação física; os jogos e as brincadeiras são apresentados no capítulo 3; por fim, apresentam-se as considerações finais e as referências.

LUDICIDADE E EDUCAÇÃO: O LÚDICO EM SALA DE AULA

Brougere (1998) define que o lúdico tem sua origem na palavra latina “latus”, que significa jogo, sendo assim, a cultura lúdica é um conjunto de procedimentos que permite tornar o jogo possível, produzindo uma realidade diferente daquela da vida cotidiana. Para Freitas (2004), o lúdico não deve ser interpretado de maneira isolada, e sim como uma ação integrante da cultura dentro de um ponto de vista antropológico, em suas várias manifestações: jogo, brinquedo etc.

O lúdico é uma das essências da vida humana que instaura e constitui novas formas de viver a vida social, marcada pela exaltação dos sentidos e das emoções misturando alegria e angústia, relaxamento e tensão, prazer e conflito, regozijo e frustração, satisfação e expectativa, liberdade e concessão, entrega, renúncia e deleite. O lúdico pressupõe, dessa maneira, a valorização estética e a apropriação expressiva do processo vivido, e não apenas do produto alcançado (GOMES, 2003, p. 6).

Andriotti e Aquino (2006, p. 2) complementam:

É importante entender que brincar não constitui perda de tempo, nem é simplesmente uma forma de preencher o tempo; a criança que não tem oportunidade de brincar está excluída do convívio social integrado, pois o brinquedo possibilita o desenvolvimento integral da criança, já que ela se envolve efetivamente, convive socialmente e opera mentalmente.

Castro (2007) define o lúdico como um conjunto de atividades de caráter recreativo, destinado a promover o entretenimento e o divertimento, envolvendo o ensinar e a descontração na infância. Caveda (2005) destaca que as atividades lúdicas são como ferramentas para buscar o prazer e a liberdade, para que possam construir um futuro melhor para todos. Assim, o professor deverá estimular o aluno a inventar e criar jogos, contribuindo para que todos sejam incluídos e assim participem de todas as atividades.

Marcellino (1991) entende que as brincadeiras e atividades lúdicas devem estar presentes diariamente na vida dos educandos, pois é dessa forma que se pode levar à criação da personalidade, resultando um futuro com crianças, jovens e adultos mais responsáveis. Mastroianni *et al.* (2004, p. 4) compreendem o papel de brincar da seguinte maneira:

A atividade lúdica ou a capacidade de brincar tem um papel fundamental na estruturação do psiquismo da criança. É no brincar que a criança une elementos de fantasia e realidade e começa a distinguir o real do imaginário. Brincando, a criança desenvolve não só a imaginação, mas também fundamenta afetos, elabora conflitos e ansiedades, explora habilidades e, à medida que assume múltiplos papéis, fecunda competências cognitivas e interativas.

De acordo com Ronca (1989), o lúdico nas aulas de educação física pode proporcionar, além do prazer, o conhecimento, pois a criança constrói classificações, elabora sequências lógicas, desenvolve sua psicomotricidade e afetividade, bem como amplia os conceitos das várias áreas da ciência. Snyders (1974) defende que por meio das atividades

lúdicas, a criança, dentro e fora do ambiente escolar, deve explorar sua criatividade, melhorando sua conduta e sua autoestima no processo de escolarização.

Diante do exposto, pode-se afirmar que o lúdico acrescenta um ingrediente indispensável no relacionamento entre as crianças, possibilitando que a criatividade se desenvolva no educando. O jogo é reconhecido como meio de fornecer à criança um ambiente agradável, motivador, planejado e enriquecedor, que possibilita a aprendizagem de várias habilidades motoras.

DESENVOLVIMENTO E APRENDIZAGEM BASEADOS NO LÚDICO: JOGOS E BRINCADEIRAS

Os jogos lúdicos são essenciais para as crianças, pois é nessa fase da vida que fazem uma maior aquisição de conhecimentos, bem como desenvolvem as capacidades necessárias para seu desenvolvimento motor, tornando assim o aprendizado fundamental mais interessante. Dessa forma, oportuniza-se aos alunos participarem mais ativamente do processo de ensino-aprendizagem.

Piaget (1978) indica que a aprendizagem acontece pelo desenvolvimento, sendo provocada por situações criadas pelo educador ou determinada por uma situação interna, complementando uma mudança interna do indivíduo. De Marco (2006) define que a criança só se interessa pela atividade quando se sente desafiada, pois assim se esforçará para vencer os obstáculos, ocorrendo naturalmente seu desenvolvimento. Cabe ainda ressaltar que uma criança só adquire conhecimentos por meio do contato humano constante e contínuo, considerando o desenvolvimento humano uma complementação de atividades que visam à estimulação da criança.

Para Vygotsky (1989), a criança, ao brincar, reproduz uma atividade que envolve a cultura e melhora seus valores, desenvolvendo-se intelectualmente. Por meio de jogos lúdicos, a criança começa a adquirir estímulos, habilidades e atitudes que se tornam necessárias para sua vida social, podendo adquirir, seguir ou até mesmo inventar novas regras para o jogo. Sobre a ludicidade na educação, Dante (1998) destaca que as atividades lúdicas podem contribuir significativamente para o processo de construção do conhecimento da criança, comprovando que o jogo é uma fonte de prazer e descoberta para a criança.

Considerando os diversos aspectos que envolvem os jogos na educação, é possível afirmar que essa atividade apresenta benefício a todas as crianças, auxiliando-as no desenvolvimento do corpo e da mente. Os jogos educativos não têm somente uma função didática, pois o ato de brincar é uma forma de a criança crescer e lidar com conflitos. Pode até mesmo ser considerada um meio de estudar a criança e perceber seus comportamentos (KISHIMOTO, 2009). Considerando esse contexto, os jogos recreativos de forma lúdica não são apenas o produto da atividade que dela resulta, mas a própria ação, momentos de fantasia que são transformados em realidade, momentos de percepção, de conhecimentos e de vida (KISHIMOTO, 2009).

Anjos (2013) destaca que, na infância, as brincadeiras estão interligadas por meio dos costumes populares que ajudam a promover a socialização, o desenvolvimento da coordenação motora, o equilíbrio, o respeito às regras, assim como o processo cognitivo das crianças. Silva e Gonçalves (2010) destacam que as atividades lúdicas apresentam um papel fundamental no processo de formação da criança, tornando-a uma pessoa ativa fisicamente. Calegari e Prodócimo (2006) destacam que por meio do lúdico a criança passa a desenvolver-se social, moral, cognitiva, afetiva e motoramente, além de sentir prazer ao praticar as atividades.

