



FACULDADE PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL DA AMAZÔNIA -
FADESA
COORDENAÇÃO DO CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

CAMILA MURDIGA ALVES

**A IMPORTÂNCIA DA RECREAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO
MOTOR INFANTIL**

PARAUPEBAS – PARÁ
2022

CAMILA MURDIGA ALVES

**A IMPORTÂNCIA DA RECREAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO
MOTOR INFANTIL**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Faculdade Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do Programa do Curso de Bacharelado em Educação Física, para obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientadora: Prof. Juliana Maria Silva de Oliveira

CAMILA MURDIGA ALVES

A IMPORTÂNCIA DA RECREAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR INFANTIL

Trabalho de Conclusão Curso (TCC) apresentado a Faculdade Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do Programa Curso de Bacharelado em Educação Física, para obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

APROVADA: _____ 2022.

Prof. Esp. Maiza Nonato dos Santos

Prof. Esp. Juliana Maria S. de Oliveira

Prof. Esp. Rafaela Silvério Marques

Dedico este trabalho a Deus e a minha mãe Irene, os maiores orientadores da minha vida e a todas as pessoas que fizeram parte dessa trajetória. Eles que nunca me abandonaram nos momentos de necessidade, e sempre me deram força e incentivo durante esta jornada .

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiro a Deus pela minha vida, por ter permitido que eu tivesse saúde e determinação para não desanimar durante a realização deste trabalho. Sou grata a minha mãe e minha família pelo apoio e incentivo que sempre me deram durante esta jornada. Aos meus amigos que sempre estiveram ao meu lado e entenderam minha ausência durante minha caminhada acadêmica. Aos amigos que a faculdade me deu, que apesar de tudo sempre apoiaram uns aos outros, pelo companheirismo e pela troca de experiências. Deixo um agradecimento especial ao professor Cássio Negrão e a minha orientadora Juliana Maria, pelos ensinamentos, conselhos, ajuda e dedicação do seu escasso tempo ao meu projeto de pesquisa. Também quero agradecer a Faculdade Fadesa e a todos os professores do meu curso pela qualidade de ensino oferecido.

*“A educação deve possibilitar ao corpo e à alma
toda a perfeição e a beleza que podem ter.”
(Platão)*

RESUMO

O presente trabalho aborda o tema “A importância da recreação para desenvolvimento motor infantil”, como o objetivo geral, revisar bibliograficamente a literatura a fim de analisar os benefícios da recreação no desenvolvimento infantil e os objetivos específicos, conceituar o lazer e a recreação nas aulas de educação física, propor alternativas metodológicas para se trabalhar o lazer e a recreação, alcançar uma melhor compreensão da importância da recreação para os estímulos no desenvolvimento físico e intelectual infantil. Recreação pode ser entendida como qualquer forma de atividade ou experiência em que o ser humano consegue se expressar, fortaleça seu corpo, mente e espírito desgastado pelo ritmo da vida cotidiana, permitindo-lhe um máximo desenvolvimento integral, o tempo livre em atos que criam e promovem o lazer criativo e participativo, que ocorre em qualquer momento e lugar, também é um meio pelo qual se educa criativamente influenciando o campo físico, social e psicológico do indivíduo por meio de práticas como arte e o jogo. Dentro dos diferentes tipos de atividades recreativas são dinâmicas ou físicas, que contribuem diretamente para o crescimento e desenvolvimento físico da pessoa, entre as quais se encontram os esportes, jogos e atividades físicas, passatempos, música, artes e ofícios, artesanato, dança, teatro, e recreação ao ar livre, mental e social. A metodologia usada foi a pesquisa bibliográfica com o referencial teórico retirado de sites como Scielo e Google acadêmico. No período de 2004 a 2015, na língua portuguesa e espanhola.

Palavras-chaves: Educação Básica, Educação Física, Lazer, Recreação.

ABSTRACT

The present work addresses the theme "The importance of recreation for child motor development", as the general objective, bibliographically review the literature in order to analyze the benefits of recreation in child development and the specific objectives, conceptualize leisure and recreation in classes of physical education, to propose methodological alternatives to work on leisure and recreation, to reach a better understanding of the importance of recreation for stimuli in children's physical and intellectual development. Recreation can be understood as any form of activity or experience in which human beings can express themselves, strengthen their body, mind and spirit worn out by the rhythm of daily life, allowing them to have maximum integral development, free time in acts that create and they promote creative and participative leisure, which takes place at any time and place, and is also a means by which one is creatively educated, influencing the individual's physical, social and psychological fields through practices such as art and games. Among the different types of recreational activities are dynamic or physical, which directly contribute to the person's physical growth and development, including sports, games and physical activities, hobbies, music, arts and crafts, crafts, dance, theater, and outdoor recreation, mental and social. The methodology used was bibliographic research with the theoretical framework taken from sites such as Scielo and academic Google. From 2004 to 2015, in Portuguese and Spanish.

Keywords: Basic Education, Physical Education, Leisure, Recreation.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	10
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	12
2.1. ATIVIDADE FÍSICA E RECREAÇÃO.....	13
2.2. A Contribuição da Atividade Física Recreativa.....	17
3 METODOLOGIA.....	19
3.1 Tipo de estudo.....	19
3.2 Coleta de Dados.....	19
3.3 Instrumento de Coleta de Dados.....	19
3.4 Análise de Dados.....	19
3.5 Aspectos Éticos.....	20
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	21
4.1. APLICAÇÃO DE ATIVIDADES EDUCATIVAS DE RECREAÇÃO FÍSICA.....	22
4.2. A IMPORTÂNCIA DA RECREAÇÃO PARA OS ESTÍMULOS NO DESENVOLVIMENTO FÍSICO E INTELLECTUAL INFANTIL.....	24
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	26
REFERÊNCIAS.....	29

1 INTRODUÇÃO

Recreação pode ser entendida como qualquer forma de atividade ou experiência em que o ser humano consegue se expressar, fortaleça seu corpo, mente e espírito desgastado pelo ritmo da vida cotidiana, permitindo-lhe um máximo desenvolvimento integral, por outro lado, é definida como uma atividade humana gratuita e agradável que se realiza em individual e coletiva em resposta à necessidade contemporânea de ocupar o tempo livre em atos que criam e promovem o lazer criativo e participativo, que ocorre em qualquer momento e lugar, também é um meio pelo qual se educa criativamente influenciando o campo físico, social e psicológico do indivíduo por meio de práticas como arte e o jogo (DAOLIO, 2003).

