

IMPORTÂNCIA DA RECREAÇÃO COMO RECURSO PARA O DESENVOLVIMENTO COGNITIVO E SOCIAL DO INDIVÍDUO

Isac Felix de Medeiros Junior ¹

Edeilson Matias da Silva²

RESUMO

A recreação traz com ela muitos desafios a serem trabalhados. Quando se pensa em educação imagina o ser em sua totalidade, gestos e preferências. O presente estudo tem como objetivo mostrar como a atividade recreativa pode ser uma importante ferramenta para o desenvolvimento cognitivo e de socialização para os indivíduos. Para tal finalidade, foi realizada pesquisa de origem bibliográfica tem como objetivo apresentar o que a recreação pode contribuir para o desenvolvimento das pessoas através do lúdico. A ludicidade como ferramenta pedagógica é extremamente valiosa, uma vez que traz inúmeros benefícios para o desenvolvimento da criança, por estimular a criança a crescer na linha de socialização, aumentando sua criatividade, expressão corporal, a autoafirmação e participação no processo de aprendizagem. Afirma que em se tratando de contribuir com a educação do indivíduo, a recreação tem uma função compensadora pois lhe dá uma satisfação pessoal, possibilitando o reencontro com os movimentos, com alegria, à descontração necessária à vida, na qual não temos mais tempo pra pensar, pra rir ou sonhar, então, vamos nos recrear, divertir, recobrar o ânimo com a recreação. A recreação trás 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 que é de grande importância na fase infantil, já que ao criar as atividades é importante estar atento ao objetivo, respeitando cada etapa e interferindo quando

¹ Acadêmico do Curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN). E-mail: isacjrmedeiros@hotmail.com

² Professor orientador do Curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN). E-mail: ed_matias@hotmail.com

necessário e ressaltando que os indivíduos façam observações e explorações para melhor descoberta privilegiando com isso a aprendizagem.

Palavras-chave: Educação Física. Recreação. Lúdico. Desenvolvimento.

ABSTRACT

Recreation brings with it many challenges to be addressed. When one thinks of education one imagines being in its totality, gestures and preferences. The present study aims to show how recreational activity can be an important tool for cognitive development and socialization for individuals. For this purpose, a research of bibliographic origin was carried out aiming to present what recreation can contribute to the development of people through the playful. Playfulness as a pedagogical tool is extremely valuable, as it brings numerous benefits to the child's development by stimulating the child to grow in the socialization line, increasing their creativity, body expression, self-affirmation and participation in the learning process. It states that when it comes to contributing to the education of the individual, recreation has a rewarding function because it gives him a personal satisfaction, allowing the reunion with movements, with joy, the necessary relaxation in life, in which we have no more time to think To laugh or dream, then, let's have fun, have fun, get our spirits up with recreation. Recreation has many benefits, making everyone participate with great satisfaction in activities, smoothly and creatively regardless of the resources available, as well as learning from people involved in the tasks and develops many skills such as balance, proprioception, confidence, loyalty, strength, attention, agility to make decisions and especially acquire good habits in social life that is of great importance in the childhood phase, since when creating the activities is important to be aware of the goal, respecting each step and interfering when necessary and emphasizing that individuals make observations and explorations for better discovery, thereby privileging learning.

Keywords: Physical Education. Recreation. Ludic. Development.

1 INTRODUÇÃO

A Recreação tem uma configuração marcada por novas temáticas com a evolução da sociedade, exercendo e agregando características técnicas e de organização social e evoluindo para conceitos mais flexíveis. Fica difícil separar o caráter educacional do ato despretensioso de brincar. Os jogos e as brincadeiras são elementos indispensáveis para definir a Recreação da forma que se compreende nos dias de hoje.

Para Gonzáles e Fensterseifer (2005), é possível intuir que a Recreação, em um primeiro momento, surgiu com características de agente disciplinador, ou seja, evitar que o tempo livre se transformasse em elemento coadjuvante da preguiça nas crianças.

Assim, por meio de atividades lúdicas, jogos e exercícios ginásticos, os limites entre o trabalho e o tempo livre, obrigação e diversão, eram tecidos e revestidos pelas noções de utilidade e recompensa que começam a ser elaboradas pela prática da recreação (GONZÁLES; FENSTERSEIFER, 2005, p. 357).