A ludicidade está ligada diretamente ao desenvolvimento físico e motor da criança, assim a psicomotricidade tem grande aplicação durante as aulas de educação física, pois por meio dela é possível estimular vários sentidos do educando.

A prática física parece não ser o único meio de estabelecer essas condições benéficas. A prática mental também pode precisar delas, embora não na mesma extensão. Entretanto, a combinação da prática física com a prática mental parece estabelecer uma condição de aprendizagem que otimizam essas características importantes (MAGIL, 2000, p. 13).

Sobre a evolução das estruturas mentais de uma criança em processo de formação, existem três formas básicas de ludicidade, descritos no Quadro 1, a seguir.

Quadro 1 – Tipologia de jogos

Jogos de exercícios – sensório-motores	Jogos simbólicos	Jogos de regras
É a primeira etapa de sensibilização, caracterizada pelo nascimento até o aparecimento da fala da criança. O jogo atua de maneira simples, em que a finalidade é o próprio prazer do funcionamento, sendo caracterizados pela repetição de gestos e de movimentos simples, além de ter um valor exploratório.	A segunda etapa ocorre entre os 2 e os 6 anos de idade, e a ludicidade age de forma simbólica, tendo como função a assimilação da realidade. Nessa etapa, o jogo simbólico também pode ser compreendido pela autoexpressão: ao reproduzir os diferentes papéis, a criança imita situações da vida real.	A terceira etapa começa a se estabelecer entre os 4 e 7 anos de vida da criança, mas só se desenvolve completamente aos 12 anos. Aos 7 anos, a criança deixa o jogo egocêntrico, substituindo-o por uma atividade mais socializada, em que as regras têm uma aplicação efetiva e na qual as relações de cooperação entre os jogadores são fundamentais. No adulto, o jogo de regras subsiste e desenvolve-se durante toda a vida por ser a atividade lúdica do ser socializado.

Fonte: Adaptado de Piaget (1977).

Santos (1997) compreende que, por meio dos jogos tradicionais, as crianças mantêm contato com a cultura, além de fortalecer a relação com os pais, amigos e professores. Os jogos tradicionais são uma atividade espontânea e desinteressada, admitindo uma regra livremente escolhida, que deve ser observada, ou um obstáculo deliberadamente estabelecido, que deve ser superado, e ao mesmo tempo que pressupõe a liberdade de ação, necessita ter finalidade para vencer os obstáculos que se interpodem no contexto.

Quadro 2 – Regras de jogos

Regras transmitidas	Regras espontâneas
Caracterizadas pelos jogos institucionais, compostos por diferentes realidades, impõem-se por pressão de sucessivas gerações (ex.: jogo de bolinha de gude).	Compreendidas pela socialização dos jogos de exercício simples ou dos jogos simbólicos. São jogos de regras de natureza contratual e momentânea (ex.: dinâmica de grupo; quebra-gelo).

Fonte: Autoria própria.

Para Kishimoto (2009), o uso de regras torna-se a principal característica do jogo, e a existência de regras em todos os jogos é uma característica marcante. Há regras explícitas, como no xadrez ou na amarelinha, e regras implícitas, como na brincadeira de faz de conta, em que a menina se passa pela mãe ao “cuidar” da filha, por exemplo. São regras internas, ocultas, que ordenam e conduzem a brincadeira. Por fim, todo jogo acontece em um tempo e espaço, com uma sequência própria da brincadeira.

Nesse contexto, os jogos recreativos possuem grande destaque como ferramenta educativa para os professores que trabalham na Educação Infantil. Essas atividades podem ajudar no desenvolvimento físico e psicológico das crianças.

JOGOS E BRINCADEIRAS: AVANÇOS GARANTIDOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Os jogos e as brincadeiras são ferramentas metodológicas de aprendizagem, de imaginação e reinvenção da realidade. Desde muito cedo, as crianças envolvem-se em diferentes brincadeiras. Jogando, os educandos experimentam, investigam, refletem, observam tudo e vivem fazendo perguntas sobre o que percebem e vivenciam.

Grespan (2002) expõe que para a criança conseguir habilidades motoras, é necessário que ela estabeleça uma gama de movimentos indicados para sua respectiva idade, para que no futuro possa contemplar vários estágios do desenvolvimento. Considerando as faixas de desenvolvimento da criança, Tani (1991) indica que há uma grande necessidade de promover o movimento corporal, principalmente entre os 4 e os 14 anos de idade, estimulando e incentivando a prática lúdica, preparando o corpo para o futuro e fortalecendo habilidades motoras.

Piccolo (1994) observa que quando uma criança compreende o ato de movimentar-se, ela começa a responder aos desafios motores por meio da atividade mental mais rápida e com a exploração de movimentos variados. A cada dia nota-se por meio do aperfeiçoamento o sucesso das crianças nas tarefas intelectuais.

Darido (2008, p. 5) destaca que:

A Educação Física deve proporcionar ao aluno condições para que seu comportamento motor seja desenvolvido através da interação entre o aumento da diversificação e a complexidade dos movimentos. Assim, o principal objetivo da Educação Física é oferecer experiências de movimento adequadas ao seu nível de crescimento e desenvolvimento, a fim de que a aprendizagem das habilidades motoras seja alcançada. A criança deve aprender a se movimentar para adaptar-se às demandas e exigências do cotidiano em termos de desafios motores.

Grespan (2002, p. 83) sobre o uso de jogos destaca que:

É por meio da atividade construtiva física ou mental que o aluno passará a interpretar a realidade e a construir significados, ao mesmo tempo em que lhe permitirá construir novas possibilidades de ação e de conhecimento. O aluno interage com o objeto, constrói representações, que funcionam como verdadeiras explicações e se orientam por uma lógica interna, que faz sentido para o aluno.

Macedo (2005) defende que o ato de brincar se torna uma condição fundamental para o desenvolvimento humano, sendo a principal atividade que as crianças estão aptas a todo o momento a realizar, pois é uma atividade envolvente, interessante e informativa. Para Santos (1997), o lúdico em qualquer idade é uma condição do ser humano, pois facilita a aprendizagem, o desenvolvimento pessoal, social, cultural, mantém uma boa condição da

saúde mental, além de facilitar os interesses na socialização, na produção do conhecimento, no poder da expressão e comunicação.

