

# RECREAÇÃO: JOGOS E DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR E COGNITIVO EM CRIANÇAS

GOBI, João Pedro Leão Ramos.<sup>1</sup>

MOLINA, Vitor Hugo Rodrigues.<sup>2</sup>

HIRAY, Hélio Cunhichiro.<sup>3</sup>

## RESUMO

*Este trabalho de revisão de literatura leva em consideração que a recreação, através de jogos e as brincadeiras, quando desenvolvidos com a intencionalidade profissional, pode ser um instrumento eficiente no desenvolvimento psicomotor e cognitivo de crianças. A recreação pode ser entendida como toda atividade e situação em que acontece a diversão, assim como relaxamento e entretenimento. Há uma infinidade de possibilidades de recreação existente na atualidade, especialmente porque cada pessoa pode descobrir e desenvolver interesses por diversas formas de recreação e diversão. A ludicidade, própria da recreação, garante um desenvolvimento psicomotor e cognitivo de forma prazerosa, especialmente com crianças. Neste sentido, cabe ao educador físico, direcionar as atividades recreativas no sentido de proporcionar ambiente, materiais e estratégias para promover o desenvolvimento de habilidades efetivas, ou seja, habilidades que possibilitem aos indivíduos o desenvolvimento psicomotor e cognitivo que os auxiliem em sua vida prática. Assim, através da revisão de literatura, através da pesquisa qualitativa, este artigo tem por objetivo aferir que, com conhecimento (do desenvolvimento humano e de sua prática), planejamento e intencionalidade, os educadores físicos podem promover o desenvolvimento psicomotor e cognitivo, de forma prazerosa e eficiente.*

**Palavras – Chave:** Desenvolvimento Psicomotor; Desenvolvimento Cognitivo; Recreação.

## 1. INTRODUÇÃO

As atividades recreativas, especialmente quando realizadas na infância, podem representar uma importante oportunidade para o desenvolvimento psicomotor e cognitivo (ARAÚJO, 2009). Segundo Vygotsky (1998), a construção do conhecimento não se dá da mesma maneira em todas as pessoas, cada uma possui habilidades que são desenvolvidas durante toda a vida e, para o desenvolvimento dessas habilidades, são necessários estímulos, respeitando as individualidades, para se buscar desenvolver competências, que devem estar em sincronia com a capacidade cognitiva de cada um.

---

<sup>1</sup>Aluno do Curso de Bacharelado em Educação Física das Faculdades Integradas Regionais de Avaré – FIRA. Artigo apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso, no Curso de Bacharelado em Educação Física das Faculdades Integradas Regionais de Avaré – FIRA, Xº semestre – 2019. Email –

<sup>2</sup>Aluno do Curso de Bacharelado em Educação Física das Faculdades Integradas Regionais de Avaré – FIRA. Artigo apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso, no Curso de Bacharelado em Educação Física das Faculdades Integradas Regionais de Avaré – FIRA, Xº semestre – 2019. Email –

<sup>3</sup>Professor Orientador do Curso de Bacharelado em Educação Física das Faculdades Integradas Regionais de Avaré – FIRA – 2019. Email –

Para Araújo (2009), além de promover habilidades psicomotoras e cognitivas, as atividades recreativas podem auxiliar no processo de socialização e no relacionamento interpessoal dos indivíduos. Num jogo, a criança se torna o ator principal, ele constrói, por meio de uma situação real/imaginária, seu contexto de vida e não apenas reproduz a realidade sociocultural na qual está inserido. Para o autor, a criança manipula simbolicamente seu contexto, expressando e transformando o ambiente em prol da atribuição de sentidos; assim, o jogo trabalha a imaginação, criatividade, fantasia, emoções e motivação.

Para Chateau (1987), a representação, para o jogo ou para a vida, possui como base, a atividade de criar e reproduzir seus efeitos de forma cultural, estimulando a criação artística e científica. Sobre isso, Vayer (1989) ressalta que, ao se sustentar o discurso de que os jogos estimulam, além da motricidade, a cognição e a emoção, os mesmos podem ser considerados uma importante fonte de promoção do desenvolvimento global. Em etapas da infância, não há limite estruturado entre a realidade e a imaginação. Embora relatados com maior abundância os jogos de faz de conta, é sabido que, mesmo naqueles que possuem regras rígidas, a imaginação também é trabalhada, como na criação de estratégias para vencer (VAYER, 1989).

Ao perceber enquanto problemática: “Como o educador físico, através de atividades recreativas, pode auxiliar no desenvolvimento psicomotor e cognitivo? ”, o trabalho traça por objetivo apresentar a prática de atividades recreativas como auxiliar, e de suma importância para o desenvolvimento cognitivo e psicomotor.

Para tal, se vale da revisão de literatura e da pesquisa qualitativa, que trabalha com descrições, comparações e interpretações e é por isso que este trabalho se define por optar por este tipo de pesquisa, a flexibilidade. Por ser mais participativa e, portanto, menos controlável, podendo o executor de a pesquisa direcionar o rumo da pesquisa em suas interações com o objeto (SEVERINO, 2000)

## **2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

### **2.1 Psicomotricidade**

Segundo Le Bouche (1990), a Psicomotricidade se dá através de ações educativas de movimentos espontâneos e atitudes corporais da criança, proporcionando-lhe uma imagem do corpo contribuindo para a formação de sua personalidade.