A escolha do tema ocorreu pelo fato de observar as crianças que brincam se desenvolvem melhor que as que tem pouco ou nenhuma recreação, a ludicidade é a dimensão do desenvolvimento humano que faz parte da integridade do ser que aumenta a criatividade, o prazer e a expressão das emoções, materializadas nos jogos, recreação, esporte, entre outros. Esta pesquisa tem relevância aos profissionais da área da educação física, pois aborda de forma bibliográfica a importância da recreação para o desenvolvimento infantil, promovendo conhecimento teórico aos profissionais que se interessem em trabalhar com esse público.

Para desenvolver este trabalho teve a contribuição da pergunta problema, qual a importância da recreação no desenvolvimento infantil?

Com o objetivo geral revisar bibliograficamente a literatura a fim de analisar os benefícios da recreação no desenvolvimento infantil, sendo os objetivos específicos, conceituar o lazer e a recreação física, propor alternativas metodológicas para se trabalhar o lazer e a recreação física, alcançar uma melhor compreensão da importância da recreação para os estímulos no desenvolvimento físico e intelectual infantil. A metodologia usada foi, a pesquisa bibliográfica com o referencial teórico retirado de sites como scielo e google acadêmico. No período de 2004 a 2015, na língua portuguesa e espanhola, sendo como base de consulta as palavras educação, educação física e recreação.

A dificuldade que algumas crianças têm de desenvolver a coordenação motora fina e grossa tem influência nas atividades físicas e exercícios físicos na vida adulta, portando as aulas de Educação Física são uma ótima forma de estimular o aperfeiçoamento da coordenação motora com jogos, brincadeiras lúdicas, atividade esportivas. A dificuldade na coordenação motora fina e grossa durante a infância e a atividade física na vida adulta, pode ocorrer alguns desfalques no desenvolvimento motor desde a infância e

complicações na realização das atividades diárias, bem como dos exercícios e influência negativa no bem-estar, pode advir problemas de obesidades, baixa autoestima além de outras complicações posturais (SALAZAR, 2006).

Portanto ao incluir a prática de atividade física no meio social e educacional desde a infância pode melhorar seu desenvolvimento motor e autoestima, contribuindo para superar problemas emocionais, sociais, comportamentais e de aprendizagem. Sempre buscando respeitar o desenvolvimento da criança como um todo, não apenas no que se refere à atividade física, mas desde aspectos do aprendizado na escola até questões do convívio social. Observando também como os adultos tratam as questões da coordenação como algo a ser influente em suas vidas. Reconhecer o corpo no seu todo e diferenciar cada uma de suas partes, por meio de movimentos, realizar movimentos independentes, interdependentes e definir sua dominância lateral, identificar e efetuar movimentos, discriminando as diferentes velocidades e trajetórias no deslocamento do corpo e dos objetos, equilibrar-se em diferentes situações sem deslocamento, controlando sua postura. Surgi então uma dúvida, será que a falta inerente da coordenação motora durante a infância causa dificuldades para exercícios físicos na vida adulta?

Contudo, segundo o autor DECONINCK et al., (2006) no desenvolvimento motor da criança, há possibilidade do surgimento de disfunções que podem ser reconhecidas pelos pais e/ou professores, especialmente professores de Educação Física. O movimento é essencial para o desenvolvimento das crianças, permitindo as interações em ambientes sociais, físicos e favorecendo a aquisição de diferentes tipos de experiências. A inter-relação entre ação, percepção e cognição é exigida quando exploramos e monitoramos o ambiente; quando exploramos o espaço, resolvemos problemas motores, expressamos nossas ideias e nos relacionamos com as pessoas. O movimento contribui com nossa eficiência nos domínios da percepção e cognição, tendo implicações também na esfera social.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 O CONCEITO DE LAZER E RECREAÇÃO FÍSICA

O lazer permite o desenvolvimento das potencialidades do ser humano, configurando assim o seu ideal. É assim que os gregos entendiam que os escravos eram necessários porque seu trabalho cobria as necessidades materiais da sociedade, enquanto outros dedicavam seu tempo e energia ao intelecto ativo, à busca das verdades supremas (GERLERO, 2007, p. 1).

O lazer evoluiu e consolidou seu próprio espaço ao longo dos anos, isso se reflete em resoluções internacionais, planos recreativos, legislações e iniciativas em diversos países. Diferentes conceitos ou terminologias como jogos, lazer, tempo livre e animação não podem ser separados da recreação, pois se complementam formando um todo que beneficia o desenvolvimento do ser humano (CAMPOS, GONÇALVES, VIANNA, 2008).

Segundo os autores acima citados,

recreação é o conjunto de atividades planejadas de forma espontânea, sistemática e formativa que atuam em conjunto no processo de ensino e aprendizagem por meio do qual o aluno aprende fazendo, de forma vivencial e em contato direto com o meio, de uma forma ambiente de alegria e cordialidade CAMPOS, GONÇALVES, VIANNA, 2008, P. 10).

Para Souza (2007), a recreação, embora seja considerada um fenômeno social de grande importância na atualidade, faz parte da vida do homem desde a antiguidade como uma manifestação que faz parte da vida para satisfazer suas necessidades, rituais e jogos. Nesse mesmo sentido, cabe mencionar as contribuições de Vygotsky em 1979, sobre a Lei da dupla formação do desenvolvimento humano, em que se distinguem três dimensões da recreação e nela identifica três núcleos de problemas que se configuram objeto de estudo neste campo.

Essas dimensões, segundo Mesa (2009) são:

A dimensão sócio-histórica, em que as transformações, continuidades e descontinuidades das práticas lúdicas se situam em diferentes culturas e em processos históricos específicos que explicam a sua emergência, motivos, significados, significados e função social que lhes são atribuídos em contextos de diversidade (MESA, 2009, p. 23).

A recreação física é a ferramenta fundamental do educador físico para promover mudanças de atitudes favoráveis ao indivíduo, por meio dela, é possível gerar harmonia nos grupos sociais e formá-los de forma organizada e sistemática com base no respeito ao meio ambiente, aos seus pares e à necessidade de preservação do meio ambiente. Recreação física não é apenas brincar, é mais do que isso, um processo organizado, com objetivos claros e

concisos que permitem estudos de sua abrangência a partir de uma perspectiva do ambiente. A recreação física é um novo campo de estudo que necessita de aprofundamento teórico para argumentar seu escopo para mudar situações ambientais problemáticas atuais e futuras.

