

## JOGOS E BRINCADEIRAS POPULARES E PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS: UM ENCONTRO IMPRESCINDÍVEL

SOUSA, Luzia Eidla Araújo<sup>1</sup>

### RESUMO

A aplicação dos princípios das Práticas Corporais Alternativas na prática dos Jogos e Brincadeiras Populares surge para equilibrar adequadamente o homem de ontem às exigências da nova era. Essa relação encontra um elo de transmutação e conscientização do funcionamento e do comportamento do próprio corpo na interação com o meio social. Até certo ponto, as atividades físicas clássicas não são coerentes e concisas às prioridades humanas individuais e coletivas. E é na concepção holística que se atina a possibilidade do cuidado com a totalidade sintomática do homem e reabilitação do enfoque individual e coletivo dos movimentos bio-psicoemocionais. Diante desse parecer, construiu-se princípios primários e secundários norteadores de uma prática pedagógica holocentrada.

### INTRODUÇÃO

Qualquer atividade física é baseada em princípios norteadores ou regras de conduta que visam à efetivação de objetivos e o ser humano a pratica por que se interessa pelo objetivo. Sua execução vai além da prática refletindo o dia a dia, os interesses pessoais e profissionais. É assim o caso dos Jogos e Brincadeiras Populares que têm como alicerce a cultura social. É assim também o caso das Práticas Corporais Alternativas que focam autoconhecimento, disciplina e consciência corporal.

Às vezes esse objetivo não é alcançado e o ser humano acaba se esforçando além do limite ou desiste e acumula consequências refletidas negativamente. À medida que a sociedade evolui, o foco do ser humano modifica, fazendo-se necessário o equilíbrio adequado do homem do passado ao do presente. Nesse contexto, percebe-se a importância

<sup>1</sup> Especialista em Educação Física Escolar – FIP. Terapeuta Holística – ARCA. Integrante – NUPEF. Professora do curso de Educação Física – URCA. [eidla\\_araujo@hotmail.com](mailto:eidla_araujo@hotmail.com)

cultural dos Jogos e Brincadeiras Populares e o valor integral das Práticas Corporais Alternativas.

Essa abordagem vem aplicar os princípios das atividades englobadas no contexto das Práticas Corporais Alternativas nas práticas de Jogos e Brincadeiras Populares. Uma vez que, pela execução daquelas, diagnostica-se e supera-se o entendimento de uma atividade apegada unicamente ao adestramento corporal, que faz o corpo malhar e sofrer sem consciência, em favor das práticas populares que fortalecem autoestima, criatividade e motivação.

## 1 JOGOS E BRINCADEIRAS POPULARES

Ao longo dos séculos, muitas atividades físicas ficaram marcadas na historicidade humana pela cultura representada. Elas são um conjunto cognominado Jogos e Brincadeiras Populares e têm representação em todos os locais do Planeta Terra, desde o Oriente ao Ocidente. Sua prática não é limitada a idades ou a fronteiras. Suas execuções fazem um elo com a realidade, sofrendo influência a ponto de serem minimizadas pela busca desenfreada por melhoramento corporal e profissional, entre outros pretextos.

Na visão de Bregolato (2008) jogo é definido a partir de um fenômeno social que envolve e interage o ser humano com ele mesmo e com o ambiente. É praticado através de brincadeiras, provoca e se torna fonte de conhecimento, presente em vários processos constituintes da vida. Embora essa definição se encaixe como uma luva nessa reflexão, os termos brinquedo, jogo e brincadeira não suscitam transparência de imediato.

Kishimoto (2003) e Huizinga (2008) propõem diferenças para cada uma dessas abrangências. São elas:

O brinquedo é concebido a partir de um objeto que só tem sentido lúdico quando funciona como suporte para a brincadeira. Caso contrário, torna-se objeto inanimado. É discriminado em dois tipos: a) estruturado que é adquirido pronto, tal como pião. b) não estruturado é o não industrializado como pedra ou qualquer objeto que, nas mãos de uma criança, vire instrumento de brincadeira (KISHIMOTO, 2003).

O jogo abrange uma gama de variedade corporificada em "faz-de-conta, jogos simbólicos, motores, sensório-motores, intelectuais ou cognitivos, de exterior, de interior,

individuais ou coletivos, metafóricos, de animais, de adultos." (KISHIMOTO, 2003, p. 1). Huizinga (2008, p. 53) entende jogo numa criação cultural arcaica e acrescenta que "a cultura surge sob a forma do jogo, que ela é, desde seus primeiros passos, como uma jogada".

