A IMPORTÂNCIA DA RECREAÇÃO PARA

o primeiro ciclo escolar

Renato Gagg Lourenço

(educador Físico)

**Introdução**

O presente artigo veio ressaltar a importância e o verdadeiro sentido da recreação. Mostrando os significado das palavras mais usados por crianças e também por adultos, como brincadeiras, jogos, diversão....Enfoca a importância de se trabalhar de forma a dar significado e objetivos em tudo que for realizado, com crianças de 6 a 8 anos, na qual está iniciando seu repertório motor mais apurado.

**O que é recreação?**

A palavra recreação vem do latim recreare e significa "criar novamente"no sentido positivo, ascendente e dinâmico (Ferreira 2003).

Silva 1959 informa que a definição de recreação pode ser achada no termo inglês "PLAY" significado que o homem encontra uma verdadeira satisfação e alegria no que esta fazendo. Representa uma atividade que é livre e espontânea na qual o interesse se mantém por si só, sem nenhuma compulsão interna ou externa de forma obrigatória ou opressora.

Para Mian 2003 recreação significa satisfação e alegria naquilo que faz.Retrata uma atividade que é livre e espontânea e na qual o interesse se mantém por si só, sem nenhuma coação interna ou externa de forma obrigatória ou opressora, afora e prazer.

SCHMIT apud FRIETZEN define a recreação como sendo o relaxamento do organismo e da mente. É diversão, renovação, recuperação. È a atividade livremente escolhida exercida nas horas de lazer ativa ou passiva, individualmente ou em grupo, organizada ou espontânea.

A recreação tem o objetivo de criar condições ótimas para o desenvolvimento integral das pessoas, promovendo a sua participação individual e coletivas em ações que melhorem a qualidade de vida a preservação da natureza e afirmação dos valores essências da humanidade.

Segundo Gouvêa 1963 recrear é educar, pois a recreação permite criar e satisfazer o espírito estético do ser humano ricas possibilidades culturais, permite escapar do desagradável, utilizando excesso de energia ou diminuindo tensão emocional; é experiência, complementa atividade compensadora, descarrega impulsos agressivos, fuga de pressão social que provoca frustração, monotonia ou ansiedade.

Já Kishimoto (1997) define recreação como atividade física ou mental a que o indivíduo é naturalmente impelido para satisfazer as necessidades físicas, psíquicas, ou sociais, de cujas realizações lhe advém prazer, e que é aprovada pela sociedade.

O entretenimento em si mesmo não é, sempre recreação. Muitas diversões, muitos passatempos catalogados ou tidos como recreadores, não passam de atividades destruídas, nocivas a formação do caráter, responsáveis por grande número de problemas morais e sociais. A verdadeira recreação contém todos elementos citados - entretenimento, diversões, passatempos e distração- mas em um nível construtivo. Atividades feitas apenas com o sentido de "matar o tempo" não podem ser classificadas como recreação relata Silva 1959.

Infelizmente, nossas crianças na maioria das escolas recebemregras prontas, não significações. Elas devem aceitá-las para poder transformar num bom adulto. E o mesmo acontece com os professores. (Mian 2003)

Nem todo passatempo é recreação, nem toda diversão é uma atividade recreativa cita Ferreira 2003.

**JOGOS E BRINCADEIRAS**

Os jogos surgiram na Grécia como forma de diversão passando mais tarde a serem aperfeiçoados e estudados por grandes mestres a fim de tomá-lo parte do desenvolvimento educacional da criança. Depois da segunda guerra mundial e com a criação da ACM. Associação Cristã de Moços em vários países, o jogo como um fator educacional, começou a ocupar espaço (Ferreira 2003).

Segundo Zacharias e Cavallari (2008) se uma atividade recreativa permite alcançar vitória, ou seja, pode haver um vencedor, estamos tratando de um jogo.O jogo busca um vencedor,

Ferreira (2003) jogo é uma atividade física, e/ ou mental que favorece a sociabilização obedecendo a um sistema de regras, visando um determinado objetivo, sendo uma atividade que tem começo, meio e fim, regras a seguir e um provável vencedor. O jogo educativo é um elemento de observação e conhecimento metodológico da psicologia da criança, suas tendências, qualidades, aptidões, lacunas e defeitos.