O tempo livre é um aspecto da ordem social que determina as atividades no ser humano, estas atuam em seu comportamento pessoal e social, as atividades físicas neste período apresentam como característica a liberdade diante de uma necessidade. Ele permite a recuperação para o trabalho, bem como o treinamento do pessoal. Waichman (2004) argumenta que o tempo livre, além de libertador, é resultado de uma escolha livre e também porque liberta de obrigações.

Atividade física é qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos em que seja necessário um gasto de energia. Refere-se ao tipo de esforço físico utilizado na prática das atividades, o tempo durante o qual é realizado e a frequência. A condição física, aspecto importante dentro da atividade física, é outro conceito distinto, que se refere à capacidade de se exercitar, entendida como uma medida integrada de todas as funções e estruturas envolvidas na sua realização (CASTILLO, ORTEGA E RUIZ, 2005).

Recreação para Salazar (2006), são todas aquelas experiências que produzem prazer, pertencem à educação não formal que contribuem para o desenvolvimento integral do participante, as quais são realizadas no seu tempo livre de forma voluntária, dentro dos diferentes tipos de atividades recreativas são dinâmicas ou físicas, que contribuem diretamente para o crescimento e desenvolvimento físico da pessoa, entre as quais se encontram os esportes, jogos e atividades físicas, passatempos, música, artes e ofícios, artesanato, dança, teatro, e recreação ao ar livre, mental e social.

2.1. ATIVIDADE FÍSICA E RECREAÇÃO

A atividade física e recreativa na saúde das pessoas tem papel preponderante, conforme apontam os diversos estudos realizados. Ainda assim, poucas pessoas dedicam parte de seu tempo a um programa diário ou pelo menos semanal (MESA, 2009). A partir dos 20 anos, passam para outra fase da vida, a da idade adulta, e ingressam na população economicamente ativa. As responsabilidades aumentam, uma família e um emprego para manter, o tempo livre diminui e a dedicação à vida pessoal diminui.

Para Souza (2007), à medida que se avança nas diferentes etapas da vida, a saúde se deteriora, em consequência não só pelas doenças, mas também pelo desequilíbrio no bem-estar físico e social das pessoas. Em termos gerais, a qualidade de vida definirá o grau de resistência

que uma pessoa tem nas ocupações do dia a dia. Souza (2007), afirma o exposto que a saúde é influenciada por inúmeros fatores passados e presentes do meio ambiente e da forma de proceder que cada indivíduo possui, alguns destes são controláveis e outros não.

Salazar (2006), entende como uma grande variedade de ações que vão desde o relaxamento quase completo até a execução de habilidades estruturantes complexas.

Atividade física é qualquer atividade que requeira algum grau de esforço como escovar os dentes, deslocar-se de um lugar para outro para atender às suas necessidades, limpar a casa, lavar o carro, até praticar um esporte de alto rendimento e muito mais que o ser humano executa diariamente (SALAZAR, 2006, p. 25).

Segundo Isayama (2002), a atividade física vai depender da fase da vida em que a pessoa se encontra, nos seus primórdios é brincadeira, na juventude é esporte e na idade adulta essas vivências se combinam em diferentes formas de expressão e desenvolvimento físico e mental. Atividade física, exercício físico, dois conceitos que são usados como sinônimos, todo exercício físico realizado é atividade física, mas nem toda atividade física é exercício físico.

O exercício físico é toda aquela prática regular e sistemática de atividade física que resulta na melhora da aptidão física e motora, ele tem a capacidade de reduzir diretamente os fatores de risco para doenças crônicas e catalisar mudanças positivas em relação a outros fatores de risco para essas doenças (GERLERO, 2007).

De acordo com Isayama (2002), antes de iniciar um programa de exercícios físicos, deve-se saber qual é o objetivo, a seleção dos exercícios será sequencial e programada para que o executante esteja seguro, não é necessário que a pessoa se sinta exausta e dificilmente consiga se levantar no dia seguinte, bastam exercícios moderados, que serão de grande benefício para a saúde, o desenvolvimento de um programa de exercícios aeróbicos dará para o educador físico as armas necessárias para manter, desenvolver e restaurar a saúde da pessoa.

Vários fatores influenciam a qualidade de vida de uma pessoa, como apontado anteriormente, um dos que queremos destacar é a recreação. Recreação para Salazar (2006), são todas aquelas experiências que produzem prazer, pertencem à educação não formal que contribuem para o desenvolvimento integral do participante, as quais são realizadas no seu tempo livre de forma voluntária.

Dentro dos diferentes tipos de atividades recreativas são dinâmicas ou físicas, que contribuem diretamente para o crescimento e desenvolvimento físico da pessoa, entre as quais se encontram os esportes, jogos e atividades físicas, passatempos, música, artes e ofícios, artesanato, dança, teatro, e recreação ao ar livre, mental e social (SALAZAR, 2006, p. 58).

Apesar dessa ampla gama de alternativas oferecidas pela recreação, poucas pessoas

desfrutam delas, o que é uma fragilidade na vida de uma pessoa, pois, devido a essa carência, podem surgir fatores de risco que afetam a saúde física e mental.

De acordo com Campos (et al, 2006), recreação é definida como modelo experiencial de educação no lazer, como intervenção educativa de longa duração, que se baseia em situações, vivências formativas relacionadas com o tempo livre, conhecida como educação física e recreação, que é voltado para a recreação física, entendida como, campo de recreação, como também recreação artístico-literária e recreação turística (onde se combinam ações das demais) que transita pela prática de atividades lúdico-recreativas, esportes recreativos e divertimentos esportivos, como um dos componentes da cultura física, junto com a Educação Física escolar, de adultos e Esporte, pela ocupação agradável, saudável e lucrativa dos tempos livres.

Os autores afirmam que existem diferentes tipos de recreação, são elas:

Recreação passiva - Trata-se de uma recreação que se baseia em atividades pouco ou nada físicas e de contemplação. Esse tipo de recreação ajuda a dispersar a mente, como distração e como relaxamento, alguns exemplos estão olhando uma paisagem como o pôr do sol, as estrelas, o mar e outros (CAMPOS, et al, 2006).