A brincadeira é o ato de brincar e se constitui de fantasia, imitação e livre expressão. Há uma ausência de regras explícitas na organização das atividades (KISHIMOTO, 2003).

É inserido nos Jogos e Brincadeiras Populares que o ser humano constrói comportamentos e se liberta para definir gestos, condições e finalidades do ato. No entanto, tende a se restringir nas fases posteriores, restando, por exemplo, ao adulto, se “despojar das amarras da consciência errônea que o impede de assumir seu espírito lúdico” que o possibilitará fazer tanto “um castelo de areia como jogar futebol... e brincar de casinha com as crianças” (BREGOLATO, 2008, p. 73).

O jogo é um espaço para a construção dum mundo interior em contato com a realidade. Quem brinca cria e não se submete apenas ao que está acabado e a brincadeira pode ser vista como a porta de entrada para a cultura e expressividade do corpo que, na sua apropriação, envolverá, a médio e longo prazo, fatores sócio-econômico-culturais. Nesse contexto, sua prática se funde dialeticamente com a individualidade e a comunidade humana, fornecendo símbolos histórico-sociais, comportamentos característicos e consciência corporal capazes de responder a uma demanda da sociedade.

Na intenção de compreender o alargamento cultural e a diversidade dessas práticas, Bregolato (2008) subdividiu o conteúdo Jogo em: a) socializante, interativo e de aproximação corporal: nunca três, desenhar o outro. b) de dramatização: cantigas de roda, sessão historiada. c) rítmico: trem, palmas. d) recreativo: confraternização dos bichos, peteca. e) pré-desportivo: time de três, cesta móvel. f) indígena: akô, xikunhity. g) capoeira.

Diante desse panorama, percebe-se que é o adulto o responsável por introduzir os brinquedos na vida da criança e ensiná-la a manejá-los. Essa manipulação é também de símbolos que “nesse sentido, nem sempre a criança vai fazer do brinquedo o uso que o adulto espera quando o apresenta à criança” (ALVES, 2003, p. 02). No entanto, Fadeli et al (2003) compreende que eles vêm sendo perdidos ou transformados como consequência das exigências da praticidade newtoniana-cartesiana, advindos dos processos de urbanização e industrialização.



## 2 PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS

Em todas as fases de desenvolvimento, o ser humano é acometido por desordens e desorganizações corporais. As razões respaldam nas estruturas, formas, funções e significado dos lamentos musculares, ossos e articulações. São impactos passíveis de solução caso haja conscientização motora e operacionalizem-se instrumentos a fim de desenvolver uma presença somática pessoal (LORENZETTO e MATTHIESEN, 2008).

As relações intra e interpessoais se equivalem às relações físicas e mecânicas do corpo, resultando movimentos amplos e complexos, deixando uma visão de mão dupla, cristalina e unitária das teias formadas pelo “eu, o outro e a terra”:

Estou procurando mostrar que nossos afetos, ao mudarem nossas tensões e nossa forma, nos comprometem fisicamente; e que os desequilíbrios assim provocados provavelmente têm muito a ver com os ‘desejos’ assim desatados, desejos que se referem ao outro, e que se manifestam como novas posições e movimentos ditos, agora, expressivos (LORENZETTO e MATTIESEN citando GAIARSA, 1995, p. 33).

Pelas Práticas Alternativas são desenvolvidos comportamentos que permitem reflexões e ações sobre a realidade bem como maiores e melhores resultados na prática do exercício físico. Elas são um conjunto de atividades não convencionais que se afastam das formas clássicas da Educação Física e se aproximam das terapias corporais.

Todas as atividades oriundas desse meio trabalham calma, alto padrão de saúde, equilíbrio, correção da postura, consciência corporal. Os movimentos ganham uma espécie de movimentos medicinais e atitudinais. O exercício consciente, assim também chamado, é ligado a pessoas que estão abertas à persistência e vinculadas a concepções e filosofias de vida pautadas no ambiente natural e no autoconhecimento. Ele tem a chave para uma prática completa que é unir os movimentos corporais a ritmos respiratórios lentos e ordenados.

