

**O USO DO TEMPO LIVRE POR CRIANÇAS DO 2º ANO DO ENSINO
FUNDAMENTAL I NUMA ESCOLA MUNICIPAL DO ESTADO DE RONDÔNIA**

SECOND YEAR OF ELEMENTARY SCHOOL KIDS' USAGE OF FREE TIME AT A
MUNICIPAL SCHOOL IN THE STATE OF RONDÔNIA – BRAZIL

Leonardo Teixeira Moreira¹

Nair Rost de Lima²

RESUMO

O tempo livre é aquele momento em que o indivíduo disponibiliza tempo para si mesmo, tendo esta autonomia para escolher entre o descanso e o entretenimento, é uma situação em que não há obrigação de realizar uma determinada tarefa. A criança que ocupa o seu tempo livre com brincadeiras e jogos assume um papel muito importante para o seu desenvolvimento motor e seu futuro. A brincadeira surge como forma das quais as crianças se utilizam para lidar com o mundo da fantasia, aprendem a coordenar seus movimentos, a lidar com seus anseios e estimulam a imaginação. No entanto, atualmente, podemos dizer que as crianças têm seu tempo ocupado com atividades extracurriculares que na maioria das vezes, são programadas por seus pais, causando às crianças dificuldades de raciocínio, resolução de problemas e planejamento. O objetivo deste estudo é verificar que tipos de atividades recreativas os estudantes de uma escola municipal praticam fora do ambiente escolar. Foram incluídos neste estudo alunos matriculados no 2º ano no Ensino Fundamental - Séries Iniciais, que atendam os critérios de inclusão e exclusão. Para avaliar o estilo de vida dos estudantes foi utilizada uma atividade artística, simples e objetiva. Os dados foram analisados em forma de estatística descritiva simples, através de gráficos e tabelas. Em suma, é de grande importância do tempo livre para as crianças, da atividade física, dos jogos e brincadeiras no desenvolvimento da personalidade, da criatividade, no aprendizado e na socialização com os colegas.

Palavras-chave: Jogos, Desenvolvimento, Planejamento e Socialização.

¹ Acadêmico do 7º período do curso de Educação Física Licenciatura do Centro Universitário Luterano de Ji-Paraná/CEUJI. E-mail: leonardo.tm@hotmail.com

² Professora do Curso de Educação Física do Centro Universitário Luterano de Ji-Paraná/CEUJI. E-mail: rostlima@yahoo.com.br.

ABSTRACT

Free time is the moment in which individuals offer themselves a period of time, either for rest or entertainment, when there is no obligation to accomplish any tasks or works. Kids that fill their free time playing games assume a very important function in their motor development and future. Games arise in a way that kids have to deal with a world of fantasy; they learn to coordinate their movements, to get along with their yearnings and to stimulate their imagination. Although, nowadays we can say that kids have their free time fulfilled with extracurricular activities, which are mostly programmed by their parents, impairing kids' judgment and harming their abilities of planning and solving problems. This study's goal is to check the types of recreational activities that students of a municipal school practice out of the school environment. Kids registered in the second year of elementary school were included in this study by the reason that they are in early grades which attend to inclusion and exclusion criteria. A simple and objective artistic activity was used to evaluate the students' lifestyle. The result data were analyzed in a simple, descriptive statistic way through charts and tables. To summarize, it is of great importance the free time for kids, the physical activities, the games for personal development and the creativity, in the apprenticeship and in the socialization with colleagues.

Key-words: games; development; planning; socialization.

INTRODUÇÃO

Atualmente, a sociedade tem sofrido grandes transformações e isso tem causado impacto na realidade e ritmo de vida das pessoas, onde estão cada vez mais ocupadas, sobrando pouco tempo livre no seu dia a dia. As crianças também são atingidas por essas transformações, são levadas a assumir compromissos e responsabilidades cada vez mais cedo e se preparando para a vida adulta.¹

Um dos primeiros espaços em que a criança inicia seu processo de socialização é na escola, onde passa a relacionar-se entre seus pares e ingressar em um processo de valores, construção e transmissão de experiências que são compartilhados em diferentes momentos e espaços do cotidiano escolar, tanto na sala de aula, quanto no “parquinho” ou o “recreio” em outros momentos como o “tempo livre”.¹

O que se pode entender por tempo livre? De acordo com Zamora et al*, tempo livre é descrito como aquele em que a pessoa dispõe de um tempo para si próprio, possuindo este uma autonomia de escolha entre o entretenimento ou o descanso. No entanto, o autor também descreve outro momento, sendo este o ócio, onde o indivíduo utiliza o seu tempo livre para sua satisfação pessoal, desejos ou até mesmo suas necessidades pessoais que outrora foram-lhe negados.²