De acordo com Cavallari e Zacharias (2003), a vida diária de uma pessoa divide-se em três partes: tempo de trabalho, tempo das necessidades básicas vitais e tempo livre. O tempo de trabalho conforme Géis (2003) tem um valor social muito grande perdurando até a aposentadoria.

A prática do lazer é útil, pois é através dele que as pessoas “dão um tempo” na vida agitada do dia, tornando fundamental para o nosso equilíbrio emocional, favorecendo a socialização e desenvolvimento da personalidade e deveria estar presente na vida de todas as pessoas.

Os autores estudados afirmam que a brincadeira não é algo apenas infantil. O ser humano cresce, mas não perde a vontade de brincar, pois esta nunca desaparece apenas outras atividades impostas pela vida os distanciam da brincadeira.

Assim, o presente trabalho teve por objetivo apresentar como a atividade recreativa pode ser uma importante ferramenta para o desenvolvimento cognitivo e de socialização para os indivíduos.

Mais precisamente, o estudo visa destacar pressupostos textuais que abrangem a atividade recreativa e seu curso histórico, compreender a recreação por meio do lúdico como uma ferramenta facilitadora para o processo de ensino-aprendizagem, no desenvolvimento das inteligências múltiplas, dos saberes e na construção do conhecimento dentro do ambiente escolar e, por fim, promover o conhecimento sobre a contribuição por meio das brincadeiras lúdicas durante a recreação.

O fator que impulsionou a realização deste trabalho foi o interesse por pesquisar e analisar como a recreação pode contribuir no processo de ensino-aprendizagem e de socialização dos indivíduos, expondo a importância da recreação ao configurar um recurso que pode ser uma atividade, um sistema, uma ideia, uma brincadeira, um jogo, ou um esporte não competitivo, pode ser o que a imaginação fantasiar e nos permitir criar para aplicar.

2 METODOLOGIA

A metodologia foi baseada em pesquisa bibliográfica em livros, revistas e artigos. O presente trabalho se propõe a discutir o papel da recreação para o desenvolvimento social e cognitivo do indivíduo, ressaltando o objetivo e a importância para a academia, profissionais da área, sociedade, mercado e Estado.

Para este estudo foi realizada ainda busca nos bancos de dados on line Google Acadêmico e Scielo. As palavras-chaves utilizadas para a busca foram: recreação, brincar, brincadeiras, lúdico, jogos, Educação Física, sem delimitação de período específico e durante período indeterminado de publicação. O material impresso consultado foram os livros e periódicos disponíveis na biblioteca do Central Zila Mamede, da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). A seleção da bibliografia foi pela importância do material para a temática em questão.

3 REVISÃO DE LITERATURA

Por ser considerada uma grande precursora e facilitadora na qualidade de vida dos indivíduos, a recreação tem se tornado cada vez mais importante. As atividades recreativas tornam-se cada vez mais procuradas diante da ligação entre o bem-estar

e a ludicidade, considerando que as pessoas não destinam tempo para diversão e lazer por conta da vida agitada (RODRIGUES; MARTINS, 2002).

Por meio de atividades lúdicas numa relação com as brincadeiras o indivíduo poderá desenvolver sua personalidade, formular suas idéias, atitudes, conceitos, criar, inovar, aprender e ensinar, num processo de cooperação e compreensão. A brincadeira em sua ação é essencial para o desenvolvimento sensorial-motor e representativo na aquisição das múltiplas inteligências.

3.1 RECREAÇÃO: PERCURSO HISTÓRICO

Historicamente, o lazer foi, no Brasil, compreendido pelas instituições de poder da sociedade fundamentalmente como tempo de descanso necessário ao trabalho e à produtividade; em contrapartida, foi sentido cotidianamente como um dos poucos momentos em que o indivíduo exerce o direito de escolha (CHEIBUB, 2015, p. 204).

O lazer tem despertado interesse no ensino, na pesquisa e na extensão, nas Instituições de Ensino e Pesquisa de todo o país, particularmente na área da Educação Física. Mas isso não se restringe ao âmbito da formação profissional e acadêmica, atingindo também o mercado de trabalho da área, que vem sendo anunciado como um dos mais promissores do século, como campo de intervenção multiprofissional, para várias áreas do conhecimento, dentre as quais a Educação Física (WERNECK, 2003).