Atividades e jogos podem ser organizados através das produções das crianças, levando em consideração sua maturação afetiva e cognitiva pelos quais manifesta interesse e curiosidade. Nesse caso deve considerar a observação, a reflexão e a compreensão das necessidades afetivas e do comportamento emocional, baseados nos princípios que mantêm a formação de adultos na prática psicomotora (LE BOUCHE, 1990).

Recursos devem ser oferecidos para a prática psicomotora na estruturação de um projeto educativo que atenda não só a emoção, mas também a compreensão e o impedimento dessa emocionalidade, que, em algumas condições, pode ser exagerada e, em outras, inibida ou agressiva. A sessão de psicomotricidade produz um dispositivo que dá à criança a possibilidade de existir como sujeito original.

De acordo com Olalla (1995, apud. SÁNCHEZ, 2003):

A prática da psicomotricidade, portanto, deve ser entendida como um processo de ajuda que acompanha a criança em seu percurso maturativo, que vai desde a expressividade motora até o acesso à capacidade de descentração. Em tal processo, são atendidos os aspectos primordiais que formam parte da globalidade em que as crianças estão imersas nessa etapa, tais como a afetividade, a motricidade e o conhecimento, aspectos que irão evoluindo da globalidade à diferenciação, da dependência à autonomia e da impulsividade à reflexão. O percurso da maturação acontece com todos os seres humanos e deve ser o pedestal para a construção de qualquer projeto pedagógico coerente dentro da Educação Infantil, que é o primeiro ciclo da escola. Deve existir uma conexão entre os profissionais garantindo a eficácia da ação docente. Tais princípios devem atentar para que a prática psicomotora tenha sua referência em um marco de coerência educativa com plena significação. Eles devem promover um ambiente preventivo porque entende a criança como ser único, com expressividade própria, favorecendo seu próprio trajeto e suas potencialidades.

Para Cruz (2005), a psicomotricidade tende a perceber, observar e avaliar a criança, sua tecnicidade. Ela não se foca nas dificuldades ou limitações ou em seus transtornos de comportamentos que causam seu déficit cognitivo, mas se interessa em servir de acordo com o momento maturativo e afetivo. A prática psicomotora preza as potencialidades de cada indivíduo e seu direito de ter um lugar na sociedade. A criança pode demonstrar, por meio de uma grande variedade de canais de comunicação, expressão e criação, ao qual a motricidade é o principal.

O espaço da sala de motricidade e a metodologia utilizadas permite o prazer do movimento e da relação com os outros e com o espaço, ou seja, permite viver suas experiências oferecendo oportunidades para que a criança seja comunicativa, expressiva e criativa. Favorece uma evolução tanto harmônica como afetiva. É importante que o educador seja comunicativo e capaz de perceber a emoção, o sofrimento e o bem-estar da criança (CRUZ, 2005).

De acordo com Guerra (1995), a partir das vivências e de suas experiências acontece o desenvolvimento da personalidade da criança e de sua inteligência. Na criança, a sensório-motricidade compõe a principal via de emissão de seu mundo interno, organização de conceitos básicos, para faixa etária entre 0 e 6 anos.

A psicomotricidade coloca a criança no centro a partir de sua atividade motora e adquire uma prática pedagógica direcionada a alcançar a infraestrutura simbólica que tem toda a ação espontânea. Para Rota (1994), a prática da psicomotricidade tem por objeto favorecer e potencializar a adaptação harmônica do indivíduo a seu meio, partindo da própria identidade fundamentada e manifestam através das relações estabelecidas pelo corpo com o tempo, o espaço e outros.

De acordo com Arnaiz Sánches (2003), na perspectiva Freudiana, o processo maturativo e evolutivo da criança têm três fases. A primeira é a união entre psique e soma, a segunda é a simbologia da ação e a terceira é investigar os parâmetros psicomotores com a finalidade de criar ferramentas para notar e acompanhar a evolução da criança na sala de psicomotricidade.

Na a formação da personalidade, emoção e percepção da criança acontece a pulsão, um conceito freudiano cujo processo é dinâmico, impulsionando o corpo em direção a uma meta, no qual desenvolve o equilíbrio de estado de tensão, que causa prazer ou desprazer. Vividas as sensações prazerosas, acontece a memorização nas lembranças de prazer que dão origem às primeiras imagens mentais, que são a concordância entre psique e soma que identifica, escolhe e processa as experiências da nossa mente que reflete em todos os órgãos do corpo. Essa primeira estruturação psíquica faz com que sejam descobertas as raízes de experiências sensoriais profundas como prazer, sensações, emoções, formas, sabores, odores, movimentos, contatos e outros, que são inconscientes e que, mais tarde, aparecerão em atividades não verbais como a corporal, expressões práticas e simbólicas. Com a construção de sua própria identidade e do corpo como unidade psicossomática a criança se torna um ser único (ARNAIZ SÁNCHEZ, 2003, p. 45).