O trabalho pedagógico com jogos e brincadeiras são de extrema importância para o desenvolvimento de qualquer indivíduo, pois estimula sua psicomotricidade, fazendo com que se tenha maior rendimento e adaptação ao ambiente. Dessa forma, justifica-se a disciplina de educação física dentro do contexto educacional para a Educação Infantil, uma vez que tem a finalidade de promover o lazer e estimular a coordenação motora, assim como a socialização entre os educandos.

Silva (2010) compreende que a educação física, quando utilizada para o lazer, além da ocupação do tempo livre, gera a conscientização do benefício da atividade física para o bem-estar. Pelo lado de educar, a disciplina age como processo educativo, de maneira personalizada, em que os benefícios serão destacados no desenvolvimento individual e familiar.

Souza, Garcia e Ferreira (2007) ressaltam que as atividades físicas e recreativas são prazerosas e podem ser um meio de prevenir doenças, proporcionando uma melhor qualidade de vida e desenvolvimento social. Por meio da educação física, o educando passa a integrar-se com outras pessoas e grupos, garantindo seu desenvolvimento cognitivo, social e psicomotor. O fato de as pesquisas mostrarem esses benefícios contribuiu para a obrigatoriedade da disciplina na Educação Básica, sendo considerada como parte integrante do currículo comum.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) indicam que a disciplina de educação física deve ser entendida como um requisito básico na formação e educação dos alunos, atuando para fazê-lo aprender a conhecer: deseja que a criança incorpore um espírito investigativo e crítico, capacitando-se e criando o hábito de aprender ao longo de toda sua vida; bem como aprender a fazer, em que a criança se envolve no sentido de se relacionar com o grupo, tentando resolver problemas do cotidiano (BRASIL, 2000).

De acordo com Souza, Garcia e Ferreira (2007), por meio das brincadeiras nas aulas, a criança tende a desenvolver a sociabilidade, passa a ter capacidade de conviver e integrar com as outras pessoas, a reconhecer e sociabilizar as regras para viver em comunidade, pois em sua evolução, juntamente com a maturidade da idade, começa a obter pensamento próprio.

Segundo Gonçalves (1997), a educação física, pelo movimento corporal, analisa o homem em sua totalidade, e não apenas o corpo físico, destacando suas possibilidades e seus limites. O movimento corporal deve ser como algo integrador na formação do aluno, e este precisa compreender as transformações corporais que ocorrem na realização dos movimentos, além de perceber os sentidos dos movimentos realizados. Os sentidos explorados nos jogos devem estar relacionados aos sentimentos de satisfação, às aspirações, aos medos, às emoções e alegrias, assim como aos sentimentos de amizade e hostilidade.

Silva, Paiva e Barra (2010) expõem que alguns problemas de ordem social podem afetar a questão do movimento corporal, como, por exemplo, com os alunos que fracassam nos estudos por motivos de pobreza, deve haver um incentivo maior ainda para que alcancem seus objetivos, ao contrário, desistirão ou abandonarão a escola. Para superar essas dificuldades, a escola deve ser um local que lhes traga alegria e estímulo ao prazer, sendo que uma dessas saídas pode ser encontrada por meio do lúdico, que pode ser desenvolvido nas aulas de educação física.

Para diminuir as barreiras opressoras da desigualdade social, Gomes (2008) afirma que o lazer deve ser tratado com seriedade, sendo algo especial e superador de dificuldades, devendo receber atenção prioritária do poder público, da iniciativa privada, da universidade, das diversas instituições sociais e da própria comunidade, comprometendo-se com o lazer pela população, quebrando assim alguns paradigmas. De acordo com Telma (2006), uma criança, ao despertar o interesse pelo aprendizado por meio do processo pedagógico, passa a avançar e alcançar seus objetivos, devido ao estímulo da atenção, da curiosidade, do interesse, com

aprendizado, espontaneidade, prazer e alegria. Isso mostra a importância dos jogos e brincadeiras presentes na escola.

Segundo Gonçalves (1997), o professor de educação física em suas aulas tem o papel de estimular seus alunos, por intermédio do movimento, liberando ações espontâneas e evitando que o aluno se reprima. Por meio do processo de comunicação, espera-se que o corpo comunique o que está sentindo, o que pensa, formando e completando a expressão pelo movimento corporal, oportunizando ao professor trabalhar questões ligadas à sensibilidade, expressividade, criatividade, espontaneidade de seus movimentos e sua capacidade comunicativa pelo lúdico. O professor de educação física, no exercício de sua profissão, deve levar o aluno a perceber suas possibilidades corporais e exercê-las adequadamente no meio social com autonomia, além dos aspectos cognitivos, afetivos e corporais que estão entrelaçados em todas as etapas da vida desses alunos (BRASIL, 2000).

Em relação à questão dos afetos, sentimentos e das sensações, os alunos interagem na aprendizagem das práticas da cultura corporal, e essa aprendizagem contribui para a construção de um estilo pessoal de atuação dentro do contexto social que ele vive (GONÇALVES, 1997). Sobre o poder da educação física, Gonçalves (1997, p. 161) complementa:

Nas suas origens o esporte tem um caráter lúdico, estando em seu cerne o prazer do homem em brincar. Procurando compreender a natureza do brincar. O brincar realiza-se em um contexto em que as ações assumem outra dimensão, diversa da que assumiram na realidade. As ações submetem-se a determinadas regras. O brincar envolve também confraternização, comunicação com os outros em um contexto livre de ameaças. No cerne do lúdico parece estar a criatividade, a ação humana com vistas a criar a cada momento o novo, em um envolvimento ativo do homem como um ser total que se comunica com os outros e com o mundo, e no qual o movimento em si mesmo é a finalidade.

No processo de ensino-aprendizagem, a criança incorpora práticas culturais do movimento, práticas que ajudam a expressar características próprias de sua personalidade e a construir um estilo pessoal de jogar, lutar, dançar e brincar, que podem estar na satisfação de gritar e comemorar suas conquistas, além de poder demonstrar possíveis sentimentos de raiva, medo, vergonha, alegria, tristeza, dentre outros (BRASIL, 2000).