Cesana (2008, p. 18) identifica quatro características básicas: consciência ecológica, volta ao oriente, espiritualidade e perspectiva escatológica ou milenarista. Ao relacionar o homem inteiro com tais atividades requer, antes de quaisquer expectativas, o reconhecimento

de que Ser Humano não acaba em matéria física, consciência ou emoções. Isso é considerar alguns aspectos isoladamente e perder de vista a sua integridade.

Essas práticas podem ser localizadas sob os mais diferentes títulos: Biodança, Ginástica orgânica, Ioga, Tai chi chuan, Zen-shiatsu, Reflexologia, Do-in, Biomecânica existencial, Bioenergética, Artes marciais, Lian gong, Método reich, Massagem. Todas são trabalhadas nos campos da educação, arte e clínica.

Elas surgem para, não só diagnosticar, mas também, separar o entendimento de que uma atividade física eficaz e eficiente não se apega “ao adestramento esportivo e ginástico forçado do corpo, à exagerada hipertrofia muscular”. Elas apresentam movimentos suaves e precisos “que ajudariam a tomada de consciência do corpo, a soltar os músculos e a liberar uma energia até então desconhecida vinculada a uma práxis harmoniosa, crítica, criativa, pedagógica, artística e terapêutica” (LORENZETTO e MATTHIESEN, 2008, p. 12).

A aceitação dessas exposições repousa na aceitação de um novo paradigma capaz de conceber homem como um ser que faz história, é dialético, dinâmico, multidisciplinar, biopsicossocial e admite através de várias interpretações e inter-relações. Reduzi-lo ao posto de coisa, máquina ou circunstância, limita-o a fronteiras de uma visão mecanicista, portanto, inadequada. “O corpo, como o planeta, trabalha em sintonia, embora nem sempre compreendamos os motivos de seus comportamentos, estagnações ou mudanças” (LORENZETTO e MATTHIESEN, 2008, p. 17).

Lorenzetto e Matthiesen citando Weil (1990) esclarece que essas práticas contribuem para corrigir a deformação efetuada a partir do final do século XIX que vem se agravando: a intelectualização levada ao extremo. O racionalismo científico reforçado trouxe, até certo ponto, ‘conforto’ e ‘progresso’ tecnológico à custa da dignidade humana.

### 3 HOLISMO

As fronteiras da visão mecanicista fazem acreditar e lutar por um homem-máquina que o considera professor, terapeuta e “depois o reduz a um cérebro (aquele ‘cara inteligente’), a uma pele (o ‘branquelo’)... e finalmente a um órgão (‘hoje opere um lindo fígado, no dizer

das falas médicas)” (LORENZETTO E MATTHIESEN, 2008, p. 15). Essa visão é apanhada pelo paradigma newtoniano-cartesiano.

Entende-se que a natureza humana é constituinte de transformações contínuas, de desorganizações e reorganizações, além de se inserir dentro de um processo “alternativo, holístico, complementar, convergente e transdisciplinar” (LORENZETTO E MATTHIESEN, 2008, p. 14). Essas são as fronteiras a serem superadas, garantindo os auspícios do processo holístico, ou seja, a universalidade das abordagens transdisciplinares e alternativas, a diversidade de tratamento dentro de cada conteúdo e as combinações entre eles.

A história humana entrou numa virada sem precedentes. A evolução chegou numa fase de *apartheid* onde se faz necessário e básico compreender que educar significa defender vidas, memórias, corpo saudável. A crise da modernidade é também uma crise da sua concepção do tempo (ASSMAN, 1998, p. 207).

Esse discurso provém de uma quebra de paradigma e de um conjunto de princípios que dão origem à abordagem holística cujo conjunto leva em consideração o ser humano em todas as suas dimensões, um *Todo - Holos* no grego.

Paradigmas são padrões capazes de fornecer problemas e soluções modelares para uma sociedade. Indicam toda constelação de crenças, valores, procedimentos e técnicas partilhadas em determinada época. O surgimento de um paradigma objetiva fundamentar preceitos que não são mais condizentes com a época. (CREMA, 1989).

O despontar do mais recente paradigma pode ser presenciado nas últimas décadas e tem sido denominado Holístico. Ele surge como resposta à cosmovisão moderna de mundo, entendida como máquina gigantesca e maravilhosa que na verdade é racionalista, mecanicista e reducionista. São várias as concepções de holismo. Defende-se nessa exposição, a apreciação de que todos os fenômenos se interligam e se inter-relacionam de forma global e interdependente (CREMA, 1989).