Recreação ativa - É um tipo de recreação que envolve a atividade física individual ou principalmente, de forma interativa com outras pessoas. Essa recreação, além de difundir a mente, também ajuda a manter a saúde do corpo devido aos exercícios físicos que acarreta (CAMPOS, et al, 2006).

Recreação ambiental - Esta recreação inclui todo tipo de atividades que fazem com que seus participantes se comprometam com o cuidado com o meio ambiente. Em geral, esses tipos de atividades são planejados de forma que haja preparação e ordem no processo. É verificado com antecedência quais são os locais em condições ecológicas desfavoráveis adequadas para este tipo de conferência.

Entre este tipo de recreação encontramos plantar árvores, regar plantas, recolher lixo, também são realizadas palestras de conscientização e outras atividades no mesmo contexto ambiental (CAMPOS, et al, 2006).

Recreação comunitária - Nesta recreação, as atividades são desenvolvidas dentro de um setor, onde seus habitantes desenvolvem integração com outros. Esse tipo de atividade é muito importante porque aproxima as pessoas de um mesmo ambiente. É na comunidade onde vivem e passam a maior parte do tempo, por isso é bom estar em harmonia. Essas atividades são normalmente propostas por um grupo organizacional dentro da mesma comunidade e podem incluir jantares, almoços, jogos e outros (CAMPOS, et al, 2006).

Recreação cultural - Recreação cultural é aquela que integra atividades que contribuem

para o desenvolvimento cultural e fomentam o movimento artístico. Entre essas atividades podemos encontrar peças de teatro, cinema, dança, concertos musicais e outros (CAMPOS, et al, 2006).

Esportes e recreação - Este tipo de recreação combina atividades esportivas que não necessariamente são realizadas para fins competitivos ou profissionais. É uma recriação de lazer, de integração, que ajuda tanto a desanuviar a mente como a manter o corpo ativo e em boas condições físicas. É uma das recreações mais comuns, dentro de comunidades, escolas e outros lugares. Essas atividades são realizadas tanto em locais abertos, como em campos de futebol, beisebol ou outros esportes. Também ocorre em ambientes fechados criados adequadamente para um bom e correto desempenho esportivo (CAMPOS, et al, 2006).

Recreação ao ar livre - Isso inclui atividades que ocorrem no exterior. Inclui inúmeras atividades, algumas mais ativas que outras, como andar de bicicleta, caminhar na praia ou simplesmente observar uma paisagem (CAMPOS, et al, 2006).

Recriação de trabalho - É uma forma de recreação que ocorre dentro das empresas, como forma de desestressar os seus colaboradores, a cada dia ela ganha força, pois cada vez mais empresas estão adotando esse tipo de atividade. Podem ser realizados dentro da mesma organização em horário livre, ou fora dela, seja com viagens e outros passeios. À medida que o estresse diminui, a produtividade do trabalhador aumenta (CAMPOS, et al, 2006).

Recreação pedagógica - Este compreende um conjunto de atividades que permitem não só a formação, mas também o desenvolvimento de capacidades e competências dos participantes. Esse tipo de recreação acontece em qualquer lugar, tendo mais importância para as instituições de ensino, com maior destaque para os menores (CAMPOS, et al, 2006).

Recreação terapêutica - Trata-se de uma recreação que reúne atividades voltadas para a recuperação física ou mental das pessoas. Eles podem ser programas de atividades que incluem movimentos como exercícios na piscina ou uma conversa em grupo (CAMPOS, et al, 2006).

Recreação turística - Este tipo de recreação inclui atividades diretamente relacionadas ao setor de turismo. O turista costuma ir em busca de relaxamento e diversão, por isso sempre há uma variedade de opções de lazer, uma das atividades mais procuradas neste setor é o ecoturismo, desta forma os visitantes podem conhecer áreas naturais e ao mesmo tempo se divertir (CAMPOS, et al, 2006).

Recreação lúdica - É uma modalidade de recreação que envolve a utilização de jogos como forma de entretenimento e ensino dentro de suas atividades. É usado principalmente para estimular o desenvolvimento infantil. É comum que este tipo de atividades seja realizado em instituições escolares, embora possa ser realizado em qualquer local onde existam as condições

necessárias para a sua realização.

Diante do exposto acima, pode-se dizer que recreação é o desenvolvimento agradável e espontâneo do homem nos tempos livres, com tendência a satisfazer os desejos de descanso psicoespiritual, entretenimento, expressão, aventura e socialização. Por esse motivo, a Recreação deve representar uma força ativa por meio da qual o indivíduo se desenvolve plenamente, ou seja, permitirá o cultivo ótimo de suas faculdades uma vez que por meio dessa atividade o indivíduo se enriquece e aprofunda sua concepção de o mundo. A recreação é uma experiência integradora para o indivíduo porque capta, fortalece e projeta o seu próprio ritmo, é um instrumento para melhorar a mente, desenvolver o caráter, adquirir habilidades, melhorar a saúde ou a aptidão física, aumentar a produtividade ou o moral do trabalhador também contribui para o desenvolvimento pessoal e da comunidade.

2.2. A Contribuição da Atividade Física Recreativa

Segundo a UNESCO (2015), a educação física é entendida como uma experiência de ensino-aprendizagem planejada, progressiva e inclusiva que faz parte do currículo que orienta a educação em todos os níveis. Nesta direção, as atividades físicas recreativas se configuram como o ponto de partida de um processo formativo integral do indivíduo para toda a vida, que se baseia no desenvolvimento de exercícios físicos e esportivos. Nessa perspectiva, inclui todas as atividades físicas realizadas, onde o processo de ensino-aprendizagem é realizado, os quais são direcionados para o desenvolvimento de competências, habilidades psicomotoras, habilidades sociais e emocionais que contribuam para uma formação integral e harmônica do indivíduo, estimulando positivamente o desenvolvimento de suas habilidades físicas. Desta forma, fruto de uma atividade física de qualidade é encontrada em um indivíduo fisicamente capacitado, com habilidades, competências, confiança e compreensão para o desenvolvimento de exercícios físicos ao longo da vida (UNESCO 2015).

Segundo Marcellino (2012), as atividades físico-recreativas são de vital importância para o ser humano, visto que compensam a energia física, intelectual e emocional utilizada nas atividades diárias, o que ajuda a evitar desequilíbrios no comportamento pessoal e social, contribuindo para o melhor aproveitamento do tempo livre através da recreação de forma saudável e construtiva.

