



JOGOS E BRINCADEIRAS NA TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Eslayne de Jesus Silva
Luiz Humberto Rodrigues Souza
Rodrigo Boa Sorte da Silva

Resumo: *O presente trabalho relata as experiências adquiridas mediante o estágio realizado com jogos e brincadeiras para a terceira idade. Foi possível traçar um novo percurso de atividades que podem ser desenvolvidas no âmbito das Unidades Básicas de Saúde com a terceira idade, onde a partir da vivência e reflexão acerca do conteúdo evidenciaram-se melhorias nos aspectos cognitivos, afetivos, biológicos, psicológicos, críticos e sociais dos participantes. Ao término do processo reconhecemos a relevância do estágio realizado tanto para o público quanto para nós, futuros professores, carentes de experiências além do âmbito acadêmico.*

Palavras-Chaves: Estágio Curricular. Terceira Idade. Relato de Experiência.

INTRODUÇÃO

Ao se pensar a relação teoria e prática nos cursos de formação inicial de professores, de certo modo, existem sentidos comuns como aborda Feldkercher (2010). Nesse sentido, para algumas pessoas o conhecimento técnico, teórico e prático dicotomizado é suficiente para a prática profissional. Porém entendo que essa dicotomia não dá suporte para uma prática eficaz, “uma vez que, ninguém se tornará um bom profissional apenas executando determinadas atividades ou estudando teorias” (FELDKERCHER, 2010, p. 111). Vejo que a teoria e a prática devem ser articuladas, pois é uma via de mão dupla, a teoria completa a prática e a prática por sua vez a teoria, não existindo ação compartimentada.

Destarte, o estágio curricular é o momento de aproximação com o futuro campo de atuação, onde o aluno, futuro professor, poderá praticar as teorias aprendidas ao longo do curso, buscando sempre uma relação entre a teoria e a prática, sendo esse o momento de conhecer o ambiente em que irá atuar (CARDOZO; PINTO, 2010).

O presente trabalho trata-se de um relato de experiências adquiridas mediante o estágio realizado com idosos atendidos pela UBS/São Francisco em Guanambi – BA, e se justifica pelo aumento da expectativa de vida, que tem levado diferentes gerações viverem ao mesmo tempo, proporcionando dessa forma que diferentes faixas etárias se relacionem, harmonizando trocas de experiências através de práticas corporais que fizeram parte da vida desse público no passado e que hoje estão sendo extintas em meio à tecnologia e urbanização. Diante disso, o objetivo desse estudo foi oportunizar aos idosos a vivência dos jogos e brincadeiras, resgatando elementos da cultura corporal e estabelecendo relações intergeracionais.

METODOLOGIA

Conteúdo e Abordagem

Os jogos e brincadeiras enquanto elementos da cultura corporal foram os conteúdos tratados no decorrer da intervenção com base na Perspectiva Crítico Superadora, sendo que, nessa perspectiva existe uma reflexão acerca da cultura corporal, refletindo sobre as formas de representação do mundo que o homem tem



produzido no decorrer da história, exteriorizadas pela expressão corporal dos Jogos e Brincadeiras, que podem ser identificados como formas de representações simbólicas de realidades vividas pelo homem historicamente criadas e culturalmente desenvolvidas, necessitando, portanto serem problematizadas em meio à intervenção.

Também foram realizadas atividades de Resistência Muscular Localizada (RML), pois o público em questão apresenta uma considerável perda da capacidade física, o que pode inviabilizar a realização desejada das atividades da vida diária (AVD) e as atividades instrumentais da vida diária (AIVD). Ademais, a dança e as atividades recreativas foram incorporadas, a fim de possibilitar a socialização e melhorias nos aspectos cognitivos, sociais, afetivos e de expressão corporal do público.

12

Estratégias para desenvolvimento das atividades

As intervenções na Unidade Básica de Saúde aconteceram todas as terças, quartas e sextas-feiras das 16h às 17:30h. No que concerne ao desenvolvimento das atividades, estas ocorram seguindo a ordem expressa abaixo:

- Alongamentos (5 Minutos);
- Jogos e Brincadeiras (30 Minutos);
- Resistência Muscular Localizada (15 Minutos);
- Dança ou atividades recreativas (15 Minutos);
- Volta à Calma (5 Minutos);
- Avaliação do Processo.