Arnaiz Sánches (2003) diz que no processo de maturação, na proposta Freudiana, existe a pulsão de apego e a pulsão de domínio, na função de apego o prazer da criança está na proximidade com o outro, mas também pode ocorrer o oposto sendo o distanciamento ao qual lhe proporcionará a pulsão de domínio que centre e domine seu próprio corpo. Ambas pulsões se revelam por sistema motor quer leva a uma ideia de perto e de longe. Como a criança faz uso de objetos, espaços entre outros nas sessões de psicomotricidade. Desvendar como vive o prazer de apegar e desapegar e como utiliza o perto e o longe são também sua segurança afetiva no jogo. A prática psicomotora é indicada a criança com o objetivo de alcançar a totalidade da expressão, fazendo com que aconteça acontece a ligação entre a estrutura motora, afetiva e as possibilidades cognitivas.

Em relação ao movimento na psicomotricidade, segundo Arnaiz Sánchez (2003), Wallon destaca a importância da função tônica muscular que é a contração contínua, passiva e parcial dos músculos, ajudando a manter a postura, ou seja, é a atividade que mantém em todos os movimentos os músculos em forma, na posição que tomaram, e que lhes dá um grau variável de consistência. E mesmo o corpo estando em repouso, as células nervosas estão em atividade para manter a postura, conter as cargas emocionais, expressá-las ou realizar qualquer tipo de gesto. Portanto através dos tónus se expressam múltiplos aspectos afetivos, viscerais, nervosos e intelectuais.

Nesse sentido, a criança, de acordo com Kunz (1991), através da ação (sensório-motora), conforme a base tônico-emocional e na vida fantasmática constante, usa o mundo do espaço, dos objetos e das pessoas. Sendo assim, a carga emocional que conduz sua ação se relaciona com a afetividade mais profunda, ou seja, com sua história afetiva e seu inconsciente. Tudo o que estava contido na consciência em relação ao desprazer e à frustração forma a noção de expressividade motora.

Para Arnaiz Sánchez (2003) existem três componentes básicos também que situam a expressividade motora ligada entre si. O aspecto neuromotor ajuda a observação das oportunidades motoras por meio da qualidade do movimento e do ajuste postural. O aspecto afetivo-relacional deixa compreender o que o que pertence à afetividade da criança, a emoção, o prazer ou desprazer no espaço em relação ao outro. A dimensão cognitiva a partir dos aspectos perceptivo-motores é como a criança alcança o espaço e o integra em seu conhecimento, descoberta do tempo, como usa e opera o material, organiza objetos e estrutura seu esquema corporal integrando aspectos de sua imagem.

Nesta visão, para Rota (1994), a prática psicomotora se compõe da mediação do educador, que estima e atua sobre a expressividade motora da criança. O educador deve pôr em vigor essa prática de uma forma dinâmica e fluida, porém, precisa estar preparado.

Esse percurso da auto formação divide-se em três componentes: a formação pessoal conhecimento e conexão da unidade psicossomática, seu alvo é que os participantes alcancem o sistema de atitudes precisas para criar uma relação tônico-emocional adequada; a formação teórica o objetivo é completar o processo de maturação psicomotora e psicoafetiva da criança, dar significado às suas ações e às combinações de intervenção em que fundamenta a prática; e a formação prática a ligação direta com as crianças na sala da psicomotricidade, beneficia a atualização e importância dos conhecimentos que diz respeito a psicomotricidade em formação conhecendo os conjuntos fundamentais de seu processo pessoal (ROTA, 1994, p. 13).

O exercício da psicomotricidade tem ponto de vista preventivo e educativo. Preventivo porque auxilia na prevenção de dificuldades de comportamento e aprendizagem, observando os momentos intensos e espontâneos, vivenciados pelo jogo em um ambiente de segurança, por meio do agrado sensório-motor. Isso favorece o tratamento dos obstáculos e dos bloqueios, ajudando na comunicação da criança.

## **2.2 O jogo de inteligência como auxiliar no desenvolvimento psicomotor e cognitivo**

Os jogos de inteligência, independentemente do local de ensino, são aqueles que se apoiam na concepção pedagógica que valoriza um processo de ensino e aprendizagem da iniciação esportiva, no qual é enfatizada a importância da ação de jogar, os jogos e as brincadeiras de rua, o jogar para aprender e o aprender jogando (GRECO, SILVA, SANTOS, 2009).

De acordo com Cruz (2013) as atividades com jogos, a dança, as lutas, brincadeiras tradicionais, etc podem favorecer o desenvolvimento cognitivo, especialmente em crianças, de maneira prazerosa e efetiva. O autor entende que, se o futsal é um dos esportes mais apreciados pelas crianças, este pode ser muito útil para novas aprendizagens. Acrescenta ainda que, no futsal atual são utilizados pelos professores e treinadores os jogos de inteligência. Para Santana (2012):

Ação é o que mais vemos nas aulas de futsal. Evidente: será participando de atividades motoras adequadas e bem orientadas que as crianças aprenderão as habilidades específicas (passe, chute, domínio...) exigidas no jogo de futsal. É por aí mesmo – praticando e executando – que as crianças aprenderão a jogar bem futsal. (SANTANA, 2012, p. 01).