A partir de abordagem histórica sobre a análise curricular dos cursos de Educação Física no Brasil, a mesma autora verifica que a recreação se constituiu e continua sendo uma das disciplinas que integram os saberes de formação e atuação profissional e que, somente nas duas últimas décadas, as discussões, em algumas Universidades, têm ocorrido a partir dos fundamentos do lazer e que, após a reformulação curricular (Resolução 03/87), a palavra Lazer foi inclusive incorporada à denominação de disciplinas, ementas e programas de cursos.

De acordo com Bramante (1998), recreação e lazer implicam dois conceitos distintos, embora muitos autores os utilizem indistintamente. Para ele, os dois termos são distintos em sua gênese, visto que o movimento em prol da recreação data do início do século e o conceito de lazer aparece com maior força como fenômeno social, por volta dos anos cinqüentas.

O autor ainda ressalta que o lazer vem sendo confundido em seu conceito, ao longo do tempo, com outros derivados, dentre os quais o jogo e a recreação. Para o mesmo autor, o lazer possui um amplo e interdisciplinar campo de estudos, pesquisas e aplicação, ao passo que a funciona como uma estratégia metodológica para pré-escolares.

A concepção de Recreação como o conjunto de atividades desenvolvidas no lazer é, também, defendida por Brunhs (1997). O lazer, por sua vez, pode ser entendido como a expressão da cultura, constituindo um elemento de conformismo ou de resistência à ordem social estabelecida. A recreação (ou atividade de lazer) aproxima-se do lúdico e “às vezes, ocorre uma certa confusão de termos e objetivos, sendo o jogo visualizado como “recreação”. (BRUNHS, 1997, p. 39).

Essa visão de Recreação como atividade tem seu fundamento histórico na própria constituição dos significados dos termos recreação e lazer no mundo moderno. Segundo Dumazedier (1975), embora a necessidade humana de lazer sempre existisse, os conceitos de lazer e recreação, como os conhecemos hoje, são frutos da moderna sociedade urbano-industrial. Originalmente, Recreação significava a atividade ocorrida no tempo de Lazer.

Dumazedier (1975) afirma que o conceito de recreação nasceu nos Estados Unidos, e tomou força a partir do século XIX, época em que a população se deslocou para as grandes cidades, deixando muitas terras abandonadas, que foram transformadas em parques nacionais, para evitar a destruição daqueles espaços. As animações que aconteciam nesses parques nacionais com o intuito de preservá-los é que deram origem ao conceito de recreação.

Destaca-se que o conceito de lazer também foi criado nos Estados Unidos, mas foi na Europa que se desenvolveu e predominou sobre a recreação. O lazer tem um conceito muito mais amplo que o de recreação e segundo o autor “Inclui uma função recreativa”. Entretanto, o sociólogo afirma que, com o desenvolvimento histórico, hoje os conceitos lazer e recreação “são a mesma coisa”, colocando o termo recreação como insuficiente para atender às mudanças das necessidades sociais e valores da população, com a progressiva tendência do termo lazer absorvê-lo.

Para Camargo (1998), os conceitos de lazer e recreação em nada se diferenciam do ponto de vista da dinâmica sociocultural que produziu o divertir-se moderno. De acordo com o autor, as duas expressões surgiram mais em decorrência de um problema lingüístico do que de um problema socioeconômico, pois nem todas as línguas modernas dispõem de palavra equivalente ao *licere* latino (lazer em português, *loisir* em francês, *leisure* em inglês).

O espanhol, o italiano e o alemão não possuem palavra correspondente, adotando os termos de raiz igual a recreação, com a mesma finalidade e praticamente o mesmo sentido. De fato, é possível verificar essa afirmação, no trabalho do autor de língua espanhola Waichman (1997), o qual destaca que todas as abordagens existentes nesse campo, admitem que “o recreativo” tem lugar no “tempo livre” (p. 128), diferenciando, assim, a idéia original entre a atividade e o tempo, já referida anteriormente por Dumazedier (1975).

Ao se estabelecerem os questionamentos sobre Lazer/ Recreação em nossa sociedade, é necessário que se considerem os seguintes pontos: a cultura vivenciada no tempo disponível e que possa combinar os aspectos tempo e atitude, abordando a cultura aqui como os diversos conteúdos culturais, não apenas sob o ponto de vista dos conteúdos artísticos e, ao vivenciar a cultura, estamos enfocando o lazer, além da prática de suas atividades, como o conhecimento e a assistência que essas atividades podem ensejar, tendo como uma de suas possibilidades, o ócio, desde que o mesmo seja visto como opção de lazer.