Conclui-se que, para uma educação de qualidade, os valores culturais, artísticos, sociais e históricos da criança e do adolescente devem ser preservados e reafirmados, sendo que a família e a comunidade devem estar em consonância com o sistema educacional, permitindo o desenvolvimento das potencialidades e garantindo a aprendizagem do menor, em seus vários aspectos.

MEIOS DE INSERIR A RECREAÇÃO NAS AULAS

As escolas precisam propor a espontaneidade, o diálogo e a convivência em grupo. O jogo é capaz de proporcionar todos esses requisitos, auxiliando a criança a usar a cognição e a fala por meio das brincadeiras livres e ou orientadas por um profissional formado na área.

Macedo (2005) reitera que para uma melhor preparação e fortalecimento da criança, a escola deverá oferecer num primeiro momento as tarefas mais necessárias e possíveis de se realizar, propondo ao sujeito mecanismos que não gerem desconforto ou perda na realização das brincadeiras, pois tarefas impossíveis, além de desestimularem as crianças, poderão gerar desculpas, desinteresse, adiamentos, sentimentos de incompetência, levando-as ao abandono imediato. Entende-se que elas precisam ser desafiadas, e não questionadas ao extremo.

Waichman (2003) define que dentro dos modelos de recreação que podem ser usados pelo profissional, é esperado que sejam escolhidos os jogos e as brincadeiras que tenham técnicas expressivas de atuação, para minimizar o tédio do dia a dia gerado na sala de aula. Sobre alguns tipos de brincadeiras, há a gincana, que

são competições caracterizadas por regras fixas, onde há sempre a busca por vitória, podendo conter atividades físicas e/ou mentais, sendo que o caráter lúdico é predominante, e na qual se leva em conta não apenas a rapidez com que as equipes cumprem as tarefas determinadas, mas também a habilidade com que o fazem (CAVALLARI; ZACHARIAS, 1994, p. 66).

Nos últimos tempos, surgiram mudanças significativas no contexto educacional que devem ser levadas em consideração pelos educadores:

Com a revolução tecnológica dos anos de 1990, é cada vez mais comum termos itens cada vez mais informatizado, urbanizado, industrializado, e no mundo dos jogos e brincadeiras, estão cada vez mais presente o vídeo game, computadores de última geração, televisão, celulares, entre outros aparelhos que chamam a atenção das crianças e jovens a cada lançamento. Porém, vale ressaltar fazer um resgate histórico com os jogos e brinquedos como a peteca, a cama de gato, a amarelinha, o cabo de guerra, a pipa, a ciranda, por serem brincadeiras com valor cultural de grande valor (SAVIANI, 2007, p. 32).

Kishimoto (2009) destaca outras brincadeiras e jogos que fazem a alegria da criançada, devendo ser incentivados pelo profissional de educação física, tais como: queimada, pique, cobra-cega, peteca, amarelinha, cabo de guerra, pebolim, bambolê, cirandinha, futebol de botão, passa anel, estátua, palitinhos, escravos de Jó, pipa, pé na lata, esconde-esconde, entre outros.

TIPOS DE BRINCADEIRAS E JOGOS QUE PODEM SER UTILIZADOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Passar o anel

Segundo Kishimoto (2009), para jogar esse jogo os alunos devem sentar numa roda e tirar a sorte para ver quem vai passar o anel. Os participantes devem unir as mãos, e quem está com o anel deve ir passando no meio da palma das mãos juntadas até completar todas as mãos da roda. Ao final, pergunta a um dos participantes em qual mão está o anel? Quem acertar será o próximo a passar o anel nas mãos dos participantes, mas se errar, quem recebeu o anel é que será o responsável por passar o anel, reiniciando a brincadeira.

Essa atividade tem o objetivo de proporcionar a convivência social pacífica entre os educandos, tendo em vista que a brincadeira aborda os conceitos de honestidade, seriedade e continuidade, conceitos que o indivíduo leva para a vida toda (DALLA VALLE, 2010).

Amarelinha

Para Silva e Gonçalves (2010), a história do jogo da Amarelinha tem origem greco-romana, tendo seu ápice no Império Romano, em que se usava a pedra como um recurso natural, algo característico das províncias do Norte da Europa, onde os caminhos eram pavimentados com pedras, oportunizando aos seus soldados espaços adequados para o jogo.

Freidmann (2006) explica que, para jogá-lo, rabisca-se no chão um total de dez casas, em que as crianças saem do “inferno” e tentam chegar ao “céu”. Com o lançamento da pedrinha, elas vão ultrapassando cada quadrado ou casa, com saltos, alternando o pé de impulsão. A criança deve jogar a pedrinha, começando pelo número 1. Ela irá pulando e não pode pôr o pé no quadrado onde tiver caído a pedra, pulando-o e seguindo até chegar ao último. Na volta, deve pegar a pedra. Errando o pulo, pisando na linha, ou se a pedra cair fora ou sobre a linha, a criança perde a vez.

A brincadeira de amarelinha exerce inúmeras atividades ligadas à psicomotricidade, visto que esse jogo exerce a concentração para o alcance de um alvo, bem como a concentração para execução de passos corretos para percorrer determinado caminho, estimulando o desenvolvimento físico e psicológico (DALLA VALLE, 2010).

Cobra-cega

Kishimoto (2009) explica que essa brincadeira começa quando todos formarem uma roda e estiverem com as mãos dadas. Deve-se escolher uma pessoa para ser a cobra-cega, que ficará com os olhos no meio da roda. Então, o participante no centro da roda terá que agarrar alguém em movimento da seguinte maneira: quem estiver do lado para onde a cobra estiver indo foge, quem está do outro lado avança, com isso, uma dica, a cobra deve pegar quem está atrás dela. Se por ventura a roda quebrar, o jogador que estiver do lado esquerdo de quem soltou a mão fica sendo a cobra, e a brincadeira recomeça novamente.

Esse jogo, bem como o passar anel, tem o objetivo de proporcionar a convivência social pacífica entre os educandos, tendo em vista que a brincadeira aborda os conceitos de honestidade, seriedade e continuidade, conceitos que o indivíduo leva para a vida toda (DALLA VALLE, 2010).