Os autores Greco, Silva e Santos (2009) dizem que, para o processo de ensino é imprescindível organizar os parâmetros constitutivos dos esportes (tática, técnica) em uma sequência caracterizada pela aprendizagem incidental (jogar para aprender) à aprendizagem intencional (aprender jogando).

Garganta (2002) vê no sucesso da ação do jogador a capacidade de se adaptar aos diversos contextos e momentos do jogo, da obtenção do ponto (gol) até a capacidade de evitar o ponto do adversário. Para que isso ocorra, é necessário a tomada de decisões de forma rápida, é necessário o conhecimento da posição dos colegas e dos adversários, o reconhecimento da trajetória a ser tomada pela bola, tanto para dominá-la quanto para

proteger-se do avanço adversário quando este tem posse dela. Isso tudo de acordo com regras, sistema tático e técnico específico (ARAÚJO, 2009).

A aprendizagem tática descrita acima faz parte dos denominados jogos de inteligência e criatividade tática (ROTH, 2002) e se caracterizam, segundo GRECO e BRENDA (1998) por seu caráter implícito, o aprendiz adquire habilidades motoras inconscientemente, através da realização das atividades sugeridas, às vezes, repetidamente, mesmo quando realizado de forma correta.

Uma das formas muito utilizadas nos treinos de futsal são jogos com regras adaptadas, com algumas modificações que simplificam ou diminuem o ritmo do jogo ou, ainda, aceleram o ritmo se utilizando de número reduzido de jogadores, espaços menores e outras adaptações que permitam continuidade das ações, sem comprometer o sucesso do jogo (OLIVEIRA, 1995). Esses são os chamados jogos reduzidos.

Os Jogos Reduzidos são caracterizados pela dimensão reduzida do campo ou quadra e do número de jogadores. De acordo com Bertolini (2015), os jogos reduzidos são uma metodologia de treinamento que se tornam determinante para o desempenho técnico, tático e físico dos atletas. Assim, sua utilização sistemática possibilita alcançar diversos benefícios se, no planejamento, os objetivos forem bem definidos (BERTOLINI, 2015).

Para Clemente e Rocha (2012), a adoção de modelos de prática ecológica que contemplem o desenvolvimento de jogos reduzidos revelam-se como oportunidades de agregar em simultâneos conteúdos técnicos, táticos e sociais, bem como, incrementar as capacidades condicionais dos indivíduos.

O educador poderá adaptar a intensidade da atividade através da variação da dimensão do campo (TESSITORE, et al., 2006). Efetivamente, de forma geral, as dimensões do campo poderão alterar os padrões cinemáticos dos praticantes constringendo-os a incidir em determinados tipos de movimentos. No fundo, conceder espaços maiores ou menores poderá condicionar o tempo para a tomada de decisão, no sentido de conservar bola ou correr longas distâncias (CLEMENTE, et al., 2012).

Sobre o que se espera do desempenho, Garganta (1995) diz que a técnica não existe sem a tática e vice-versa. O autor entende que o que deve ser feito em uma situação de jogo (a técnica) é demandado pelas exigências da situação (a tática), não devendo se restringir a técnica somente à execução perfeita de um movimento específico para o jogo, mas ao conjunto dos modos de fazer que se faz necessário à sua prática. A tática não se reduz ao sistema de jogo definido, mas as razões do fazer que orientam as ações exigidas pela própria situação (GARGANTA, 1995).

De acordo com Leitão (2014), embora pareça óbvia a ideia da correlação entre técnica e tática, ainda se alardeia que treino tático é uma coisa, treino técnico é outra e o coletivo segue a mesma linha. Os jogos em campo reduzido, os jogos adaptados, os treinamentos de ataque contra defesa ou os "Coletivos" devem ser etapas de um processo que se completa jogando o jogo. O coletivo não deve ser entendido como um jogo sem pretensões de melhora tática (LEITÃO, 2014).

Para Bangsbo (2006), nos esportes coletivos de características intermitentes, existe uma tendência a buscar métodos que possam aprimorar as capacidades físicas juntamente com as qualidades técnicas e táticas a partir do método global ou integrado.

De acordo com Bayer (1994), todos os jogos têm a mesma estrutura: todas as modalidades coletivas têm uma bola (implemento similar), um alvo a atacar e um alvo a defender, companheiros de equipe, adversários, etc.

Garganta (1995), em contraposição às formas Centrada na Técnica e Centrada no Jogo Formal, propõe a forma Centrada nos Jogos Condicionados, que têm como características uma metodologia de desmontagem do jogo, não em elementos técnicos, mas em unidades funcionais, possibilitando sua reconstrução ao longo do processo, garantindo, assim, que os princípios do jogo regulem toda a aprendizagem.

A compreensão das fases do jogo permite organizar conteúdos que facilitem a aprendizagem ao longo do processo de formação de atletas. É bom lembrar que as quatro fases descritas por Garganta (1995) dependem também de variáveis indissociáveis: a) a comunicação entre os jogadores, b) a estruturação no espaço de jogo, e c) a relação com a bola (GARGANTA, 1995).