Ao se referir à problemática do Lazer e Recreação (MARCELLINO, 2000), o faz inserindo-a como uma “Área de Estudos do Lazer” e defende o conhecimento não em si mesmo, ou algo isolado, nessa ou naquela atividade, mas como componente da cultura historicamente situada. O entendimento do lazer não pode ser efetuado “em si mesmo”, mas como uma das esferas da ação humana historicamente situada.

A disponibilidade de tempo significa a possibilidade de opção pela atividade ou pelo ócio. É preciso pois ressaltar que outras abordagens sobre o lazer o colocariam em uma visão parcial e abstrata das questões que o envolvem.

Não é possível assim, abordar as questões do lazer de forma isolada das questões do trabalho da educação uma vez que o lazer seria o espaço de tempo entre o trabalho e o repouso, as horas disponíveis após as atividades diárias, o descanso semanal ou as férias anuais.

3.2 TIPOS DE RECREAÇÃO

As atividades recreativas são classificadas a fim de evidenciar a funcionalidade de cada uma dentro de uma programação ou de um programa de lazer e recreação. Para a escolha de determinada atividade recreativa como parte de uma programação, é necessário antes conhecer suas características e classificações, de acordo com os objetivos, e propostas a serem alcançadas.

De acordo com Ferreira (2003), as atividades físicas se classificam em: grandes jogos, que requer grande número de participantes, e é difícil de ser dominado. Pequenos jogos, que extrai dos participantes características individuais como: velocidade, destreza, força. Revezamento ou estafetas que se constitui pelo revezamento dos participantes para a realização de tarefas. É uma atividade em grupo que preza pelas potencialidades individuais. Indicado para a infância.

Segundo o mesmo autor, jogos combinados (exigem mais de uma aptidão física), correr, saltar, giro. Aquáticos, jogos realizados dentro da água, com excelente valor terapêutico por diminuir o impacto causado pelo solo. Jogos sensoriais, aqueles que utilizam os sentidos (tato, visão, audição, etc.). Esses jogos desenvolvem o pensamento, diminui a tensão. Jogos Sociais de Mesa são realizados na mesa, com caráter educativo, sem estimular os jogos de azar.

Para Caillois (1994), analisando as habilidades e interesses, classifica os jogos em: Alea, jogos de azar; Agon, jogos que levam a competição; Mimicry, jogos que induzem a imitação; Ilinix, jogos de vertigem.

De acordo com Mian (2003), os jogos são classificados em: pequenos, com regras fáceis e em menor quantidade, menor número de participantes e locais restritos; médios, por meio de regras pré-estabelecidas, em locais maiores como quadras ou piscina; grandes, com regras pré-estabelecidas e complexas, em maior quantidade e em locais grandes e abertos, com maior número de participantes.

Conforme Guerra (1988), os jogos se classificam quanto à forma de participação: Recreação Ativa e Recreação Passiva. A Recreação Ativa está relacionada às atividades motoras, exige esforço maior do físico, como os jogos infantis e esportes em geral. As atividades intelectuais, onde a mente é mais utilizada, como no xadrez e quebra-cabeça. As atividades artísticas ou criadoras, como a pintura, desenho, carpintaria, escultura, teatro, música, dentre outras. E finalmente as atividades de risco, que compreende àquela na qual o praticante coloca à prova sua integridade, como por exemplo, pára-quedismo, mergulho profundo, vôo livre, entre outras.

Todavia, a Recreação Passiva, de acordo com Guerra (1988), está relacionada às atividades sensoriais, pois, trata-se de uma participação interativa com a atividade, como por exemplo, Torcida no estádio, onde se grita, balança os braços, salta participando emotiva e fisicamente. As atividades transcendentais, àquelas que se confundem com o ócio pela participação de espectador, como ver pinturas no museu, contemplar o pôr-dosol, relaxamento tranqüilizante. Quanto à faixa etária, segundo Guerra (1988), as Recreações podem ser: Adulta, para maiores de 18 anos; Infanto-juvenil, para crianças de 8 a 12 anos; Juvenil, para Jovens acima de 12 anos; Infantil, para crianças até os 7 anos; Mista, para várias faixas etárias - como pais e filhos juntos. Terceira Idade ou Idade Especial, para idosos.