Pular corda

Silva e Gonçalves (2010) afirmam que com uma corda pode-se inventar diversas brincadeiras, como, por exemplo, o pular corda. Ao brincar, uma criança de cada lado segura na ponta da corda, enquanto quem está no meio fica pulando, sendo desafiada a realizar movimentos corporais em diferentes planos (alto, médio e baixo) e em constante desequilíbrio (pular num pé só, saltando e rodando e agachados), não podendo ser tocada pela corda em qualquer situação, mesmo que a velocidade de rodar a corda aumente. Quando isso acontece, a criança está eliminada.

Essa atividade tem uma finalidade mais biológica no desenvolvimento humano, uma vez que está relacionado ao desenvolvimento motor, bem como trabalha-se o psicológico no desafio da concentração (DALLA VALLE, 2010).

Cabo de guerra

De acordo com Kishimoto (2009), para realizar essa brincadeira, os alunos que irão participar são divididos em dois grupos com números iguais de ocupantes. Com isso, cada grupo se posiciona de um lado da corda, marcando no meio da corda a sua metade, ficando todos com partes iguais. Com um apito, cada grupo começa a puxar a corda para seu lado. Passa a ser o vencedor aquele grupo que durante o tempo estabelecido conseguir puxar mais corda do adversário ou totalmente os adversários para seu lado.

Nesse jogo desenvolve-se o contexto de cooperatismo, visto que uma equipe precisa estar trabalhando em conjunto para conseguir a vitória. Essa atividade promove a interação e a troca de ideias e o estabelecimento de novos critérios e estratégias (KISHIMOTO, 2009).

Vôlei de toalhas

Cavallari e Zacharias (1994) afirmam que esse jogo é semelhante a um jogo de voleibol, com a diferença que os jogadores atuarão em duplas que deverão estar com as mãos amarradas por uma toalha, e deverão usar somente a toalha amarrada ao invés das mãos, além de usarem a toalha para receber e passar a bola. No mais prosseguirá como voleibol propriamente dito. O árbitro será o professor que está no comando da aula, que seguirá as mesmas regras e punições de um jogo de vôlei.

Esse jogo estimula o crescimento e o desenvolvimento, a coordenação motora, intelectual e a iniciativa individual, estimulando a observação e o conhecimento das pessoas e das coisas do ambiente. Essa atividade, para alcançar seus objetivos, necessita de total atenção do professor e orientação para com os alunos (SILVA, 2014).

Peteca

No jogo da peteca, amarra-se uma trouxinha de folhas ou penas de animais em pequenos pedregulhos, com uma espiga de milho ao meio. Depois de pronta, a criança deve bater no fundo da peteca, vendo-a subir até cair ao chão (KISHIMOTO, 2009).

Essa brincadeira exerce inúmeras atividades ligadas à psicomotricidade, visto que esse jogo exerce a concentração para o alcance de um alvo, bem como a concentração para a execução de passos corretos para percorrer determinado caminho, estimulando o desenvolvimento físico e psicológico.

Nó humano

Segundo Silva, Paiva e Barra (2010), esse tipo de jogo requer técnicas de estratégias que serão postas em prática pelos próprios participantes. Para iniciar, faz-se uma roda com todos que irão participar. Os integrantes devem estar com os braços estendidos em frente ao corpo. Com o apito do professor, a roda vai fechando, e cada aluno deverá segurar em duas mãos escolhidas na hora, formando a configuração de um nó. O objetivo dessa brincadeira é traçar maneiras de desatar o nó, sem soltar as mãos.

Esse jogo objetiva desenvolver no educando o contexto de atividades sociais, bem como observação de seus limites e orientações cognitivas. Como prática pedagógica, possibilita maior capacidade de aprendizagem do aluno, cabendo acrescentar que ele desenvolve noção espaçotemporal, ou seja, a coordenação motora satisfatória, estimulando a psicomotricidade (SILVA, 2014).

Bolinha de gude

Nesse jogo, deve-se juntar dez bolinhas de gude para cada participante, entre quatro ou mais pessoas, e desenha-se um triângulo no chão, completando-o de bolinhas juntadas ao centro. Fica-se em uma distância aproximada de um metro e meio, para jogar as bolinhas de gude até conseguir fazer a retirada de mais bolinhas de dentro do triângulo (GASPAR, 2007).

Essa brincadeira exerce inúmeras atividades ligadas à psicomotricidade, uma vez que esse jogo exerce a concentração para o alcance de um alvo, bem como a concentração para o lançamento das bolinhas, para acertar o alvo (DALLA VALLE, 2010).

Jogo do pião

Para iniciar essa atividade, é necessário ter o pião, com isso é só enrolar um barbante da ponta ao corpo do pião, segurando uma ponta e, em seguida, é só atirar o pião em direção ao chão, desenrolando o barbante com um impulso só. Ele cai no chão rodopiando e assim permanece durante um bom tempo. A criança pode ampará-lo com a mão, para que ele passe a girar sobre sua palma ou sobre seu dedo. Essa brincadeira depende de muito treino e habilidade, para que se possa alcançar a eficiência necessária (KISHIMOTO, 2009).

Essa atividade, assim com pular corda, auxilia no desenvolvimento motor, bem como trabalha aspecto psicológico no desafio da concentração, visto que é preciso equilíbrio e agilidade no jogo (DALLA VALLE, 2010).

O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Verenguer (1992) e Tani (1988) salientam que o objeto de estudo da educação física está no estudo do movimento humano e nas suas implicações para o homem. Com base nesse conceito, pode-se referir que o foco principal dessa área é o ser humano, uma vez que age com precisão nas atividades motoras do dia a dia e proporciona uma melhor qualidade de vida para si. Oliveira (2006) destaca que uma característica de suma importância para a educação física é o movimento, que pode estar presente em várias ações, como na ginástica, no jogo, no esporte e até mesmo na dança.

Segundo o Conselho Federal de Educação Física (CONFEF) (2019), o profissional de educação física é a pessoa especialista em diversas manifestações físicas, como, por exemplo: ginásticas, exercícios físicos, desportos, jogos, lutas, capoeira, artes marciais, danças, atividades rítmicas, expressivas e acrobáticas, musculação, lazer, recreação, reabilitação, ergonomia, relaxamento corporal, yoga, exercícios compensatórios à atividade laboral e do cotidiano e outras práticas corporais. Todos esses exemplos de atividades podem ser trabalhados pelo profissional da área, buscando sempre o desenvolvimento da educação e da saúde, prezando pelo bem-estar e pela qualidade de vida, prevenindo doenças, acidentes e problemas posturais, além de contribuir para a formação ou a recuperação da autoestima do educando.