Neste sentido, Bayer (1994) propõe uma sistematização na ideia de esporte coletivo com seis princípios operacionais, três de defesa e três de ataque. São eles:

**Situação de ataque:** 1) conservação da posse de bola; 2) progressão da bola e da equipe em direção ao alvo adversário; 3) finalização em direção ao alvo;

**Situação de defesa:** 1) recuperação da posse de bola; 2) contenção da bola e da equipe adversária em direção ao próprio alvo; 3) proteção do alvo (BAYER, 1994, p. 47).

A principal consequência esperada com a utilização dessa metodologia consiste em melhor compreensão por parte do atleta dos princípios operacionais (BAYER, 1994) que regulam o jogo. Cada jogo reduzido é construído para um determinado objetivo, como a pressão, a amplitude, movimentações de ruptura ou qualquer complemento que o treinador entenda que os jogadores devem treinar (CORREIA, 2012).



Para Barros (2015), a mudança de corredor de ataque é uma competência coletiva necessária que tem como objetivo a manutenção da posse de bola, a busca por espaços menos povoados e a criação de igualdade ou superioridade numérica que potencializem as possibilidades de gerar desequilíbrio ao oponente.

Leitão (2014) entende que o coletivo por si só pode não representar as exigências que proporcionem o desenvolvimento da equipe. Há que se pensar na questão da inteligência.

Se uma equipe joga no 1-4-4-2 em linha e no coletivo enfrenta invariavelmente um 1-4-4-2 em losango, estará ela exercitando situações-problema restritas às possibilidades desse confronto. Então, mesmo no coletivo, deve-se buscar um maior número de situações que permitam a equipe uma melhor compreensão sobre o jogo (LEITÃO, 2014, p. 52).

Para Bayer (1994), quanto aos princípios operacionais:

Os praticantes sempre realizam um ou mais princípios, onde a primeira evita a especialização precoce em uma modalidade esportiva, buscando o conhecimento da estrutura de todas elas, e a outra estimula os praticantes a compreender a dinâmica tática do jogo, procurando ações mais inteligentes para a solução das situações-problemas que surgem no jogo (BAYER, 1994, p. 55).

É relevante que se tenha em mente que os processos descritos por Garganta (1995) e Bayer (1994) não devem ter um caráter mecanicista, negando o paradoxo da abordagem tática do jogo sob a o prisma do tecnicismo, uma vez que é impossível que inteligência de jogo e compreensão tático-estratégica seja adquirida de forma mecânica e cartesiana (BERTOLINI, 2015).

O treinamento no modelo de jogos reduzidos pode alcançar uma intensidade de exercício adequada para melhorar tanto o condicionamento específico de modalidades intermitentes (testes de campo), como variáveis aeróbias, assim como o consumo máximo de oxigênio (VO<sub>2</sub>max) e os limiares de transição fisiológica (DA SILVA et al., 2011). Assim, a preparação física deve ser baseada na realização de exercícios específicos da modalidade, visto que os mesmos resultarão em modificações anatômicas e fisiológicas que se relacionam as necessidades da mesma (DA SILVA et al., 2011).

Para Bertolini (2015), os jogos reduzidos são uma possibilidade de melhor atuação desportiva, principalmente para melhorar a aplicação no desenvolvimento e aprofundamento dos três fatores que fundamentam o jogo: a técnica, a tática, e a física, bem como uma grande contribuição dos jogos em relação a criar situações inteligentes de defesa e ataque, as quais têm como principal característica o pensar para se jogar. Fornecem possibilidades de ações

complexas em certas situações de jogo, onde a movimentação e ocupação dos espaços vazios se dão com ou sem a bola, de maneira individual e coletiva, para assim conseguir atingir um objetivo proposto de ataque (fazer o gol) e defesa (não levar o gol) (BERTOLINI, 2015).

Para Correia (2012), este tipo de atividade tem um papel fundamental no treino da equipe, pois permite que aos jogadores treinem várias ações diferentes de forma contínua, assim como compreender o espaço e as movimentações no exercício. O autor entende que, através dos jogos reduzidos, podem ser desenvolvidas características técnicas, táticas, físicas e psicológicas num só exercício ao mesmo tempo, o que permite aos jogadores treinar perante situações mais parecidas com o jogo.

### **2.3 Recreação e desenvolvimento cognitivo e psicomotor**

A recreação pode ser entendida como a prática de atividades lúdicas, e envolvem a espontaneidade, a liberdade de expressão, a criatividade, a alegria, o prazer de forma individual ou coletiva (VALDUGA, 2011). Para Vieira (2016), muitas são as atividades recreativas que podem ser desenvolvidas na escola, em clubes, empresas, acampamentos, etc. Ela é importante não só na infância, mas em todas as fases da vida. O termo “recreação” vem do latim recreare e significa “criar novamente” no sentido positivo, ascendente e dinâmico (FERREIRA, 2003). Para Castro (2007), a recreação contempla um conjunto de atividades de caráter lúdico e recreativo, que se destinam a promover o entretenimento e o divertimento.