Quanto ao espaço as recreações, de acordo com Guerra (1988), podem ser internas e externas. Internas, quando realizadas em salas de festas; ginásios esportivos; salas de ginásticas; salas de musculação; salas de danças modernas ou clássicas; salas de música; salas de leitura; salas de projeção; piscinas térmicas, saunas e duchas. Salões de jogos: sinuca, bilhar, tênis de mesa, totó, bilhar, boliche, entre outros. Salões de jogos de mesa: buraco, biriba, paciência, xadrez, dama, entre outros. Estandes fechados: tiro ao alvo e arco e flecha. E na sala de jogos eletrônicos. Externas quando praticadas em campos de: futebol, beisebol, golfe entre outros. Em quadras poliesportivas em esportes individuais e coletivos; playgrounds infantis; piscinas; pátios para comemoração de datas especiais; pistas de atletismo; hortos com pistas diversas, quadras, lagos, ciclovias, entre outros. Quanto ao ambiente, segundo o autor, as atividades são classificadas em terrestres; marinhas, náuticas ou aquáticas e aéreas. Quanto à participação dos indivíduos nas

atividades físicas, estas podem ser segundo Guerra (1988): ativa; moderada ou calma.

3.3 RECREAÇÃO E DESENVOLVIMENTO COGNITIVO E SOCIAL DO INDIVÍDUO

A recreação, a diversão e o lazer são conceitos muito importantes na vida do ser humano, uma vez que em todas as fases da vida, o ser humano sempre está se relacionando com o brincar. E a brincadeira se torna uma forma de aliviar o estresse, produto de uma vida agitada.

A brincadeira, a descontração, o criar e o recriar podem ser entendidos de várias maneiras em diferentes épocas e culturas, mas com certeza o principal objetivo é estar de bem com a vida. Implícito ou explícito, é o momento em que as regras não precisam necessariamente ser estabelecidas como critérios fundamentais de maior valor, não existem um padrão totalmente rígido a ser seguido (GARCIA, 2010, p.6).

De acordo com Marcellino (1991), a vivência do lúdico é fundamental em termos de participação cultural crítica e principalmente, criativa. Por tudo isso é fundamental que se assegure à criança o tempo e o espaço para que as atividades lúdicas sejam vivenciadas com intensidade capaz de formar a base sólida da criatividade e da participação cultural e, sobretudo, para o exercício do prazer de viver.

A valorização do brincar no processo de ensino-aprendizagem colabora de forma expressiva na constituição do aprendizado da criança, acentuando suas capacidades e sua autonomia dentro do ambiente escolar e social. A ludicidade colabora de maneira interdisciplinar no ensino-aprendizagem.

Para Piaget (1998), o desenvolvimento humano passa por um processo contínuo entre as ações do sujeito sob o meio ambiente, passando por várias etapas: sensória motora; pré-operatória; operatório concreto e a operatório formal. Dentro desta classificação o jogo estará organizado por ordem de desenvolvimento como: jogos de exercício etapa sensório-motora, jogos simbólicos etapa pré-operatório, jogos de regras operatório formal.

O lúdico apresenta dois elementos que o caracterizam: o prazer e o esforço espontâneo. Ele é considerado prazeroso, devido a sua capacidade de absorver o indivíduo de forma intensa e total, criando um clima de entusiasmo. É este aspecto de envolvimento emocional que o torna uma atividade com forte teor motivacional, capaz de gerar um estado de vibração e euforia. Em virtude desta atmosfera de prazer dentro da qual se desenrola, a ludicidade é portadora de um interesse intrínseco, canalizando as energias no sentido de um esforço total para consecução de seu objetivo.

Para Lopes (2006), a qualidade de vida na infância depende fundamentalmente do brincar. Por este motivo o mesmo deve ser ampliado e plenamente desenvolvido no estágio da educação física escolar onde a mesma poderá desenvolver comportamentos individuais e coletivos dos alunos, melhorando assim o ensino aprendizagem dos mesmos de forma prazerosa. Brincar é uma das atividades fundamentais para o desenvolvimento da identidade e da autonomia.