Parece estranho afirmar que crianças principalmente em idade pré-escolar tenham uma vida de lazer, já que seu tempo diário é quase totalmente livre. Normalmente quando se fala de tempo livre da criança, nos referimos ao período em que essa não está na escola e, cabe aos pais encontrar soluções para este período. Além da escola é interessante que a formação da criança seja acrescentada com atividades extracurriculares, ampliando o seu lado intelectual e social, promovendo positivamente autoestima, capacidade de interação social e familiar e no desempenho escolar como base do processo de aprendizagem.³

* BERGER, Peter L. LUCKMANN, Thomas. A sociedade como realidade in A construção social da realidade tratado de sociologia do conhecimento. Petrópolis, Editora Vozes, 1973 apud ⁽¹⁾

* ZAMORA, R.; TOLEDO, B.; SANTI, L.; Martínez, A. El tiempo libre y la recreación: estudio en adolescentes uruguayos. In Organización Panamericana de la Salud. *La salud del adolescente y del joven*. Washington, DC: OPAS, 1995 apud ⁽²⁾

O elevado número de atividades, como ainda a influência da autoridade dos pais pela execução destas tarefas pode levar a criança a circunstâncias de estresse que, dependendo do grau de intensidade, originam desde sintomas físicos como dores de cabeça, hiperatividade e tensão muscular, até psicológicos como depressão, impaciência, ansiedade e agressividade.³

De acordo Andrade⁴ é importante a preparação, desafiadora ou interesse por parte da criança nessas atividades, pois há grandes benefícios em atividades externas onde o intuito é a brincadeira, não havendo o intuito competitivo. Assim, o mal-uso do tempo livre da criança acarreta problemas comportamentais como uma descarga de emoções reprimidas, onde essa criança pode ver o horário escolar como uma válvula de escape.

Um importante papel do preenchimento do tempo livre das crianças é através de brincadeiras, por meio do brincar, essa se manifesta e se prepara para as ocorrências de conflitos e situações do dia a dia, desenvolve suas emoções e a expressar seus sentimentos, como amor e o ódio. Segundo Hartley⁵, “nos jogos e brincadeiras emergem valores que dizem respeito a curiosidade e coragem que levam a criança a auto aceitação, ao otimismo, a cooperação e a maturidade”.

Nos dias atuais, já se nasce num mundo cada vez mais tecnológico. As crianças que interagem com a tecnologia fazendo parte de uma geração eletrônica que oferece autonomia, raciocínio mais rápido que as crianças de gerações anteriores, pois são estimuladas desde muito cedo. Entretanto se a tecnologia traz o benefício de um raciocínio mais veloz em contrapartida essa mesma tecnologia traz alguns malefícios.⁶

Crianças expostas a celulares, internet, vídeo games e televisão estão relacionadas ao déficit de atenção e hiperatividade, agressividade, comportamento antissocial, depressão, medo, excesso de peso e obesidade (porque a criança passa a fazer menos atividade física).⁷

*FREDRICKS, J.; ECCLES, J. Participation in extracurricular activities in the middle school years: are there developmental benefits for african american and european american youth? *Journal of Youth and Adolescence*, New York, v. 37, p. 1029-1043, 2008 apud ⁽³⁾

* Spitzer, M. (2005) *Vorsicht Bildschirm! Elektronischen Medien, Gehirnentwicklung, Gesundheit und Gesellschaft*[Atenção, Tela! Meios Eletrônicos, Desenvolvimento Cerebral Saúde e Sociedade apud ⁽⁷⁾

O uso descontrolado da tecnologia faz com que haja uma separação entre o mundo adulto e o infantil. A tecnologia não pode substituir as relações pessoais como o convívio com os colegas de sala de aula e familiares, isso faz parte do aprendizado e não pode ser esquecido.⁶

As crianças ao progresso do seu desenvolvimento necessitam ser ativas, para que tenham um crescimento saudável, que se estabeleçam padrões de vida, com adequados hábitos em uma idade jovem, terão seus benefícios por toda etapa da sua vida. Na infância, a prática de atividade física desempenha papel fundamental sobre a condição física, psicológica e mental, e o aumento da autoestima, a aceitação social e a sensação de bem-estar entre as crianças, em diversas atividades. Construindo padrões de vida saudável, para ter benefícios por toda sua etapa adulta.⁸

É necessário que a criança se sinta estimulada a usufruir de atividades físicas, pais, amigos e professores exercem uma significativa função neste meio, oferecendo encorajamento positivo e direção sobre como iniciar os exercícios.⁸ As perspectivas e conduta dos pais sobre atividade física originará rotinas de treinamentos habituais, aderindo um estilo de vida saudável, enriquecendo sua relação com a saúde.