A recreação vai além da ludicidade, extravaso, satisfação e prazer de fazer alguma atividade motivadora. Recrear é educar, pois a recreação permite criar e satisfazer o espírito estético do ser humano, ricos em possibilidades culturais, permite escapar do desagradável, utilizando excesso de energia ou diminuindo tensão emocional (GOUVEA, 1963, p. 13).

As atividades recreativas retratam a liberdade e a espontaneidade, sem coação interna ou externa de forma obrigatória ou opressora. De acordo com Ferreira (2003), elas trazem inúmeros benefícios, fazendo com que todos participem com grande satisfação de atividades, sem melindre e com muita criatividade independente dos recursos disponíveis, além de permitir que haja aprendizagem com as pessoas que estejam envolvidas nas tarefas e desenvolve muitas habilidades como equilíbrio, propriocepção, confiança, lealdade, força, atenção, agilidade em tomar decisões e principalmente adquirir bons hábitos na convivência social.

Desta maneira, para Vieira (2016) os objetivos da recreação são: integrar o indivíduo ao meio social; desenvolver o conhecimento mútuo e a participação grupal; facilitar o agrupamento por idade ou afinidades; desenvolver a ocupação para o tempo ocioso; adquirir hábitos de relações interpessoais; desinibir e desbloquear; desenvolver a comunicação verbal e não-verbal; descobrir habilidades lúdicas; desenvolver a adaptação emocional; descobrir sistemas de valores; dar evasão ao excesso de energia e aumentar a capacidade mental dos indivíduos. Para o autor, esses objetivos remetem ao desenvolvimento global dos indivíduos.

De acordo com Duarte (2003), Piaget teve seus estudos sobre desenvolvimento humano baseados, sobretudo, na observação do comportamento lúdico das crianças. Para o autor, Piaget entendia que o desenvolvimento humano ocorre por estágios e de maneira progressiva e cada estágio envolve brincadeiras específicas, que não exclui a prática de outras. Cada tipo de brincadeira envolve elementos motores e cognitivos diferentes e, portanto, podem ser utilizados para desenvolver habilidades motoras e cognitivas distintas. Assim, as atividades lúdicas fazem parte do universo humano em todas as idades (DUARTE, 2003).

O lúdico ou o recreativo tem uma grande capacidade de absorver o indivíduo intensamente, cria um clima de entusiasmo e motivação e está cada vez mais se afastando do simples sinônimo de jogo ou brincadeira e se firmando como um elemento importante no comportamento e desenvolvimento humano (TEIXEIRA, 1995). Desta forma, o mesmo autor entende que as atividades recreativas ou lúdicas podem ser uma importante ferramenta ao possibilitar integração, comunicação, autocontrole, disciplina, respeito, atenção, raciocínio, etc.

Dentro das atividades lúdicas, Duarte (2003) percebe que as atitudes e valores cobrados dos indivíduos e esperados, como a relação interpessoal mais harmoniosa são refletidos em aprendizado mais prazeroso e efetivo. Sampaio et al (2009) relatam que o lazer e a recreação ou lúdico não são entendidos como algo neutro ou isolado, mas, como ferramenta para a melhoria da qualidade de vida.

Nunes (2004) diz que a recreação pode ser utilizada para estimular o aprendizado, a criatividade e a boa relação entre os indivíduos, somando, assim, de maneira positiva a busca de resultados desejados, o que, na prática, é o estímulo a construção de novos conhecimentos e comportamentos saudáveis.

Embora a maioria das pessoas entendem o lúdico e o lazer como sinônimos, eles são elementos distintos, embora próximos. Bramante (1998) relata que o lúdico ou atividade lúdica e recreativa, na forma de jogos e brincadeiras diversas, origina-se da palavra latina “ludus” que significa “jogo” e tem por finalidade e característica principal proporcionar

prazer e entretenimento ao praticante. Segundo o autor, o lazer ou atividade de lazer é entendido como algo mais amplo e, em sua essência, sempre será um momento lúdico e divertido, o eixo principal é a ludicidade.

Fortuna (2000) relata que a prática do lazer e da ludicidade é entendida como prática social e elemento de transformação, passível de questionar os valores dominantes do atual modelo de sociedade.

Kishimoto (1997) diz que o lúdico tem como benefícios o estímulo à criatividade, afetividade, atenção, raciocínio, cooperação, além de promover uma melhor qualidade de vida. Teixeira (1995) salienta a necessidade em se utilizar a atividade recreativa de maneira planejada, consciente e com domínio por parte do educador físico. Para Friedmann (2003) o lúdico requer um posicionamento sério para não cair no faz de conta ou no improviso. O autor entende que o educador físico deve ser o mediador durante as atividades recreativas. Ele deve ater-se em proporcionar a participação de todos os envolvidos nas atividades.