#### 4 CATEGORIAS DE ANÁLISE

As atividades físicas de natureza alternativa e o paradigma holístico focam uma mudança quali-quantitativas na realidade desarmoniosa em que se vive atualmente. Os Jogos e Brincadeiras Populares, nessa proposta, vão além de movimentos corporais com intenções conscientes de gestos, eles se tornam carregados de energia que transcende o corpo e infiltra o universo de atuação; e, fazem uma ligação com a cultura e com a realidade do ser humano de forma mais precisa, conscientemente ecológica. (BREGOLATO, 2008, p. 44).

A aplicação dos auspícios holísticos nessa atividade permitiu a elaboração de princípios fundamentais divididos em primários e secundários, ou leis universais de trato com o corpo para a atual realidade humana. Com base nos estudos, foi possível encontrar um padrão que está por detrás dos esforços em defesa dum corpo psicologicamente ou integralmente saudável e cômico (ASSMAN, 2001).

As categorias apresentadas para a análise constituem-se de três princípios primários e três secundários. Os princípios primários são: a) Universalidade. b) Irredutibilidade. c) Praticidade (ASSMAN, 2001; CREMA, 1989). Os princípios secundários são: a) Interligação e inter-relacionamento global e interdependente das partes (verdade). b) Ser humano a partir de todas as suas dimensões (poder). c) Motivação e Harmonia de práxis (amor) (BREGOLATO, 2008; CREMA, 1989; LORENZETTO E MATTHIESEN, 2008).

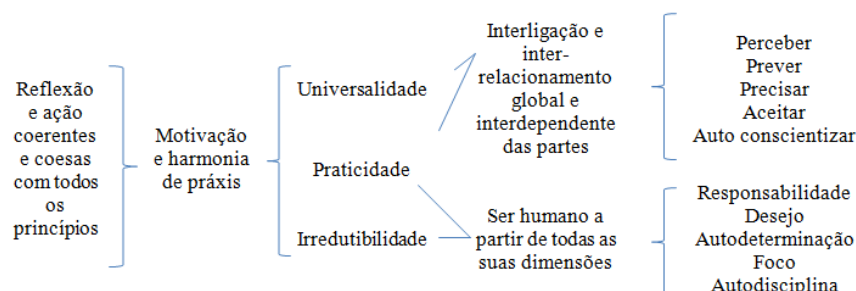
A Universalidade está relacionada à aplicação de uma atividade para todos em qualquer lugar ou situação. Deve funcionar igualmente em todas as áreas da vida: saúde, relacionamento, carreira, crescimento espiritual. É atemporal e culturalmente independente. Atua tanto no individual quanto na coletividade (CREMA, 1989).

A Irredutibilidade diz respeito à impossibilidade de reduzir uma prática pedagógica ao conhecimento da prática pela prática. Ela é analógica à constituição atômica do crescimento humano e, por esse motivo, deve surgir em blocos de aprendizagem e se combinar com outro princípio primário para formar princípios secundários. As combinações resultantes devem ser inerentemente profundas e universalmente aplicáveis. Não podem estar em conflito um com outro. Devem ser lógica e intuitivamente consistente (CREMA, 1989).

Praticidade é a congruência capaz de gerar resultados inteligentes no mundo real. Deve conseguir usar essas ideias para diagnosticar desafios de desenvolvimento pessoal e criar soluções praticáveis. O crescimento delas deve acelerar o crescimento pessoal, não ofuscá-lo (LORENZETTO e MATTHIESEN, 2008).

Interligação e o inter-relacionamento global e interdependente das partes são, nas ideias de Crema (1989), a transcendência valiosa na experiência humana. O ser humano cresce descobrindo novas verdades inter e intrapessoais. Quando as nega, afasta-se da verdade. As mentiras que se conta geram crenças falsas, infectando o ser humano com visões racionalistas, mecanicistas e reducionistas. Essas provocam esforços além do limite ou a desistência e acumulação de consequências refletidas negativamente (LORENZETTO e MATTHIESEN, 2008). A aproximação com a verdade faz o ser humano perceber, prever, precisar, aceitar e ter autoconsciência.