A recreação é composta por uma gama diferenciada de atividades que são realizadas no tempo livre, das quais o indivíduo pode escolher com base em seus interesses, a recreação e o tempo livre tornam-se um problema prático concreto, a satisfação é dada às necessidades de

atividades recreativas da população e de uma forma mais geral, ao papel relevante que o educador físico atribui ao correto uso do tempo livre como elemento importante na formação integral da personalidade do novo homem. Dá-lhe a oportunidade de passar o seu tempo livre em ocupações espontâneas ou organizadas, que lhe permitem regressar ao mundo vital da natureza e incorporá-lo no mundo criativo da cultura, que serve à sua integração comunitária e ao encontro consigo mesmo, e que, no final das contas, simpatizam com sua realização e felicidade (CAMPOS, et al, 2006).

Em correspondência com isto, considera-se que existe a necessidade da realização de atividades físico-recreativas organizadas por entidades responsáveis que contribuam para transformar o tempo livre de crianças e dos adolescentes em um espaço agradável, não só de diversão e entretenimento, mas também de enriquecimento físico e espiritual.

De acordo com Mesa (2009), atividades físico-recreativas são as de modalidades desportivas ou a natureza turística física à qual o homem voluntariamente se dedica em seu tempo livre para desenvolvimento ativo, divertido e desenvolvimento individual. Estes perseguem o objetivo principal de satisfazer as necessidades de movimento do homem para alcançar a saúde e a felicidade como resultado final. O planejamento e a programação dessas atividades dependem em grande parte da idade dos participantes, de seus gostos e interesses, bem como da cultura necessária para realizá-las. A programação e oferta de atividades recreativas deve ser da preferência da sociedade, de forma a responder a interesses comuns e individuais, o que contribui para a conservação do carácter motivacional e recreativo da atividade.

A participação nas atividades físico-recreativas é um meio importante para que as pessoas se conscientizem de seu dever, a comunidade deve aproveitar todas as potencialidades para que venha à tona, a cultura popular, a recreação saudável, formando valores com carácter humanístico. A sua prática sistemática na comunidade garante que adquiram pleno desenvolvimento físico e mental, conseguindo um fortalecimento da sua saúde através do uso adequado do seu tempo livre, onde a cultura, o desporto e a recreação saudável são formas importantes de ocupação deste espaço (DAOLIO, 2003).

Por meio dessas atividades, as necessidades sociais e individuais são satisfeitas e por meio dessa prática os mais elevados valores humanos e o progresso são exaltados, demandam maior atenção devido ao aumento da necessidade de atividades físicas recreativas na comunidade.

3 METODOLOGIA

A metodologia da pesquisa, quanto à natureza foi classificada como básica, utilizando como procedimento técnico a pesquisa bibliográfica e quanto aos objetivos, classifica-se como pesquisa exploratória.

3.1 TIPO DE ESTUDO

Este trabalho foi elaborado por meio da realização de uma revisão bibliográfica sobre os a importância da recreação para o desenvolvimento motor infantil. Foram usados diferentes bancos de dados para pesquisar essas informações, como Scielo, google acadêmico. O material usado para obter as informações foram livros, artigos em periódicos científicos, artigos em sites. No período de 2004 a 2015, na língua portuguesa e espanhola, sendo como base de consulta as palavras educação, educação física, desenvolvimento motor e recreação.

3.2 Coleta de Dados

A coleta de dados foi realizada através de pesquisa, inicialmente leituras aprofundadas em livros e trabalhos monográficos devidamente referenciados, já publicados, todos relacionados o tema escolhido. Logo depois será feita uma leitura mais aprofundada e seletiva das informações extraídas das fontes.

3.3 Instrumento de Coleta de Dados

O Instrumento utilizado para coleta de dados foram pesquisas bibliográficas, site como google, em livros, trabalhos acadêmicos, dissertações, onde serviram como fontes, referenciando como autores principais.

3.4 Análise de Dados

Nesta etapa foi realizada uma leitura analítica com a finalidade de ordenar e resumir as informações contidas nas fontes, de forma que estas possibilitem a obtenção de respostas ao problema de pesquisa. Com base nos autores Brauner 2010, Rosa Neto 2011 e 2015, Ferreira Junior et. al. 2012, Brasil 1997.

3.5 Aspectos Éticos

Seguindo preceitos éticos, essa pesquisa de forma contínua se preocupa e se compromete em citar os autores utilizados nos estudos, respeitando as normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas sendo uma delas a NBR 6023 que trata dos elementos e orientação na utilização de referências. Os dados a serem obtidos tratarão do planejamento para o futuro Trabalho de Conclusão de Curso, bem como um intuito científico

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Considerando que recreação abrange todas as atividades físicas recreativas, que um indivíduo realiza em seu tempo livre para fins de entretenimento. Como atividades recreativa, constitui uma terapia corporal quando desenvolvida em forma planejada, para alcançar um equilíbrio entre as habilidades e as capacidades físicas do indivíduo. Essas atividades são fundamentais pela socialização do ser humano, pois contribuem para a melhorar da saúde e, portanto, fazer o seu bem-estar social.

Neste contexto, o educador físico, treinador ou profissional de educação física, precisa ter conhecimento sobre os benefícios da recreação para elaborar atividades que tragam aos participantes/praticantes estímulos em realizar as atividades físicas. Na sequência de Elizalde e Gomes (2010), afirmam que lazer é entendido como conjunto de relações dialógicas que o indivíduo estabelece voluntariamente com outras áreas que não trabalha, como esportes, política, economia, linguagem, saúde, arte, ciência e natureza, que se configuram como dimensões fundamentais que não são desenvolvidas pelo indivíduo em sociedade, em forma de manifestações culturais configuradas.

Por dentro das práticas de lazer, localizam algumas atividades como festas, jogos, passeios, viagens, música, teatro, leitura, escultura, pintura, dança, entre outros. Por serem tempos livres, deve-se enfatizar que estes permitem a ocupação voluntária do indivíduo, ou seja, descanso, diversão ou treinamento para a participação social, bem como a prática da capacidade criativa (CAMPOS, et al, 2008).

Entende-se que praticar de esportes, educação física e recreação física devem ser gratuitos, voluntários e, constitui uma diretriz fundamental do ser humano, uma vez que vem contribuindo com atividades para o seu treinamento abrangente, sendo assim, o papel do educador na organização das sessões de educação física, como guia para o processo de ensino e aprendizagem, não para gerenciar imperativos e exercícios indicados para didática, senão antes selecionar os exercícios que, por sua expertise e conhecimento, são os mais adequados para o desenvolvimento de capacidades fundamentais recreativa.