A educação física no Brasil pode ser vista como uma fonte de desenvolvimento, uma vez que cria estilo de vida para os brasileiros que estão na atividade diariamente, preocupados com a qualidade de vida, independentemente se é criança, jovem adulto ou idoso (CONFEF, 2019). Araujo *et al.* (2007) destacam que a educação física vem estudando o ser humano dentro de várias possibilidades em um contexto de cultura corporal de múltiplas possibilidades, na prática de atividades físicas sistematizadas e direcionadas, para educação, desporto, estética e saúde etc.

Monteiro (2006) analisa que o educador físico é o especialista mais capacitado para exercer atividades por meio de intervenções, avaliações, prescrição e orientação de sessões de atividades físicas com fins educacionais, de treinamento, de prevenção de doenças e promoção da saúde, além de outros fatores. Já Leite (2000) destaca que o professor de educação física trabalha diversos aspectos humanos – psicológico, biológico e sociocultural –, pois prepara o aluno para enfrentar situações que proporcionem o desenvolvimento psicomotor, a melhoria da aptidão física, a consolidação de hábitos higiênicos e a criatividade.

De acordo com Silva (2004), nas aulas de educação física, o professor pode propor uma “corrida” pela saúde, perfazendo-se uma correção de postura, busca pela melhoria do desempenho cardiorrespiratório e muscular por meio de planejamento adequado de exercícios de acordo com o perfil de cada indivíduo.

OS FUNDAMENTOS DOS JOGOS RECREATIVOS NA ESCOLA

Os jogos recreativos têm um papel fundamental no desenvolvimento psicomotor do indivíduo, pois por meio deles que as crianças vão demonstrar suas habilidades e dificuldades em relação ao movimento. Os jogos recreativos dentro da educação física são importantes para que a criança, ao ser bem condicionada, venha desenvolver suas aptidões (SOUZA; GARCIA; FERREIRA, 2007). Macedo (2005) explica que a escola é o lugar onde a criança passa grande parte de seu tempo, por isso é necessária a realização de atividades e brincadeiras, para que haja harmonia e alegria dentro desse ambiente. Quando a criança se diverte, ela tem mais oportunidades de se desenvolver melhor dentro da sala de aula, sentindo-se mais livre para expor suas ideias e opiniões. As brincadeiras também têm por objetivo evitar o estresse e cansaço dos alunos nas escolas.

Santos (2000) ressalta que, para a criança, “brincar é viver”. Essa afirmativa é muito usada e bem-aceita, pois, como mostra a história da humanidade, as crianças sempre brincaram, brincam e continuarão brincando. Elas brincam porque a brincadeira lhes proporciona prazer, outras brincam para aliviarem angústias e sentimentos ruins, mas quando isso não acontece, alguma coisa pode estar errada.

No ponto de vista de Macedo (2005), o ambiente escolar é um lugar privilegiado para a formação de pessoas. Assim sendo, esse ambiente deve ser agradável e acolhedor para as crianças que frequentam e buscam um processo de ensino e aprendizagem de melhor qualidade, além de conforto, segurança e interatividade com o ambiente e com as pessoas próximas. Santos (2000) corrobora dizendo que a escola é o local onde a criança irá receber estímulos para continuar desenvolvendo suas capacidades psicomotoras, por isso é de suma importância que o educador busque inovar e aperfeiçoar a cada momento sua maneira de trabalhar tanto o lado motor como o afetivo da criança, que é parte fundamental do processo.

As atividades lúdicas, principalmente os jogos, desempenham uma função vital no desenvolvimento físico-motor e intelectual das crianças em idade escolar. As brincadeiras e os jogos contribuem para o desenvolvimento da criança, uma vez que permitem que as crianças organizem seus próprios comportamentos e façam a separação qualitativa entre ações e objetos (SOUZA; GARCIA; FERREIRA, 2007).

É necessário destacar que a psicomotricidade desenvolvida nas atividades lúdicas, integrada à proposta pedagógica da escola, assume um papel de grande relevância, pois não será trabalhada isoladamente dos componentes curriculares, o que proporcionará experiências de aprendizagem no contexto de desenvolvimento global do aluno. É de grande importância que as atividades desenvolvidas sejam contextualizadas e significativas, a fim de que tenham consequências no desenvolvimento social, cognitivo e afetivo, além da motivação e do interesse da criança (DALLA VALLE, 2010).

Na atualidade, outros jogos que devem ganhar destaque no ambiente escolar são os jogos indígenas, que devem ser trabalhados com a finalidade de diversificar o conhecimento da cultura brasileira indígena. Estes apresentam-se como atividades ideais para a escola, visto que têm a seguinte filosofia: “o importante não é competir, e sim, celebrar”. Seu objetivo é a integração das diferentes tribos, assim como o resgate e a celebração dessas culturas tradicionais (RONDINELLI, 2019).

Outra perspectiva em relação aos jogos a ser abordada, conforme a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), é utilizar as diversas ferramentas para promover o desenvolvimento da criança nos diversos aspectos. Nesse sentido, os recursos lúdicos apresentam-se como requisitos necessários para essa proposta de trabalho (BRASIL, 2018).

Ao adotar os jogos nas aulas de educação física, a BNCC indica que as decisões pedagógicas devem estar orientadas para o desenvolvimento de competências. Por meio da indicação clara do que os alunos devem “saber” (considerando a constituição de conhecimentos, habilidades, atitudes e valores), sobretudo do que devem “saber fazer”

(considerando a mobilização desses conhecimentos, habilidades, atitudes e valores para resolver demandas complexas da vida cotidiana, do pleno exercício da cidadania e do mundo do trabalho), a explicitação das competências oferece referências para o fortalecimento de ações que assegurem as aprendizagens essenciais definidas na BNCC (BRASIL, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nas pesquisas realizadas, foi possível alcançar os objetivos propostos neste trabalho, pois comprovou-se a importância do lúdico no processo de ensino-aprendizagem na Educação Infantil. Esses resultados estão fundamentados nas teorias de grandes estudiosos da área da educação, como os estudos produzidos por Kishimoto, Vygotsky e Piaget. Dessa maneira, pode-se afirmar que a ludicidade aplicada na recreação auxilia no desenvolvimento das potencialidades e capacidades intelectuais, físicas, criativas, estéticas, sociais, expressivas, afetivas e emocionais dos alunos por meio de jogos, brinquedos e brincadeiras.