Observe o quadro abaixo:



Cabe ao ser humano entender-se a partir de todas as suas dimensões. Crema (1989) citando Jung concebe o ser humano como uma realidade particular conectada ao *Holos* que conforme ela se orienta e se adapta.

Motivação e Harmonia de práxis são uma das escolhas que se enfrenta em todas as situações de crescimento e aprendizagem. Permite reflexões, torna-se dialético, dinâmico, multidisciplinar, biopsicossocial e admite através de várias interpretações e inter-relações (BREGOLATTO, 2008; LORENZETTO e MATTHIESEN, 2008).

Todos esses princípios devem ser a base de ação para a prática pedagógica nos moldes aqui propostos. Eles precisam funcionar individualmente e coletivamente visando pessoal e



social. O trabalho nesse caminho foca uma mudança radical nos conceitos até então defendidos pela sociedade moderna.

Encontrar a ordem que está por detrás de todo o desenvolvimento humano consciente é extremamente difícil por que a solução tem de ser geral e abstrata e precisa ter aplicações práticas. Os princípios apresentados precisam ser aplicados para que, cientificamente, sejam condizentes com a realidade multidisciplinar e biopsicossocial defendida nesse tentame.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quando se refere a Jogos e Brincadeiras Populares e a Atividades Alternativas juntos, relaciona-se práticas corporais arcaicas. A primeira disseminada mundialmente e a segunda em expansão. Essa última carregada de preceitos que harmonizam o ser humano em sua evolução que é, em essência, cognitiva e orgânica.

Compartilhar os benefícios das Práticas Corporais Alternativas, aplicando-os aos Jogos Populares é colaborar com, discretas ponderações, a obra em que alguns já estão empenhados: refundar as bases para uma visão pedagógica um pouco mais alentadora, baseada nos auspícios do processo holístico. É também uma contestação ao que foi preconizado historicamente de forma mecanicista, monóloga e, até certo ponto, adestradora.

Essa relação, científica e comprometida, permite ao aluno das aulas de Educação Física a ter acesso a diferentes discursos sobre o corpo. Permite ao (à) professor (a) / aluno (a) refletir práticas diversificadas capazes de contribuir para suas formações específicas e interesses mais íntimos.

É firme convicção da autora que essa abordagem paradigmática prevaleça, modelando uma nova racionalidade e atitude holocentradas. No entanto, esse ideal necessita ser colocado em prática para garantir ciência e superar as barreiras vigentes, que comprovadamente estão levando o ser humano a problemas no âmbito biopsicossocial.

## BIBLIOGRAFIA

ALVES, Álvaro Marcel Palomo. *A história dos jogos e a constituição da cultura lúdica*. Volume 4, nº 1, 2003.

ASSMAN, Hugo. *Reencantar a educação – rumo à sociedade aprendente*. 5ª Edição. Editora Vozes, Petrópolis, 2001.

BREGOLATTO, Roseli Aparecida. *Cultura Corproal do Jogo. Coleção Educação Física Escolar: no princípio de totalidade e a concepção histórico-crítica-social*. Editora Ícone, 3ª edição, São Paulo, 2008.

CESANA, Juliana. *O profissional de Educação Física e as Práticas Corporais Alternativas: Interações Ocupacionais*, Rio Claro, 2005.

CREMA, Roberto. *Introdução à visão holística: breve relato de viagem do velho ao novo paradigma*. Editora Summus, São Paulo, 1989.

FADELI, Thiago Tozetti; FERRI, Marco Antônio Parente; SILVA, Roseli Sandra e GONÇALVES JÚNIOR, Luiz. *Arco da velha: resgate e vivência de brinquedos e brincadeiras populares*. In: XV Encontro Nacional de Recreação e Lazer – Lazer e trabalho: novos significados na sociedade contemporânea, Santo André, 2003.

HUIZINGA, Johan. *Homo ludens: o jogo como elemento da cultura*. Editora Perspectiva, São Paulo, 2008.

KISHIMOTO, Tizuco Morchida. *O jogo e a Educação Infantil*. Editora Pioneira Thomson Learning, São Paulo, 2003.

LORENZETTO, Luiz Alberto e MATTHIESEN, Sara Quenzer. Editoras da série: Irene Conceição Andrade Rangel, Suraya Cristina Darido. *Práticas Corporais Alternativas*. Editora Guanabara Koogan, Rio de Janeiro, 2008.