Segundo Campos, et al (2008), o educador físico pode desenvolver capacidades de expressão e comunicação corporal, promovendo estratégias metodológicas que possibilitem a recreação física adequada para cada público. Em caso de atividades recreativas pode-se utilizar jogos para o envolvimento social das crianças.

4.1. APLICAÇÃO DE ATIVIDADES EDUCATIVAS DE RECREAÇÃO FÍSICA

A recreação física abre janelas para o cultivo de emoções fundamentais na aprendizagem da convivência em prol da confiança e aceitação do outro em sua legitimidade; oferece múltiplas oportunidades de aprender a compartilhar, seguir as regras, valorizar a participação, desfrutar triunfos e aprender as lições da derrota, tanto quanto do esporte. Mas, acima de tudo, nos permite descobrir os benefícios e as demandas do trabalho em equipe que leva a crescermos juntos e atingirmos objetivos comuns. Tanto a recreação quanto o esporte constituem uma força importante para o desenvolvimento integral do indivíduo, o que enriquece e aprofunda sua concepção de mundo (BETTI, 2013).

De acordo com Marinho (2012), a aplicação de atividades educativas de recreação física foi avaliada como adequada, por favorecer o conhecimento de conteúdos relacionados à promoção da saúde, que influenciam na melhoria da qualidade de vida. Do ponto de vista integrador, a área da recreação física é reconhecida como um processo permanente de formação pessoal e social, a essência do sentido pedagógico em termos de desenvolvimento humano. Não é um currículo que cobra isoladamente. Corresponde colocá-los ora como meios, ora como opções, ora como práticas culturais.

Então, ao falar sobre uma educação física, uma perspectiva de formação humana e social, onde o esporte, a recreação e o lazer estão incluídos, cada um pode desempenhar diferentes funções no processo de atividades física. Enquanto recreação é princípio essencial, permanente de educação física, ou seja, esporte é uma prática cultural que pode ser caracterizada como meio ou fim, dependendo do contexto, na fase ênfase dos processos de treino e não o desenvolvimento de competições, são atribuídos aos desportos, recreação, jogos, ginástica, assim como as manifestações da cultura física ou características culturais práticas que podem ser meios, objetos, atividades físicas ou finalidades de ação educacional onde a multiplicidade e inter-relação são constantes (MARINHO, 2012).

Neste contexto, segundo Marcellino (2012), as ações determinadas pelo educador físico para a recreação física incluem, o corporativo, uma dimensão lúdica e pedagógica das diversidades das práticas culturais e da atividade física, contribuir para o desenvolvimento de dois processos de formação do ser humano para a organização do tempo e do espaço, para a interação social, construção de técnicas de movimento e cultivo e expressão do corpo, uma experiência lúdica e recreativa, orientar uma educação física que reconheça seu desenvolvimento histórico e responda às demandas da educação, cultura e sociedade, nas condições atuais.

Para o autor, essas ações recreativas podem promover o diferencial entre o gasto do tempo livre e as atividades recreativas físicas bem planejadas, sendo elas:

Gerenciar práticas sociais de cultura física, como esportes, uso criativo do tempo livre, recreação, uso do espaço público, lazer, saúde, estética e meio ambiente inter-relacionados com diferentes áreas do conhecimento, que responder às diversidades dentro de uma estrutura de unidade nacional.

Promover ações que ajudem a transformar os conceitos e práticas da educação física, bem como a dinâmica da movimentação e construção de projetos de atividades físicas.

Promover uma nova didática relevante para os processos de formação que é investigativo, participativo e gestor projetos criativos.

Orientar ou estabelecer condições educacionais que possibilitem as mudanças exigidas no ambiente participação e organização de materiais, espaços físicos, horários e equipamentos adequados e necessários para melhorias atividade física qualitativa (MARCELLINO, 2012, p. 87).

Uma recreação é reconhecida como uma necessidade vital, como um campo direto e de experiência pessoal e social ou o lúdico, perpassa diferentes espaços e ações de educação física e eficiência no desempenho das ações. Por outro lado, as técnicas e práticas de manejo e cuidado com o corpo se multiplicarão, transformações tecnológicas e técnicas corporais e exige mais precisão, destreza, velocidade. A criação de dispositivos, sistemas de negócios e tecnologias proporcionam ou transforma as técnicas corporais e torna explícito a importância lúdica (CARVALHO, 2005).

De acordo com Cury (2006), uma sociedade produzia incansavelmente práticas, atividades e símbolos, à medida que as práticas corporativas são mostradas, mais também formas de expressão, de encontrado e troca. Finalmente, existem vários indicadores de transformações que dimensão corporal e dimensão lúdica do ser humano, o processo de construção cultural a partir da educação física não pode operar independentemente de outros fenômenos, como esporte e uso do tempo livre, que são desenvolvidos de acordo com múltiplas perspectivas e interesses, incluindo a falta de entretenimento dominante e suas consequências ideológicas, políticas e psicológicas a serviço da sociedade de consumo ou o espaço foi transformado e multiplicado em seus usos. Ciclovias, parques, lugares naturais adequados para a aventura, espaços abertos, lugares equipados com mais alta tecnologia para jogos ou espetáculos esportivos onde.

Para Cury (2006),

Essa diversidade demonstra o papel essencial das determinações sociais na educação física e sua possibilidade de intervenção na formação da cultura e da sociedade. Dentro de dois processos móveis que uma sociedade requer está a necessidade de construir uma sociedade democrática, dignidade e justiça, e a valorização do ser humano como autor e ator de manifestações culturais

(CURY, 2006, p. 234).

O fenômeno do crescimento urbano em suas formas de organização apresentando condições de vida bastante complexas em grandes cidades, quanto à poluição ambiental, quartos abertos, deficiências nos espaços públicos de lazer, nos obriga a responder a uma nova realidade social e cultural quanto à satisfação das necessidades de atividade física para a manutenção da saúde, para ampliação das relações sociais, aproveitamento do tempo livre e aproveitamento de espaços de descanso e lazer (DAOLIO, 2003).