Jogo é uma das experiências mais ricas e polivalentes e, uma necessidade básica para a idade infantil. A revalorização do tempo livre, nos últimos tempos e a continuidade do ensino de expressão dinâmicas vão despertando uma renovada atenção em direção ao aspecto lúdico, a psicomotricidade e suas grandes possibilidades (SILVA, 1999).

Cavallari e Zacharias 2005 diz que todo jogo apresenta uma evolução regular, ele tem começo meio e fim. Conseqüentemente existem maneiras formais de se proceder.

A maneira como se joga pode tornar o jogo mais importante o que imaginamos, pois significa nada menos que a maneira como, estamos no mundo.Os jogos de que as crianças participam tornam-se seus jogos de vida.Participando destes jogos tocamos uns aos outros pelo coração. Desfazemos a ilusão de sermos separados e isolados. E percebemos o quanto é bom e importante será gente mesmo e respeitar a singularidade do outro (BROTO, 2003).

O professor tem seu papel nos jogos, ele representa e projeta a maneira de jogar, ele é quem comunicar -se através de voz audível e gestos harmoniosos, afim de promover uma atmosfera agradável sua experiência é fundamental, pois através de seus exemplos conquista a confiança e cria uma relação de atividade criativa e amigável (SILVA, 1959).

**BRINCADEIRAS**

Desde a civilização o brincar é uma atividade das crianças naquela época a brincadeira não era considerado um elemento cultural, do riso, do folclore e do carnaval (VELASCO, 1996).

Cavallari e Zacharias define como a principal diferença entre jogo e brincadeira é o vencedor, na brincadeira não há como ter um vencedor. Ela simplesmente acontece e segue-se se desenvolvendo enquanto houver motivação e interesse por ela.

Para a criança brincar é a coisa mais séria do mundo, é tão necessária ao seu desenvolvimento quanto o alimento e o descanso. É o meio que a criança tem de travar conhecimento com o mundo e adaptar-se ao que rodeia (FRITZEN, 1995).

É por meio de brincar que a criança torna-se intermediária entre a realidade interna e externa, participando, entendendo e percebendo-se como membro integrante do seu meio social. É brincando também, que a criança deixa de ser passiva para tornar-se responsável pela a ação realizada, decidindo os rumos das situações socioculturais por ela criadas é vivenciada sentimentos diversos, que contribui para a formação da sua personalidade (MIAN, 2002).

MARCELLINO (1990) informa que através do prazer, o brincar possibilita a criança a vivência de sua faixa etária e ainda contribui de modo significativo para sua formação como ser humano, participando da cultura da sociedade que vive, e não apenas como mero indivíduo requeridos pelos padrões de produtividade social. Sendo assim a vivência do lúdico é imprecendível em termos de participação cultural e crítica e, principalmente criativa. Marcellino descreve também o quanto é fundamental assegurar a criança o tempo e o espaço para que o lúdico seja vivenciado com intensidade capaz de formar a base sólida da criatividade e da participação cultural e, sobretudo para o exercício do prazer de viver. São os conteúdos e a forma (produtos e processo) da cultura da criança, que representam o antídoto a aceitação do "jogo" pré-estabelecido, da sociedade e mesmo a camuflagem das colocações individuais, justificando sua impotência frente a estrutura do mundo que receberam e são obrigadas a produzir.

A criança que brinca vive a sua infância torna se um adulto muito mais equilibrado física e emocionalmente suportara muito melhor as pressões das responsabilidades adultas e terá maior criatividade para solucionar os problemas que lhe surgem, sendo assim, a brincadeira é uma atividade não apenas natural, mas, sobretudo sócio-cultural já que muitas crianças a cada dia tem menos tempo para brincar, pois os pais se matriculam no maior número possível de atividades e como conseqüência elas são vítimas de estresse bem mais cedo. O brinquedo por sua vez tem seu papel importante nas brincadeiras sendo para criança uma passaporte para o reino mágico de brincadeira (KISHIMOTO, 1997).

Infelizmente, nossas crianças na maioria das escolas recebemregras prontas, não significações. Elas devem aceitá-las para poder transformar num bom adulto. E o mesmo acontece com os professores (MIAN, 2003).