Valduga (2011) relata que o papel principal das atividades recreativas é o de dar outras possibilidades de compreensão para o esporte e proporcionar aos indivíduos o desenvolvimento funcional e a qualidade de vida. No que diz respeito à recreação em específico, propiciar o desenvolvimento de habilidades da criança é permitir que a própria corporeidade manifeste uma intencionalidade operante na respectiva motricidade, sem distinção alguma, porque a vida é constituída de movimento que tem alcance pessoal, social, cultural e político.

### **3. METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão de literatura, de pesquisa qualitativa e, portanto, narrativa, onde foram buscados artigos que trouxessem dados importantes que possibilitam aferir a importância das atividades recreativas para o desenvolvimento psicomotor e cognitivo do indivíduo.

Segundo Rother (2007), os artigos de revisão narrativa são publicações amplas, apropriadas para descrever e discutir o desenvolvimento ou o "estado da arte" de um determinado assunto, sob ponto de vista teórico ou contextual. As revisões narrativas não informam as fontes de informação utilizadas, a metodologia para busca das referências, nem os critérios utilizados na avaliação e seleção dos trabalhos. Constituem, basicamente, de análise da literatura publicada em livros, artigos de revista impressas e/ou eletrônicas na interpretação e análise crítica pessoal do autor.

Para responder à questão norteadora: “Como as atividades recreativas podem contribuir para o desenvolvimento psicomotor e cognitivo?” Foi realizada uma busca avançada, realizada nos primeiros meses do ano de 2019, utilizando-se dos termos delimitadores da pesquisa, Recreação - Psicomotricidade - desenvolvimento cognitivo como descritores para o levantamento de dados dos últimos anos. Esse processo envolveu atividades de busca, identificação, fichamento de estudos, mapeamento e análise.

Após essa etapa foi realizada a leitura dos resumos dos artigos, etapa necessária pela quantidade de material encontrada, que consistia em grande parte, de material sobre assuntos que tratavam de aspectos parciais mesmo com o uso dos descritores. Os dados coletados para a seleção dos artigos analisados neste estudo atenderam aos seguintes critérios de inclusão: tratar-se de artigo original, ter resumo completo na base de dados, no idioma de Língua Portuguesa, cujo objeto de estudo seja de interesse dessa revisão narrativa e que esteja disponível gratuitamente, na íntegra e em formato eletrônico na base de dados, publicado nos últimos anos.

#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com os estudos realizados foi possível perceber que o brinquedo, a brincadeira e o jogo, ou seja, as atividades recreativas, são caracterizados como organizações lúdicas importantes para o desenvolvimento das crianças, além de possibilitar a flexibilização de regras, de espaço, de tempo, de movimentos ampliando as habilidades básicas e as atividades recreativas. Favorecem também ampla participação e convivência entre as crianças, promovendo o desenvolvimento geral do ser humano, desenvolvendo aspectos físicos, cognitivos, afetivos e sociais, elementos essenciais para o desenvolvimento e aprendizagem dos pequenos.

Por meio do brinquedo, da brincadeira e do jogo as crianças compartilham alegrias, tristezas, entusiasmo, passividade e agressividade. A criança mantém uma relação com as atividades recreativas muito mais afetiva e prazerosa do que eficiente. O trabalho com esse tipo de atividade requer cuidados especiais, pois o educador físico, além de ter o profundo conhecimento ou vivência da prática das atividades, deve possuir conhecimento a respeito da turma, desenvolvendo aspectos de esquema corporal, equilíbrio, lateralidade, organização do corpo no espaço e tempo e coordenação motora, oportunizando assim uma variedade de experiências motoras, bem como contato com vários objetos em diferentes espaços.

O educador físico deve manter sempre a motivação da turma e seu interesse pelas atividades, sabendo a hora de trocá-las, sendo que os indivíduos devem sentir-se seguros e desinibidos para participar da atividade.