A tradição é um fator a ser considerado na atenção à diversidade. Não se trata de estabelecer um apego acrítico ao tradicional, mas, expressam que não se aceita uma obrigação de educação física com a cultura nacional e nem ensino de costumes e valores que, em nosso processo de construção e transmissão por diferentes gerações. Estes aspectos permitem apreciar as diferentes possibilidades de ações como mediador de treinamento. Além de entender como entrar na cultura, é necessário construir uma cultura lúdica que guia o aproveitamento do tempo livre, recreação e lazer criativo (BETTI, 2013).

4.2. A importância da recreação para os estímulos no desenvolvimento físico e intelectual infantil

A recreação é especialmente importante para o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes, pois melhora sua qualidade de vida e proporciona importantes benefícios psicoemocionais, cognitivos, físicos e sociais. Inúmeros são os benefícios da recreação, é bom ter em mente que, se realizado em família, suas vantagens são ainda maiores, pois fortalece os laços familiares, fomentando uma relação de confiança baseada no apoio, no carinho e na diversão.

Dentre os benefícios então aqueles que se destacam por promover qualidade de vida, segundo Gerlero (2007) são eles:

Benefícios psicoemocionais - a recreação aumenta a autoconfiança de crianças e adolescentes, pois neste contexto devem ser superados desafios e imprevistos no ambiente que os estimulem a dar o seu melhor, a enfrentar e solucionar novas dificuldades aprendendo com as diferentes experiências. Quando a recreação ocorre em praças ou parques, acrescenta-se a necessidade de interagir com os pares, desenvolvendo sua capacidade de se relacionar, empatizar e resolver conflitos de maneira adequada (GERLERO, 2007).

Benefícios cognitivos - relacionar-se livremente com o seu meio, tendo de resolver

autonomamente os diferentes desafios ou desafios que este lhe coloca, favorece o desenvolvimento da imaginação, da criatividade e da memória, a par da concentração e da atenção. Além disso, nessa relação com o meio ambiente, por meio da própria experiência, são reforçadas noções básicas como cor, tamanho, forma, espacialidade e quantidade. Assim, também contribui para fortalecer a noção de competição saudável e tolerância à frustração (GERLERO, 2007).

Benefícios sociais - entre os benefícios sociais das atividades lúdicas estão a promoção da consolidação da própria identidade e do senso de pertencimento (à família, ao grupo, à sociedade), favorecendo a inclusão social, a empatia e a participação comunitária, além de prevenir o uso de drogas antissociais, violentas e comportamentos perturbadores (GERLERO, 2007).

Benefícios físicos - a recreação favorece o desenvolvimento de diferentes habilidades motoras, interagir com o ambiente e brincar ativamente, tanto individualmente quanto em grupos, melhora a percepção corporal, o controle dos movimentos, desenvolve a coordenação e o equilíbrio e melhora a localização no tempo e no espaço (GERLERO, 2007).

É aconselhável que, desde tenra idade, as crianças explorem diferentes atividades recreativas e vivam momentos de lazer que estimulem a sua imaginação e criatividade para se divertirem. Buscando um desenvolvimento integral, essas atividades devem ser desestruturadas, livres e variadas. Nesse sentido, é importante diferenciar uma atividade não-acadêmica estruturada, que, por mais lúdica ou recreativa que possa parecer, requer disciplina, regras e objetivos (escolas de esportes, escolas de instrumentos, etc.) daquelas atividades recreativas não estruturadas que permitir um ato livre, espontâneo e criativo, sem outro objetivo além da distração e relaxamento (WAICHMAN, 2004).

Lobo (2010) cita alguns exemplos de atividades recreativas que podem auxiliar no desenvolvimento infantil e que são promovidos pelo educador físico, tais como:

Música, instrumentos e dança - ouvir música, ouvir ou tocar um instrumento e dançar, ou pelo menos mover o corpo ao som da música, ajuda a relaxar e controlar as emoções, promove a autoestima e melhora a tolerância à frustração e a capacidade de resolver problemas, melhora a sensibilidade e aumentar a sensação de prazer, alegria, felicidade e otimismo, além de aliviar o estresse, a ansiedade e a dor. Também favorecem o desenvolvimento da criatividade, imaginação, atenção, concentração, memória, esforço e disciplina, alcançando melhor desempenho físico e um sono mais repousante (LOBO, 2010).

Atividade física divertida - a prática de atividade física diária traz grandes benefícios. Promove relaxamento e reduz a ansiedade, melhora a circulação, respiração, digestão e

metabolismo, estimula a concentração, a memória e o aprendizado; fortalece ossos, músculos, sistema imunológico, habilidades motoras, equilíbrio e tônus muscular. Da mesma forma, ajuda a desenvolver disciplina, perseverança, perseverança e, quando realizada em grupo, também o trabalho em equipe, a lealdade, a colaboração e o sentimento de pertença, por isso, é fundamental, desde tenra idade, estimular o brincar em movimento (correr, pular, dançar, com a bola, etc.) (LOBO, 2010).

Vida ao ar livre e contato com a natureza - o contato com a natureza e a vida ao ar livre é um exemplo de muitos benefícios para adultos e crianças. Melhora o estado físico, favorece o desenvolvimento da autonomia, criatividade e imaginação uma vez que se expõe de forma improvisada a diferentes desafios. Quando expostos à luz natural, adultos e crianças absorvem mais vitamina D, promovendo o desenvolvimento ósseo (LOBO, 2010).

Os jogos permitem uma forma lúdica de desenvolver a imaginação, criatividade, concentração, memória, observação, mudanças de capacidade, respeitar, seguir orientações, desenvolver estratégias, tomar decisões e resolver problemas. Aumentam o nível de tolerância à frustração, ajudam a desenvolver a paciência e a respeitar as diferentes opiniões ou formas de brincar e de se expressar, a descobrir a importância do esforço e do trabalho em equipe (ISAYAMA, 2002).

Pressupõe-se que conhecimento é desenvolvimento, garantindo que o lazer e a recreação contribuam para o desenvolvimento humano por meio de benefícios em dimensões específicas, é possível na medida em que os satisfatórios que se constroem a partir da articulação de elementos ideológicos, teóricos e metodológicos partem de um conhecimento em profundidade tanto do lazer quanto da recreação e das áreas sobre as quais pretende incidir (LOBO, 2010).