QUADRO TEÓRICO

ESF e NASF: uma equipe multidisciplinar que compartilha e apoia as práticas em saúde da família

O Sistema Único de Saúde (SUS) é considerado uma das maiores políticas públicas de saúde que este país já teve, principalmente pelo grande avanço que trouxe na atenção básica. De acordo com Florindo (2009) um dos marcos desta evolução foi o início do Programa Saúde da Família (PSF), atualmente denominado Estratégia de Saúde da Família (ESF), tendo embasamento no Programa de Agentes Comunitários de Saúde, o qual “apresenta características estratégicas para o SUS, apontando possibilidades de adesão e mobilização das forças sociais e políticas em torno de suas diretrizes” (PEDROSA; TELES, 2001 *apud* PINTO, 2007, p. 21).

A grande inovação da ESF, de acordo com Florindo (2009), foi focar principalmente a família e não o indivíduo, além do raciocínio baseado nas análises das situações regionais/locais levando-se em conta o ambiente onde as pessoas vivem para organizar os serviços de promoção da saúde.

Conforme Brasil (2009), com a finalidade de apoiar a inserção da ESF na rede de serviços, ampliar a abrangência das ações da atenção básica, aumentar a resolutividade dela e reforçar os processos de territorialização no Brasil, foi criado pelo Ministério da Saúde, mediante a Portaria GM nº 154, de 24 de janeiro de 2008, o Núcleo de Assistência a Saúde da Família (NASF), constituído por uma equipe de profissionais de diferentes áreas compartilhando e apoiando as práticas em saúde nos territórios sob responsabilidade das equipes de Saúde da Família (SF).



Destarte, notam-se as crescentes ampliações de ações de diferentes profissionais envolvidos na área de saúde, e dentre esses fatos destaca-se a inserção do Professor de Educação Física, neste contexto multidisciplinar.

Olhares sobre o envelhecer: expectativa de vida e qualidade de vida

A expectativa de vida do idoso vem crescendo gradativamente nos últimos anos; nesse sentido, França e Soares (1997), abordam que há uma diminuição da fecundidade e natalidade, influenciando dessa forma no aumento da população idosa. O aumento é extremamente visível quando analisamos os censos desenvolvidos pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), desde 1960 à 2010. De acordo com o censo de 1960, a população idosa configurava-se como 4,7% da população total; no ano de 2000, esses dados haviam quase duplicados, contendo 8,7% da população, e no último censo realizado em 2010, notou-se que a população idosa constitui-se como 10,8% da população total brasileira. Algumas pesquisas desenvolvidas abordam uma projeção para 2025 e 2050, sendo que em 2025 a população idosa constituirá 15,6% da população e em 2050 a população idosa será 29,7% da população.

Entendemos que “paralelamente ao crescimento do número de idosos observa-se significativa insatisfação quanto à qualidade de vida desses indivíduos no que diz respeito aos afazeres do cotidiano” (PASSOS *et al.*, 2008, p.1).

Conforme abordam França e Soares (1997), enquanto muitos idosos se mantêm saudáveis e produtivos até o fim da vida, alguns deles são muito doentes e dependentes, e nesse sentido ocasiona um desequilíbrio biológico e restrições para a execução das atividades da vida diária, comprometendo os aspectos biológicos e psicossociais do idoso.

Muitos estudos têm apontado que a atividade física regular tem sido um caminho favorável para proporcionar melhorias na qualidade de vida do idoso, uma vez que “a eficiência no desempenho das AVD depende de um nível satisfatório de condicionamento físico” (PASSOS *et al.*, 2008, p.1), e de certa forma se o idoso não consegue desempenhar as AVD dependerá portanto de assistência para as realizar.

Relações Intergeracionais

De acordo com Oliveira (2011), as relações intergeracionais são compreendidas como um vínculo estabelecido entre duas ou mais pessoas, de diferentes faixas etárias e em diferentes estágios de desenvolvimento, possibilitando o cruzamento de experiências. Nesse sentido sabemos que a nossa sociedade ainda é marcada por diversos estereótipos e que no caso específico do envelhecimento existe um grande preconceito no que concernem aos idosos. Isso ocorre pelo fato dos mais jovens entenderem a velhice como uma época somente de perdas, danos e declínios associando à palavra “velho”, à palavra “passado”.