Observa-se cada vez mais que o contato das crianças com jogos brinquedos e brincadeiras tradicionais vem perdendo espaço, possivelmente como conseqüência dos processos de urbanização e de produção consumo de equipamentos de alta tecnologia (videogames, computadores, televisores e brinquedos de controle remoto). (Schwartz, 1958).

Segundo NETO apud VELASCO é um fato inquestionável que as oportunidades de jogo e atividade física tem vindo a degradar- se de forma considerável nas ultimas décadas aumentando substancialmente o sedentarismo na infância.A infância é uma época importante para a prática de várias atividades físicas e o desenvolvimento de habilidades motoras diversas a fim de promover atitudes saudáveis .melhorias na proficiênciamotora, maiores possibilidades de aderência a um estilo de vida ativo e melhor auto-estima e confiança.

Uma possível dinâmica de aula, em algumas ocasiões é iniciar conversando com os alunos, perguntando-lhes do que gostariam de brincar. Trata-se de uma forma de estimular a participação da criança e fazê-la sentir toda importância que tem favorecendo ainda, a rica troca de experiência entre elas e seu respectivos universos de jogos. Outra possibilidade é resgatar jogos, brinquedos e brincadeiras tradicionais, que os pais ou responsáveis e familiares dos alunos desenvolviam quando crianças pedindo ao aluno conversem com eles, perguntando-lhes a respeito de que e como brincavam na infância trazendo referências por escrito ou desenhada representação de uma pequena exposição (organizada pelos próprios alunos, professores, pais ou responsáveis familiares e comunidade, na escola, artística...) da memória da cultura de jogos, brinquedos e brincadeiras infantis (Schwartz,1958).

A alegria tem um efeito estimulante sobre o sistema nervoso e, sendo este o sistema que controla toda a atividade química que se processa no íntimo dos tecidos, é indiscutível os profundos efeitos das emoções de prazer sobre o organismo em geral e a estreita correlação entre saúde e bem estar. O treino nas diferentes atividades que se entrega a criança que se dispõe de espaço e estímulos naturais, promove crescimento muscular, presteza em agir de acordo com a vontade, reserva de energia nervosa e maior resistência ao esforço físico. Cada momento de atividade recreativa envolve um estado emocional: de simples prazer ou alegria promovido pela satisfação de agir, de medo diante ao insucesso, da identificação real com um personagem mais fraco, ou ainda do perigo que possa enfrentar, de raiva na luta contra obstáculos ou na personificação de elementos destruidores (Gouvêa apud KISHIMOTO, 1997).

**CARACTERÍSTICAS DAS CRIANÇAS DE 6 A 8 ANOS.**

A criança de 6 a 7 anos para Ferreira 2003 pode serdefinida como estando no estágio pré- operatório sendo a de 6 a 7onde aparece à linguagem oral. Pensamentos egocêntricos, rígidos, centrado em si mesma e com características de animismo (ciosas e animais). Não possui noção de conservação, quantidade, volume, massa, peso e não consegue retornar ao ponto de partida mentalmente (condição básica para a realização de operações).

No período pré - operatório a assimilação, (isto é, a interpretação de novas formações baseada em interpretações presentes) é uma tarefa suprema para a criança.Nesta fase, a ênfase no porquê e no "como" torna-se uma ferramenta básica para que a adaptação ocorra (GALLAHU e OZMUN, 2005).

Brincar serve como um importante meio de assimilação e ocupa maior parte das horas que a criança passa acordada. As brincadeiras imaginárias e as paralelas são importantes ferramentas para o aprendizado. Brincar também serve para demonstrar as regras e os valores dos familiares mais velhos do indivíduo. A ampliação do interesse social por seu mundo é característica da fase do pensamento pré – operatório da criança. Como resultado o egocentrismo é reduzido e a participação social aumenta. A criança começa a exibir interesse nos relacionamentos entre as pessoas. A compreensão dos papéis sociais de "mamãe", "irmã" e "irmão" e seu relacionamento uns com os outros é importante para a criança nesta fase. A criança pequena demonstra crescente pensamento simbólico pela ligação do seu mundo com palavras e imagens. A assimilação é avançada usando a atividade física para realizar os processos cognitivo, cita Gallahue e Ozmun (2005).