A questão da construção de alternativas de desenvolvimento requer um corpo de conhecimento interdisciplinar relacionado ao lazer e recreação, bem como os contextos e intenções de transformação, conseqüentemente, garantir os benefícios da recreação requer profissionais capacitados como mediadores para esse desenvolvimento. A construção de opções de desenvolvimento a partir da recreação não é apenas uma questão técnica, exige competências cidadãs e na gestão de áreas específicas do teórico e do metodológico, mas também da própria formação a partir do "ser" de quem assume a responsabilidade projetar essas opções (ISAYAMA, 2002).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O posicionamento da recreação é um desafio para quem trabalha no setor e exige uma série de competências que permitem aos profissionais da educação física fazerem uma defesa sólida da importância de se investir nela. Assumir a recreação como mediadora dos processos de desenvolvimento humano significa compreendê-la a partir de seus benefícios em cada uma das dimensões do desenvolvimento do ser humano e ter clareza sobre as condições que tornam esses benefícios possíveis (CARVALHO, 2005).

As práticas recreativas são entendidas como complementares aos processos de aprendizagem e desenvolvimento cultural e como uma ferramenta para romper os círculos de pobreza, dependência, inatividade, violência e sentimentos de marginalização e exclusão.

O lazer e a recreação constituem um meio para estimular o crescimento e a transformação pessoal positiva, embora deva ser considerado que os mesmos indivíduos ou grupos podem assumir alternativas e práticas que não necessariamente conduzam a consequências negativas ou que podem ser utilizadas como instrumento para perpetuar valores injustos. Um lazer orientado para o desenvolvimento humano, é uma satisfação das necessidades humanas, autonomia, competência, expressão pessoal e interação social dentro do ambiente do indivíduo (BETTI, 2013).

Porém, o lazer não contribuirá para o desenvolvimento humano sem uma dimensão moral e ética sustentável, portanto, deve-se levar em consideração que o lazer e a recreação reproduzem valores e expressões muito diversos e não condizentes com uma sociedade sustentável. devem estar combinados com os valores sociais que sustentam a equidade e que se contrapõem aos que não promovem o desenvolvimento humano a partir das identidades pessoais e sociais, estimulando-os a serem construídos a partir de posições éticas mínimas, intersubjetivas e racionais (ISAYAMA, 2002) .

Assim, as políticas de construção teórica, prática, lazer e recreação devem levar em conta todas as dimensões do fenômeno, a fim de promovê-lo como mediador do desenvolvimento humano. A metodologia de dinamização de práticas lúdicas baseia-se principalmente na criação de espaços pedagógicos, onde se privilegia a participação ativa das pessoas, o empoderamento da capacidade de decisão e resolução de problemas e conflitos e o desenvolvimento de competências para a vida, com uns eixos centrais, transversais, como o brincar, a fruição e o prazer pelo que se faz. Assim, embora um tempo de lazer transformador possa gerar momentos de desentendimento pelos confrontos que gera consigo mesmo e com os outros, a percepção de ganho, benefício ou desenvolvimento, constitui uma experiência essencialmente lúdica (LOBO, VEGA, 2010).

Por fim, concluiu-se com a elaboração deste trabalho que alcançar o acesso a contextos de lazer e recreação que garantam de forma sustentável os seus benefícios exige empoderamento ético, político, individual e coletivo, condições de desenvolvimento do conhecimento que constituam os espaços humanos, etc., ambientes de desenvolvimento humano com impacto na qualidade de vida das pessoas (CURY, 2006).

REFERÊNCIAS

- BETTI, M. **Cultura corporal e cultura esportiva**. Revista Paulista de Educação Física, São Paulo, v.7, n.2, p.44-51, 2013.
- CAMPOS, Luiz Claudio de A. Menescal; GONÇALVES, Maria Helena Barreto; VIANNA, Maria da Conceição de O. **Lazer e recreação**. Rio de Janeiro: Ed. Senac Nacional, 2008.
- CARVALHO, Yara Maria. **Lazer e Saúde**. Brasília: SESI/DN, 2005.
- CASTILLO, M., ORTÉGA, F. e RUIZ, J. "**Melhoria do condicionamento físico como terapia anti-envelhecimento**." Grupo de Pesquisa em Avaliação Funcional e Laboratório de Fisiologia do Exercício e Fisiologia do Exercício. Faculdade de Medicina. Universidade de Granada. 2005
- CURY, Carlos Roberto Jamil. **Lazer, Cidadania e Responsabilidade Social**. Brasília: SESI/DN, 2006.
- DAOLIO, J. **Cultura: Educação física e futebol**. 2a ed. Campinas: Ed. Da Unicamp. 2003
- GALLAHUE, David. L.; OZMUN, John. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3. ed. São Paulo: Ed. Phorte, 2005.
- GERLERO, J. **Diferença entre Lazer, Tempo Livre e Recreação**. Diretrizes preliminares para o estudo da recreação. No Centro de Documentação Virtual de Recreação, Tempo Livre e Lazer. Fundação Latino-americana para Tempo Livre e Recreação - FUNLIBRE. 2007.
- ISAYAMA, H.F. **Recreação e lazer como integrantes de currículos de cursos de graduação em Educação Física**. 2002. Tese (Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2002.
- LOBO, Adelina Soares e VEGA, Eunice Helena Tamiosso. **Educação motora infantil, orientações a partir das teorias construtivista, psicomotricidade e desenvolvimento motora**. 2ª ed. Caxias do Sul – RS, 2010.
- MARCELLINO, N.C. **Lazer e educação** Campinas: Papirus, 2007.
- _____. **Para tirar os pés do chão: corrida de rua e associativismo**. São Paulo: Hucitec, 2009.
- _____. **Apontamentos para a elaboração de um repertório de atividades de recreação e lazer**. In: MARCELLINO, N.C. (Org.). Repertório de atividades de recreação e lazer: para hotéis, acampamentos, clubes, prefeituras e outros. Campinas: Papirus, 2012.
- MARINHO, I. P. **Educação física, recreação, jogos**. São Paulo, CBE, 2011
- MESA, G. **Recreação: mais do que fazer de novo**. I Simpósio de Pesquisa e Treinamento em Recreação.2009.
- SOUZA, Elaine Oliveira. **A Importância das Brincadeiras e dos jogos com Ludicidade nas aulas de Educação Física**. Rio de Janeiro. 2007.
- SALAZAR, C. **Educação Física e Recreação**. Duas carreiras diferentes, mas complementares.

Revista Educação. 2006.

WAICHMAN, P. (2004). **El tiempo libre y la recreación un desafío pedagógico**. Buenos Aires: Ediciones PW.