Nesse sentido, cabe destacar que o jogo é uma fonte de prazer e descoberta para a criança, o que poderá contribuir no seu processo de ensino e aprendizagem, porém tal contribuição no desenvolvimento das atividades pedagógicas dependerá da concepção que se tem do jogo. É relevante considerar que os jogos não são apenas uma forma de desafogo ou entretenimento para gastar a energia das crianças, mas, sim, meios que enriquecem o desenvolvimento intelectual e que podem contribuir significativamente para o processo de ensino e aprendizagem e no processo de socialização.

A presente pesquisa permite compreender que a recreação está presente em todos as fases da vida, uma vez que o lúdico acrescenta um ingrediente indispensável no relacionamento entre as pessoas, possibilitando que a criatividade aflore. Sabe-se atualmente que o jogo é reconhecido como meio de fornecer à criança um ambiente agradável, motivador, planejado e enriquecido, que possibilita a aprendizagem de várias habilidades, trabalhando também o desempenho dentro e fora da sala de aula.

Os processos de recreação têm levado educadores a proporcionar a prática do jogo como forma de proporcionar a aprendizagem e o desenvolvimento do educando. Kishimoto (2011), Vygotsky (1989), Piaget (1977; 1978) e Piaget e Inhelder (1993), em suas pesquisas, veem a ludicidade como um instrumento pedagógico significativo e de grande valor social. A utilização do lúdico pelos professores na educação física condiciona uma prática que favorece o desenvolvimento e a aprendizagem da criança.

Assim, buscou-se analisar os benefícios da recreação como conteúdo pedagógico na formação da criança, proporcionando a compreensão da função da recreação no seu desenvolvimento e mostrando o papel do profissional de educação física nesse processo. Por fim, pôde-se destacar que este trabalho poderá servir como base de estudos para novas pesquisas e para a elaboração de futuros trabalhos acadêmicos, contribuindo para o enriquecimento intelectual do leitor. Ademais, terá aplicações para a prática profissional dos futuros professores de educação física em pesquisas que visem entender o assunto.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, M. M. **Introdução à metodologia do trabalho científico**. 10. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

ANDRIOTTI, V.; AQUINO L. S. **Brinquedoteca: o lúdico no ensino e na aprendizagem**. 2006. Disponível em: <http://guaiba.ulbra.tche.br/pesquisa/2006/artigos/pedagogia/125.pdf>. Acesso em: 6 maio 2019.

ANJOS, J. A. **A importância das atividades lúdicas nas aulas de educação física no processo de ensino-aprendizagem**. 2013. 45 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Universidade de Brasília, Polo Ariquemes-RO, 2013.

ARAUJO, A. S. *et al.* Fatores motivacionais que levam as pessoas a procurarem por academias para a prática de exercício físico. **Efdeportes**, Buenos Aires, ano 12, n. 115, dez. 2007. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd115/fatores-motivacionais-que-levam-as-pessoas-a-procurarem-por-academias.htm>. Acesso em: 6 maio 2019.

BRASIL. Conselho Nacional de Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518-versaofinal_site.pdf. Acesso em: 14 maio 2019.

_____. Conselho Nacional de Educação. **Minuta de Projeto de Resolução para audiência pública de 11/12/2015**. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais para o curso de graduação em Educação Física. Brasília, DF, 2015. Disponível em: http://www.cbce.org.br/upload/biblioteca/Proposta%20de%20Resolu%C3%A7%C3%A3o_DCN%20Educa%C3%A7%C3%A3o%20F%C3%ADsica%20licenciatura.pdf. Acesso em: 6 maio 2019.

_____. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília, DF: MEC, 1998. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/fisica.pdf>. Acesso em: 6 maio 2019.

BROUGERE, G. A criança e a cultura lúdica. **Revista da Faculdade de Educação**, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 103-116, jul.-dez. 1998. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-25551998000200007>.

CALEGARI, R. L.; PRODÓCIMO, E. Jogos populares na escola: uma proposta de aula prática. **Revista Motriz**, Rio Claro, v. 12, n. 2, p. 133-141, maio-ago. 2006. Disponível em: <http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/99/129>. Acesso em: 14 maio 2019.

CASTRO, M. S. **Modelo da atividade recreação: módulo programação**. Rio de Janeiro: Sesc, 2007.

CAVALLARI, V. R. **Trabalhando com recreação**. São Paulo: Ícone, 2011.

CAVALLARI, V. R.; ZACHARIAS, V. **Trabalhando com recreação**. 2. ed. São Paulo: Ícone, 1994.

CAVEDA, J. L. C. (org.). **O jogo no currículo da educação infantil**. Tradução de Valério Campos. Porto Alegre: Artmed, 2005.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA (CONFED). **Home**. [2019?]. Disponível em: <https://www.confed.org.br/confed/>. Acesso em: 20 jun. 2019.

DALLA VALLE, L. R. L. **Jogos, recreação e educação**. Curitiba: Editora Fael, 2010.

DANTE, L. R. **Didática da matemática na pré-escola: por que, o que e como trabalhar as primeiras ideias matemáticas**. São Paulo: Ática, 1998.

DARIDO, S. C. **As principais tendências pedagógicas da educação física escolar a partir da década de 80.** 2008. Disponível em: <http://www.motricidade.com/index.php/repositorio-aberto/40-docencia/1170-as-principais-tendencias-pedagogicas-da-educacao-fisica-escolar-a-partir-da-decada-de-80>. Acesso em: 20 jun. 2019.

DE MARCO, A. **Educação física: cultura e sociedade.** Campinas, SP: Papirus, 2006.

FREITAS I. A. **À escola com alegria: importância da incorporação do componente lúdico no cotidiano da escola.** 2004. 98 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Metodista de Piracicaba, Piracicaba-SP, 2004.

FRIEDMANN, A. **O desenvolvimento da criança através do brincar.** São Paulo: Moderna, 2006.