Nesse sentido França e Soares (1997) apontam que os programas e Pesquisas Intergeracionais são fundamentais para facilitar a inserção da pessoa idosa no sistema social normal, pois somente através dessa inter-relação, os idosos poderão quebrar preconceitos, resgatar a sua autoestima, atualizar-se em termos de padrões e normas morais e sociais, reciclarem-se em relação aos novos conhecimentos e tornarem-se seres participativos na sociedade.

Dessa forma, é o próprio idoso quem melhor poderá ajudar na quebra dos preconceitos existentes, pois, como sobrevivente, poderá dizer da adaptação necessária



frente às mudanças físicas e sociais da adolescência e do próprio envelhecimento, tendo, portanto vivido em diferentes gerações e estabelecido diferentes valores.

Jogos e brincadeiras populares: das antigas gerações á contemporaneidade

De acordo com Oliveira (2011), na contemporaneidade o fenômeno da urbanização está ligado à crescente troca de casas por apartamentos, ao excesso de veículos nas ruas, ao aumento da violência urbana o que gera uma redução dos espaços para praticar os jogos, levando as crianças a brincarem em espaços delimitados, como os playgrounds dos edifícios (limitadores de criatividade e agressivos pela falta de natureza e espaço). Também o aumento do número de brinquedos industrializados de baixo custo, os jogos eletrônicos e o apelo ao consumo têm dificultado a preservação dos jogos e brincadeiras tradicionais, e limitado de certa forma a preservação da cultura vivida por nossos pais e avós.

Nesse sentido, os jogos e brincadeiras podem ser considerados como patrimônio da cultura popular, visto que os seus criadores são desconhecidos e sua transmissão acontece de geração a geração.

Os jogos e brincadeiras populares são um rico patrimônio cultural que devem ser valorizados pela nossa sociedade. Conforme Oliveira (2011), através destes jogos é possível mediar respeito aos colegas, aos adversários e resolver os problemas com atitudes de diálogo e não com violência, incentivando as atividades em grupos, cooperando e interagindo, assim como faziam as outras gerações que nos antecedem. As vivências desses jogos possibilitaram o cruzamento de experiências, tanto no que concernem as faixas etárias, tanto no que diz respeito ao estágio de desenvolvimento em que essas gerações se encontram.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Educação Física na UBS, na abordagem crítico-superadora deve proporcionar ao público o usufruto da cultura corporal, uma vez que este é o conhecimento que constitui o conteúdo da Educação Física. Dessa forma é possível traçar um novo percurso de atividades que podem ser desenvolvidas no âmbito das UBS, levando em conta as intencionalidades de sua realização.

Mediante a realização do Estágio de Intervenção, objetivamos oportunizar aos idosos atendidos pela UBS do bairro São Francisco a vivência dos jogos e brincadeiras viabilizando o estabelecimento de relações intergeracionais, bem como reflexões plausíveis.

Conforme a intencionalidade da intervenção no nosso primeiro dia, apresentamos a nossa proposta para o público, oportunizando aos mesmos se posicionarem a respeito da temática bem como trazerem sugestões. Felizmente a nossa proposta foi bem aceita, e algumas sugestões foram acatadas.

A primeira semana de intervenção foi muito pertinente, possibilitando-nos entender e nos adequar ao gosto do público; percebemos que eles gostavam bastante de atividades que movimentassem bastante o corpo, e isso era visível pela fala após a realização das mesmas: *“Hoje a atividade foi ótima, suei muito”*. *“Atividade boa é a que sua, é bom expulsar o suor ruim do corpo”*. Diante disso, buscamos a cada dia levar em conta os anseios dos participantes mesclando diferentes atividades a fim de que o público vivenciasse os jogos e brincadeiras de forma satisfatória, pois conforme Soares et al (1992), não é um livro que nos ajudará a enfrentar os problemas e anseios



provenientes das aulas, mas a própria reelaboração dos conhecimentos e as experiências cotidianas.