Ainda segundo o autor, o fato de a criança, desde muito cedo poder se comunicar por meio de gestos, sons e mais tarde, representar determinado papel na brincadeira, faz com que ela desenvolva sua imaginação. Nas brincadeiras, as crianças podem desenvolver algumas capacidades importantes, tais como a atenção, a interação, a memória, a imaginação. Amadurecem também algumas capacidades de socialização, por meio da interação, da utilização e da experimentação de regras e papéis sociais.

De acordo com Aguiar (1998), a atividade lúdica é reconhecida como meio de fornecer à criança um ambiente agradável, motivador, planejado e enriquecido, que possibilita a aprendizagem de várias habilidades, além de trabalhar estas habilidades na criança, ajudará no desenvolvimento da criatividade, na inteligência verbal-linguística, coordenação motora, dentre outras. Partindo da consideração de que as atividades lúdicas podem contribuir para o desenvolvimento Intelectual da criança, Platão ensinava matemática às crianças em forma de jogo e preconizava que os primeiros anos da criança deveriam ser ocupados por jogos educativos.

De acordo com Rodrigues e Martins (2002), recreação é considerada uma ação fundamental para a qualidade de vida, não importando a idade, classe social ou econômica da pessoa que realiza atividades. Considerando que as atividades de

livre escolha que causam prazer e satisfação, podem ser definidas como de caráter recreativo mesmo provocando diversão e entretenimento se tornam peças fundamentais para hábitos mais saudáveis. Conforme Awad (2012), recreação é sinônimo de recrear, renovar, reproduzir ou fazer novamente. É basicamente a necessidade de ocupar o tempo livre por satisfação e prazer em realizar determinadas atividades de caráter lúdico para atender necessidades sociais, intelectuais, físicas ou psíquicas. Recrear é a capacidade de sentir-se livre e a vontade praticando qualquer tipo de atividade relacionado ao lúdico e ao bem-estar.

Santos (2004) afirma que ela leva o indivíduo a ter interesse por meio do prazer e satisfação, consiste em uma educação natural, a qual o ser humano busca por vontade própria, transformando essa prática em um momento de paz e tranquilidade. É no momento de lazer que o indivíduo relaxa e recarrega suas energias.

Toda criança vive de forma agitada e com explosões de energias, sendo que isso faz parte de seu desenvolvimento corporal, mental e cognitivo. Os estímulos internos que chamam a atenção das crianças nas brincadeiras e não os fatores externos, ou seja, é de forma involuntária e sequencial que ocorre a evolução de cada criança. Encontrando o fator necessário para que desenvolva o jogo ou brincadeira de forma que ela consiga realizar (ANTUNES, 2011).

Bregolato (2005) afirma que o jogo envolve as pessoas de forma lúdica, que por sua vez passam a interagir no meio em que vivem. O jogo é uma ferramenta para a renovação da cultura, pois o ser humano descobre novas formas de pensar e agir diante dos fatos, utilizando a imaginação em contato com a capacidade de ser espontâneo e de expressar seus pensamentos por meio de movimentos corporais, com o sentimento de descoberta e liberdade.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nos dias atuais, a recreação é tida para muitos, como uma atividade simplesmente com o objetivo de matar o tempo. Algo que proporcione alguns momentos alegrias. No senso comum, o termo brincar remete a inconseqüência, futilidade, não seriedade.

Os pequenos exprimem uma atração apaixonada pela liberdade em todos os domínios da vida cotidiana, mas, sobretudo, na forma particular de atividades construídas por brinquedos, brincadeiras e jogos. A recreação deve ser de natureza a propiciar à criança o exercício da criatividade. Na medida em que se ofereça estimulação, essa criatividade deve ser plenamente desenvolvida.

O lazer e a recreação são de fundamental importância na qualidade de vida do ser humano, e estão diretamente ligados à saúde, à educação e à qualidade de vida. Eles devem ser utilizados de forma com que o indivíduo se entregue, se dedique e tire proveito a o máximo, seja em relaxamento, satisfação ou bem-estar.

O lazer e as manifestações culturais caminham juntos, porém a cultura é algo complexo e tenso, que seleciona pessoas, já o esporte e o lazer são dois elementos culturais importantes para o ser humano.