GASPAR, L. Jogos e brincadeiras infantis populares. **Pesquisa Escolar Online.** Fundação Joaquim Nabuco, 2007. Disponível em: http://basilio.fundaj.gov.br/pesquisaescolar/index.php?option=com_content&view=article&id=372. Acesso em: 5 jun. 2019.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2009.

GOMES, C. L. **Lazer, trabalho e educação, relações históricas: questões contemporâneas.** 2. ed. Belo Horizonte: Editora da UFMG, 2008.

_____. **Significados de recreação e lazer no Brasil: reflexões a partir da análise de experiências institucionais (1926-1964).** 2003. 322 f. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2003.

GONÇALVES, M. A. S. **Sentir, pensar, agir: corporeidade e educação.** 2. ed. Campinas, SP: Papirus, 1997.

GRESPLAN, M. R. **A educação física escolar no processo educacional: educação física no Ensino Fundamental – primeiro ciclo.** Campinas, SP: Papirus, 2002.

HARDEN, A.; GOUGH, D. Quality and relevance appraisal. *In*: GOUGH, D.; OLIVER, S.; THOMAS, J. **An introduction to systematic reviews.** London: Sage, 2012. p. 153-178.

KISHIMOTO, T. M. **O brincar e suas teorias.** São Paulo: Pioneira, 2011.

_____. **Jogos tradicionais infantis: o jogo, a criança e a educação.** 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009.

LEITE, P. F. **Aptidão física, esporte e saúde.** 3. ed. São Paulo: Robe, 2000.

MACEDO, L. **Os jogos e o lúdico na aprendizagem escolar.** Porto Alegre: Artmed, 2005.

MAGIL, R. A. **Aprendizagem motora: conceitos e aplicações.** 5. ed. São Paulo: Edgard Blucher, 2000.

MARCELLINO, N. C. **Pedagogia da animação.** Campinas, SP: Papirus, 1991.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia do trabalho científico: procedimentos básicos, pesquisa bibliográfica, projeto e relatório, publicações e trabalhos científicos**. 7. ed. 6. reimpr. São Paulo: Atlas: 2011.

MASTROIANNI, E. C. Q. *et al.* **Abcd no lar: aprender, brincar, crescer e desenvolver no laboratório de atividades lúdico-recreativa**. 2004. Disponível em <http://www.unesp.br/prograd/PDFNE2004/artigos/eixo10/abcd.pdf>. Acesso em: 15 maio 2019.

MONTEIRO, L. Z. **Perfil da atuação do profissional de educação física junto aos portadores de diabetes mellitus nas academias de ginástica de Fortaleza**. 2006. 86 f. Dissertação (Mestrado em Educação em Saúde) – Universidade de Fortaleza, Fortaleza, 2006.

MUKHINA, V. **Psicologia na idade pré-escolar**. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

OLIVEIRA, V. M. **O que é educação física**. 11. ed. São Paulo: Brasiliense, 2006.

PIAGET, J. **A formação do símbolo na criança: imitação, jogo e sonho, imagem e representação**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

_____. **O julgamento moral na criança**. São Paulo: Mestre Jou, 1977.

PIAGET, J.; INHELDER, B. **A apresentação do espaço na criança**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1993.

PICCOLO, J. C. J. **A educação física na escola pública do Rio Grande do Sul: antecedentes históricos – 1857/1984**. Pelotas, RS: Editora Universitária UFPel, 1994.

RONCA, P. A. C. **A aula operatória e a construção do conhecimento**. São Paulo: Edesplan, 1989.

RONDINELLI, P. Jogos dos povos indígenas. **Brasil Escola**. [2019?]. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/educacao-fisica/jogos-dos-povos-indigenas.htm>. Acesso em 21 de junho de 2019.

SANTINI, R. C. G. **Dimensões do lazer e da recreação: questões sociais, espaciais, sociais e psicológicas**. São Paulo: Angelotti, 1993.

SANTOS, S. M. P. (org.). **Brinquedoteca: a criança, o adulto e o lúdico**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

_____. **Brinquedoteca: o lúdico em diferentes contextos**. 11. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

_____. **O lúdico na formação do educador**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

SAVIANNI, D. **História das ideias pedagógicas no Brasil**. Campinas: Autores Associados, 2007.

SILVA, A. C.; PAIVA, I. M. R.; BARRA, A. O. Lazer, recreação e jogos cooperativos. **Efdeportes**, Buenos Aires, ano 15, n. 149, out. 2010. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd149/lazer-recreacao-e-jogos-cooperativos.htm>. Acesso em: 15 maio 2019.

SILVA, J. A. **A prática de voleibol na escola**: investigação sobre a relação ensino aprendizagem das habilidades básicas do voleibol. 54 f. 2014. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Universidade de Brasília, Polo Duas Estradas-PB, Duas Estradas-PB, 2014.

SILVA, M. S. O exercício profissional em educação física aos olhos históricos e filosóficos da ética. **Efdeportes**, Buenos Aires, ano 10, n. 72, maio 2004. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd72/etica.htm>. Acesso em: 15 maio 2019.

SILVA, T. A. C.; GONÇALVES, K. G. F. **Manual de lazer e recreação**: o mundo lúdico ao alcance de todos. São Paulo: Phorte, 2010.

SNYDERS, G. **Pedagogia progressista**. Coimbra: Almedina, 1974.

SOUZA, G. S.; GARCIA, L. S.; FERREIRA, M. S. **O lazer dentro da sociedade moderna**. **Revista Tecno-Científica**, Blumenau-SC, v. 7, mar. 2007.

TANI, G. Perspectivas para a educação física escolar. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 5, n. 1/2, 1991.

_____. Pesquisa e pós-graduação em educação física. In: PASSOS, Solange C. E. (org.). **Educação física e esportes na universidade**. Brasília: Ministério da Educação, Secretaria da Educação Física e Desporto, 1988.

TELMA, T. O. A. **Jogos e brincadeiras no Ensino Infantil e Fundamental**. 2. ed. Perdizes, SP: Cortez, 2006.

VERENGUER, R. C. G. Bacharelado e licenciatura: o caso da Educação Física. **Jornal Universitário São Judas Tadeu**, v. 2, n. 11, p. 4, 1992.

VYGOTSKY, L. S. **A formação social da mente**: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

_____. **A formação social da mente**: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. São Paulo: Martins Fontes, 1989.

WAICHMAN, P. **Tempo livre e recreação**. Campinas, SP: Papyrus, 2003.