A fim de proporcionar o estabelecimento de Relações Intergeracionais, sugerimos ao público que trouxessem as crianças que conhecessem para participar das atividades. Infelizmente, não foi totalmente possível, visto que somente três dias recebemos a visita de duas crianças. Durante os dias em que essas crianças se fizeram presente foi bastante enriquecedor, elas participaram juntamente com os idosos das atividades sugerindo ações e, sobretudo foram instigados e orientados por eles, principalmente no que diz respeito aos alongamentos. Neste entrelaçar, conforme aborda Oliveira (2011), a transmissão de saberes não é linear, ambas as gerações possuem sabedorias distintas, o que possibilita que se dê origem a uma história em comum, a partir da experiência de cada um, funcionando como uma via de mão dupla, pois ambos ensinam e ambos aprendem.

Nesse sentido, as trocas de experiências foram visíveis e os idosos perceberam igualdade perante as crianças, resgatando a autoestima, além de se divertirem muito. Diante desse fato, entendemos que se a presença dessas crianças ocorresse com maior frequência possibilitaríamos uma maior relação entre essas gerações tão diferentes, pois conforme Oliveira (2011), a aproximação das diferentes gerações não levou em conta somente o fator cronológico, mas também os estilos de vida, os valores, a memória, entre outros aspectos, proporcionando maiores reflexões.

Com base na concepção crítico-superadora, refletimos acerca de questões sociais, sobretudo a competição. Para isso abordamos jogos e brincadeiras competitivas a fim que os idosos refletissem acerca dessas questões. Foi notório que eles eram bastante competitivos, afirmando que durante provas competitivas eles jogavam com maior raça e davam bem mais de si, do que quando eram simplesmente jogos e brincadeiras de participação: *“Eu corri bastante, não queria perder”*. Nesse sentido, refletimos acerca desses fatos e trouxemos a cooperação enquanto antônimo da competição, visto que conforme Soares et al (1992) é preciso resgatar os valores que privilegiam o coletivo sobre o individual, defendendo o compromisso da solidariedade e respeito humano, a compreensão de que jogo se faz "a dois", e de que é diferente jogar "com" o companheiro e jogar "contra" o adversário. Sendo instigados e questionados acerca dessa temática, durante a atividade cooperando com balões, eles afirmaram que trabalhar em conjunto é bem melhor e que a participação de todos gera maior força e consequentemente possibilita-os vencerem mais facilmente uma vez que sozinhos possuirão maiores dificuldades.

Outra questão que surgiu durante a intervenção foi a diferença de habilidades, uma vez que o grupo era bastante heterogêneo em relação às idades e às capacidades físicas. Constantemente relatavam: *“Dona R e Dona I. são boas de bola”*, *“Tem que tocar a bola para Dona D, pois ela não consegue correr”*. *“Vocês são fracas deixaram fazer o Gol”*. Diante desses episódios, é notório a heterogeneização de idades, isto é, as diferenças existentes entre eles, e consequentemente o princípio da individualidade biológica, que deve ser entendido e respeitado.

Contudo cabe aqui também destacar os benefícios cognitivos, afetivos, psicossociais e biológicos adquiridos em meio o processo de intervenção, que também foram de suma relevância para o público em questão. No que concerne à cognição, esta evoluiu bastante uma vez que no decorrer do processo procuramos vivenciar atividades que evidenciassem a atenção, o raciocínio, a memória, a imaginação, a percepção



audiovisual, as emoções e a consciência. Diante disso, os idosos sentiam-se, cada dia, mais confiantes ao realizar as atividades cognitivas e a cada dia eram visíveis as evoluções dos mesmos.

No que diz respeito os aspectos afetivos e psicossociais, esses eram visíveis, uma vez que o simples fato de estarem lá três vezes na semana os deixavam extremamente felizes, e todos se conheciam e se tratavam com amizade e respeito. Ao chegarem, eram saudados por todos, quando demoravam eram questionados, quando estavam doentes todos se reuniam para visitá-los. Diante desses fatos, os laços se estreitavam a cada dia, e aqueles que mais iam as atividades consequentemente mais se conheciam.