Na fase operatória-concreta de 7 a 11 anos para Ferreira (2003) a criança começa a ter um pensamento mais lógico, menos egocêntrico, ações mentais mais reversíveis, móveis e flexíveis. Apesar de o pensamento basear-se mais no raciocínio, ainda precisa de materiais e exemplos concretos. Não pode ordenar, seriar e classificar.

Nesta fase, as percepções são mais precisas, e a criança aplica a interpretação dessas percepções ambientais sabiamente. Ela examina as partes para obter conhecimento do todo e estabelece meios de classificação para organizar as partes em um sistema hierárquico. A criança brinca para compreender seu mundo físico.Regras e regulamento são de interesse da criança quando aplicadas a brincadeira. A criança raciocina logicamente sobre eventos concretos e consegue classificar objetos de seu mundo em vários ambientes, existindo a reversibilidade com experimentação intelectual através da brincadeira ativa. (Gallahue e Ozmun 2005).

**JOGOS E BRINCADEIRAS**

Pega-Pega

Jogadores dispersos pelo terreno, havendo um perseguidor. Os jogadores fugirão ao perseguidor, que tentar apanhar um. Aquele que for apanhado passará a ser o perseguidor (Rabelo e Pimentel, 1991).

Objetivo: Trabalhar a habilidade de correr, desviar, rapidez de reação,

Morto x Vivo

Objetivo específico: agilidade na reação, atenção, obediência, a ordens, flexibilidade.

As pessoas em círculo, de costas, com o professor no centro. As ordens dadas podem ser: "morto", "vivo", ou "sentar", "levantar" etc... (Ferreira, 2003).

História do meu nome

Todos sentados formando um grande círculo, o objetivo é que cada participante conte a história do seu nome. Por que colocaram o seu nome? Como gostaria de se chamar? De que nome você mais gosta? Vamos criar um nome para o nosso grupo? Que tal utilizarmos as inicias de todos os nomes do grupo?

Objetivo: integrar-se ao meio social, enfatizar a necessidade de escutar o que o outro tem a dizer, desinibir e descontrair o grupo (Soler 2003).

Chamada da roda

Os jogadores em círculo, numerados, um no centro, com uma bola leve. O do centro, com a bola na mão, chama um número e lança a bola para o alto. O jogador chamado deve apanhá-la, vinda do alto ou picada no chão, pela primeira vez. Se o conseguir, ganhará um ponto e irá para o centro repetir a ação do companheiro anterior. A vitória é do que, no final do jogo obtiver mais pontos (Ferreira 2003).

Gato doente

As crianças dispersas pelo campo, dado o sinal pelo professor, uma delas, previamente indicada para iniciar o jogo, persiguirá as companheiras tentando tocá-las. A que for, por exemplo tocada no ombro, aí colocará a mão esquerda e, aliando-se a primeira, procurará também alcançar as outras crianças. Todas as que forem apanhadas "gatos doentes"-deverão correr com a mão no ponto partido, perseguindo as que acharem ainda livres.

Objetivo: trabalhar a habilidade de correr em grupo, atacar e defender (Rabelo e Pimentel 1991).

Pega-Pega

Jogadores dispersos pelo terreno, havendo um perseguidor. Os jogadores fugirão ao perseguidor, que tentar apanhar um. Aquele que for apanhado passará a ser o perseguidor (Rabelo e Pimentel 1991).

Objetivo: Trabalhar a habilidade de correr, desviar, rapidez de reação,

**CONCLUSÂO**

È de extrema importância a recreação na vida da criança, tanto no seu desenvolvimento motor, afetivo e social. E são os jogos e brincadeiras que tornam um facilitador para que tudo aconteça de forma natural e melhor ainda de forma "PRAZEROSA". È necessário ter um objetivo a ser trabalhado, para que assim elas se desenvolvam e mostrem seu potencial, não simplesmente "brincar" e sim educar, com essas ferramentas tão úteis e significativas que trazem sorrisos e mudam a vida das crianças. O brincar de forma construtiva abre a portas para a educação, e depende de nós deixá-la aberta.