#### 4. REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, D. O desenvolvimento da competência tática no desporto: o papel dos constrangimentos no comportamento decisional. **Motriz**, Rio Claro, v.15, n.3, 2009.
- ARNAIZ SÁNCHEZ, P. **Diversidade e multiculturalismo em sala de aula**. Indiviso, boletim de estudos de pesquisa, n. ° 4. Departamento de organização didática e a escola. Universidade de Múrcia, 2003.
- BANGSBO J., MOHR, M., POULSEN, A., PEREZ-GOMEZ, J., KRUSTRUP, P. Jogos Reduzidos: otimizando o uso de treinos de futebol para o desenvolvimento fisiológico. **Jornal: Força e condicionamento**, 2006.
- BARROS, E. **Como estimular a equipe a mudar de corredor de ataque** (2015). Disponível em: <http://universidadedofutebol.com.br> Acesso em 16 de julho de 2019.
- BAYER, C. **O ensino dos desportos coletivos**: Dinalivros, 1994.
- BERTOLINI, S. **Jogos reduzidos**: uma possibilidade a se explorar (2015). Disponível em: <http://universidadedofutebol.com.br> Acesso em 12 de julho de 2019.
- BRAMANTE, A.C. Lazer: concepções e significados. **Licere – Revista do Centro de Recreação e Lazer/EEF/UFGM**, Belo Horizonte, v. I, n. I, p, 9-17, set. 1998.
- CHATEU, J. **O Jogo e a Criança**, São Paulo, Ed.Summus,1987.
- CLEMENTE, F.; COUCEIRO, M.; MARTINS, F.M.L.; MENDES, R. A utilidade dos lados pequenos jogos em treinamento de futebol. **Revista Brasileira de educação física e esporte**, v. 12, n. 1, 2012.
- CLEMENTE, F.; ROCHA, R. **Jogos Reduzidos na Educação Física**: Efeitos na Intensidade da Prática. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Portugal, 2012.
- CRUZ, G. A de M. **Futsal**: o jogo de inteligência dentro das aulas de Educação Física (2013). Disponível em: <http://www.efdeportes.com> Acesso em 16 de julho de 2019.
- CRUZ, G.C; FERREIRA, J.R. Processo de formação continuada de professores de Educação Física em contexto educacional inclusivo. **Revista Brasileira Educação Física Especial**, 19 (2), 2005.
- DA SILVA, C. D.; IMPELLIZZERI, F. M.; NATALI, A. J.; DE LIMA, J. R. P.; BARAFILHO, M. G.; SILAMI-GARCIA, E.; MARINS, J. C. B. Exercício de intensidade e requisitos técnicos de pequenas faces jogos em jogadores jovens do futebol brasileiro: efeito do número de jogadores, maturação e confiabilidade. **Jornal da pesquisa de condição de força**, 2011.
- DUARTE, G.D. **Reflexões sobre a teoria do desenvolvimento da inteligência humana, de Jean Piaget**. PGIE, Pelotas, UFRGS, PIE00027, 2003.

- FERREIRA V. **Educação Física, Recreação, Jogos e Desportos**. Rio de Janeiro. Sprint. 2003.
- FORTUNA, T.R. Sala de aula é lugar de brincar? In: XAVIER, M.L.M. e DALLA ZEN, M.I.H. (org.). **Planejamento em destaque: análises menos convencionais**. Porto Alegre: Mediação, 2000.
- FRIEDMANN, A. **A importância do brincar**. Jornal diário na escola: Santo André, SP, 2003.
- GARGANTA, J. Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos. In: A. Graça & J. Oliveira (Eds.). **O ensino dos jogos desportivos**. 2ed. Porto, Universidade do Porto, 1995.
- GARGANTA, J. O treino da tática e da técnica nos jogos desportivos à luz do compromisso cognição-ação. In **Esporte e Atividade Física. Interação entre o rendimento e saúde V**. Barbanti, A. Amandio, J. Bento & A. Marques (eds). S. Paulo: Manole, 2002.
- GOUVÊA R. **Recreação**. Rio de Janeiro: Livraria Agir Editora, 1963.
- GRECO, P. J.; BENDA, R. N. **Iniciação Esportiva Universal**. Metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube. Belo Horizonte: UFMG, 1998.
- GRECO, P. J.; SILVA, S. A.; SANTOS, L. R. Organização e desenvolvimento pedagógico do esporte no programa segundo tempo. In: OLIVEIRA, A. B.; PERIM, G. L. (Ed.). **Fundamentos pedagógicos do Programa Segundo Tempo: da reflexão a prática**. Eduem. Maringá, 2009.
- GUERRA, M. da G. **Jogos na Educação: criar, fazer, jogar**. 2 ed. São Paulo: Cortez, 1995.
- KUNZ, E. **O esporte como auxílio da Educação**. Contexto & Educação, v.15,1991.
- KISHIMOTO, T.M. **Jogo, brinquedo, brincadeira e a educação**. 6. ed. São Paulo: Cortez, 1997.
- LE BOUCHE, J. **Educação psicomotora na idade escolar**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990.
- NUNES, A.R.S.C.A. **O Lúdico na aquisição da segunda língua**. Joinville: Ed. Univille, 2004
- OLIVEIRA, S.L. de. **Tratado de metodologia científica: projetos de pesquisa, TGI, TCC, monografias, dissertações e teses**. São Paulo: Pioneira, 1995.
- ROTA, I. **A Prática Psicomotora Preventivo-educativa**. Curso de Pós-graduação em prática psicomotora educativa, Universidade de Múrcia, 1994.
- SAMPAIO, I. C. M de.; DUARTE, L. F. L.; SILVIA, V. A da. Educação lúdica. **Revista Educação**, 2009.
- SANTANA, W. **Selecione o brinquedo certo para a aula de futsal**. Londrina, fev. 2012. Disponível em <http://www.pedagogiadofutsal.com.br> Acesso em 15 de julho de 2019.



SEVERINO, A.J., **Metodologia do trabalho científico**. 21ed.rev. e ampl., São Paulo: Cortez, 2000.

TEIXEIRA, C.E.J. **A ludicidade na escola**. São Paulo: Loyola, 1995.

VALDUGA, C. Jogo na Educação Física: discussões e reflexões. **Efdeportes.com**, Buenos Aires, ago. 2011.

VAYER, P. **A integração da criança deficiente na classe**. São Paulo: Manole; 1989.

VIEIRA, A. **A educação física e a recreação: uma nova proposta de trabalho!** Site Médico – sua saúde cada vez melhor! 2016.

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