Os benefícios biológicos apareceram e foram fortalecidos no decorrer do estágio. A partir da observação e também dos relatos apresentados, demonstraram que as capacidades físicas aumentaram gradativamente: “*Consigno dormir melhor após as atividades*”, “*Minhas dores nas pernas e nas costas estão melhorando muito*”, “*Já consigo pular e correr*”, “*Eu não sei ficar mais sem a física*”.

Os resultados e discussões aqui abordados nos instigam a pensar em um diálogo e reflexões acerca da importância do trabalho realizado. Dessa forma, reconhecemos a importância do estágio tanto para o público quanto para nós, sendo que a intervenção com jogos e brincadeiras proporcionou diversos benefícios aos aspectos cognitivos, afetivos, biológicos, psicológicos, críticos e sociais dos participantes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do que foi proposto em nossa intervenção, o estágio na UBS/São Francisco foi pertinente e os resultados foram de suma relevância tanto para o público quanto para nós futuros professores. Isso mostra que a universidade, a partir do ensino, possibilita inúmeros aprendizados, porém não é suficiente para uma formação apta, visto que aborda prioritariamente o conhecimento técnico, teórico e prático dicotomizado, necessitando, portanto de ações que aproximem a universidade dos campos de atuação ou vice e versa, a fim que os acadêmicos adquiram experiências mediante a prática pedagógica e o estágio curricular. Dessa forma, é de suma relevância acadêmica e profissional e deve ser encarado como trabalho sério e não neutro.

Essa ação se faz necessária, pois como graduandos de um curso de licenciatura a relação universidade e futuro campo de atuação ou vice e versa deve existir, possibilitando compreendermos a complexidade que exigem as relações diárias.

Essa experiência nos instiga também, a pensar em diferentes soluções efetivas no que concerne às limitações que foram existentes, evidenciando que como futuros professores de Educação Física devemos ser levados a melhorar a nossa ação humana e docente constantemente, pois ao adentrarmos no futuro campo de atuação, a formação continua.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Ministério da saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de atenção básica.** Caderno de atenção básica nº 27. Brasília: Ministério da Saúde. 2009.



EDUCAÇÃO



CARDOZO, Luciana Pereira; PINTO, Maria das Graças. **O estágio curricular supervisionado e a formação docente.** In: XIX CIC, XII Enpos e II Mostra Científica 2010. Pelotas, 2010.

FELDKERCHER, Nadiane. **O estágio curricular supervisionado como componente teórico e prático em cursos de formação inicial de professores.** In Revista Espaço Acadêmico. N° 115. Dezembro de 2010. ISSN 15196186. Disponível em <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/10862>

FLORINO, Alex Antônio. **Núcleo de apoio à saúde da família e a promoção das atividades físicas no Brasil: de onde viemos, onde estamos e para onde vamos.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. v. 14, n. 1, 2009.

FRANÇA, Lucia; SOARES, Neuza. **A importância das relações intergeracionais na quebra de preconceitos sobre a velhice.** In R. P. Veras (Ed.) Terceira Idade: desafios para o terceiro milênio. Rio de Janeiro, BR: Editora Relume Dumará/Unati/UERj, 1997; 143-169.

OLIVEIRA, Ayra Lovisi. **Jogos e brincadeiras populares na educação física escolar: um exemplo de sistematização do conteúdo.** Revista Digital EFDportes. Buenos Aires. v. 16, n. 162, nov. 2011.

OLIVEIRA, Cristina de. **Relações Intergeracionais: um estudo na área de Lisboa.** Dissertação de mestrado em Políticas social. Instituto de Ciências Sociais e políticas da Universidade Técnica de Lisboa. 2011.

PINTO, Tiago Rocha. **Encontros e desencontros: A estratégia de saúde da família em sua relação com a rede de serviços e dispositivos substitutivos em saúde mental.** Botucatu: UEP, 2007. 131 p. Tese (Mestrado)- Faculdade de Medicina de Botucatu, Universidade Estadual Paulista, Botucatu: 2007.

SOARES, Carmem Lucia Soares et al. **Metodologia do ensino da Educação Física.** São Paulo: Cortez. 1992.