Existem vários interesses na prática do lazer e recreação, tais como: interesses físicos, interesses artísticos, manuais, intelectuais e sociais. O lazer e a recreação também possuem características próprias, o que existe em comum entre esses diferentes tipos de atividades são que seus participantes estão em busca do bem-estar e não de uma profissionalização.

Existem várias barreiras para a prática do lazer e recreação, tais como: fator econômico, faixa etária, violência, o mau planejamento urbano, dentre outros. O ambiente de lazer que nos cercam tem que ser valorizado, favorável à preservação, revitalização e valorização dos locais em que temos acesso.

A recreação na vida das pessoas é muito importante, 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. É 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 dos indivíduos.

REFERÊNCIAS

- ANTUNES, Celso. **O jogo e o brinquedo na escola**. In: SANTOS, Santa Marli Pires dos (Org.). *Brinquedoteca: a criança, o adulto e o lúdico*. 7. ed. Petrópolis: Vozes, p.37-42, 2011.
- AWAD, Hani Zehdi. **Brinque, jogue, cante e encante com a recreação**. 4. ed. Jundiaí: Fontoura, 2012.
- BRAMANTE, Antônio Carlos. **Lazer: Concepções e significados**. *Licere*, Belo Horizonte, v. 1, n. 1, 1998.
- BREGOLATO, Roseli Aparecida. **Cultura corporal do jogo**. São Paulo: Ícone, 2005.
- BRUHNS, Heloisa Turini. **Introdução aos estudos do lazer**. Campinas: Editora da Unicamp, 1997.
- CAILLOIS, Roger. **Los juegos y los Hombre: la máscara y el vertigos**. Editora Fondo de cultura econômica. México; 1994.
- CAMARGO, Luiz Octávio Lima. **Educação para o Lazer**. São Paulo: Moderna, 1998.
- CAVALLARI, Vinícius Ticardo, ZACHARIAS, Vany. **Trabalhando com recreação**. 6. ed. São Paulo: Ícone, 2003.
- CHEIBUB, Lazary. As contribuições da produção científica para o entendimento do lazer como direito social in GOMES, Christianne; ISAYMA, Helder. **O Direito Social ao Lazer no Brasil**. São Paulo: Autores Associados, 2015.
- DUMAZEDIER, Joffre. **Questionamento teórico do lazer. Centro de Estudos e Recreação - CELAR**. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 1975.
- FERREIRA, Vanja. **Educação Física - Recreação, Jogos e Desportos**; Rio de Janeiro, Editora Sprint, 2003.
- GARCIA, José Alexandre. Recreação enquanto elemento norteador no processo de socialização da 4ª série A do Ensino Fundamental da escola José Alexandre Sávio no município de Campo Largo, **Revista Eletrônica de Educação Física**, 2010. Disponível em http://www.uniandrade.br/pdf/edfisica/2010/juliane_garcia.pdf. Acesso em: 08 de abril de 2019.
- GEIS, Pedro Pont. **Atividade física e saúde na 3ª Idade**. Porto Alegre: Artmed, 2003.
- GONZÁLEZ, Fernando Jaime; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. **Dicionário Crítico de Educação Física**. Ijuí: Unijuí, 2005.
- GUERRA, Marlene. **Recreação e Lazer**. Porto Alegre, Editora Sagra, 1988.

LOPES, Vanessa Gomes. **Linguagem do Corpo e Movimento**. Curitiba, PR. FAEL, 2006.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Pedagogia da Animação**. Campinas: Papirus, 1991.

_____. **Mirando la educacion desde la recreacion. Recreacion.** Recreando, Córdoba. Argentina, p. 2 – 6, 2000.

MIAN, Raul. **Monitor de Recreação: Formação Profissional**. São Paulo, Editora Texto novo, 2003.

PIAGET, Jean. **A psicologia da criança**. Ed Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1998.

RODRIGUES, Luís Gustavo; MARTINS, João Luiz. **Recreação: trabalho sério e divertido**. São Paulo: Ícone, 2002.

SANTOS, Denis Guerra. **A recreação na educação especial infantil com o portador de Síndrome de Down: contextualizando o desenvolvimento psicomotor**. 2004. 92 f. Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade Estácio de Sá, Rio de Janeiro, 2004.

WAICHMAN, Pablo. **Tempo livre e recreação: um desafio pedagógico**. Campinas: Papirus, 1997.