Grande parte das crianças só praticam exercícios na disciplina de educação física na escola, não se vê mais as brincadeiras de rua como esconde-esconde, pega-pega, queimada, entre outras, onde sem perceber, ao brincar queimava-se calorias. Nos dias atuais, as atividades estão voltadas para o computador, televisão e vídeo game assim, a criança gasta menos energia e pode se tornar uma aspirante vítima da obesidade.⁸

A Recreação, compreende todas as atividades espontâneas, prazerosas e criadoras, que o indivíduo busca para melhor ocupar seu tempo livre. Deve atender aos diferentes interesses das diversas faixas etárias e da liberdade de escolha das atividades, para que o prazer seja gerado. A sua versatilidade, a possibilidade de

*Bois, J. E., Sarrazin, P. G., Brustad, R. J., Trouilloud, D. O., & Cury, F. (2005). Elementary schoolchildren's perceived competence and physical activity involvement: The influence of parents' role modeling behaviors and perceptions of their child's competence. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(4), 381-397 apud ⁽⁸⁾.

variar de acordo com o momento, faculta uma participação ativa e tranquila as crianças.⁹

Segundo Waichman¹⁰ “recreação, então, poderia ser uma atividade, um sistema, uma ideia, uma brincadeira, um esporte não competitivo, tudo o que nos proporciona entretenimento.”

Neste contexto destaca-se a importância do tempo livre e do ócio para as crianças, na prática de jogos e brincadeiras para o desenvolvimento da personalidade, da criatividade, no aprendizado e na socialização com os colegas. Portanto, o objetivo do estudo é verificar que tipos de atividades recreativas os estudantes de uma escola municipal do estado de Rondônia praticam fora do ambiente escolar.

METODOLOGIA

A presente pesquisa teve como objetivo fazer um diagnóstico sobre a ocupação do tempo livre das crianças de uma turma do segundo ano do Ensino Fundamental. A pesquisa foi realizada após aprovação do projeto de pesquisa pelo CEP - Comitê de Ética e Pesquisa em Seres Humanos do CEULJI/ULBRA, sob o parecer CAAE nº 45515515.5.0000.5297/2015 de 06 de agosto de 2014.

A amostra foi composta por 30 alunos sendo 11 alunos do sexo masculino e 19 alunos do sexo feminino na faixa etária entre 08 e 11 anos de idade matriculados no Ensino Fundamental I – Séries Iniciais, em uma escola pública localizada em um município do norte do Brasil, que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão e que os responsáveis legais autorizaram e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

Para avaliar o tempo livre dos estudantes foi utilizada uma pergunta simples e objetiva, “O que vocês fazem quando não estão na escola?”. A partir de uma planilha especificando os dias letivos da semana, as crianças desenharam ou escreveram o que fizeram no horário oposto a aula. Através desta proposta disponibilizou-se materiais como: papel pardo, lápis coloridos, canetinhas, giz de cera. Posteriormente os dados obtidos foram submetidos à análise estatística para obtenção e verificação da média de ocorrência de atividades livres.

*GUERRA, M. *Recreação e Lazer*. Porto Alegre: Sagra: DC Luzzatto, 1976 apud ⁽⁹⁾.

As respostas foram anotadas e tabuladas em planilha Microsoft Office Excel 2013 usando fórmulas de soma, para averiguar se os alunos têm tempo livre ou seu tempo é preenchido com atividades extracurriculares.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da realização da atividade, foram criadas três categorias de acordo com os desenhos dos participantes, sendo elas:

- Realização de atividades extracurriculares;
- Tempo livre;
- Atividades extracurriculares/tempo livre.

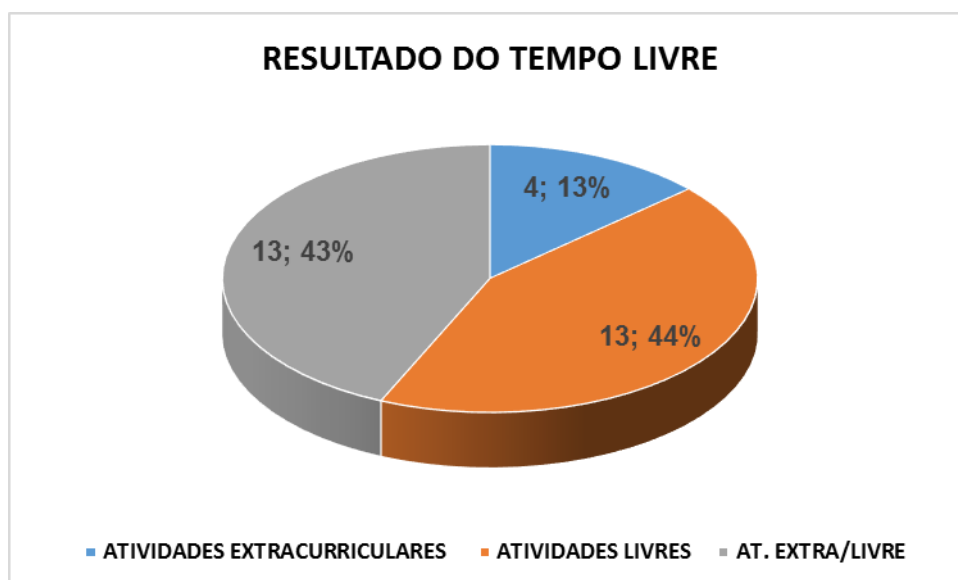


Gráfico 1: Percentual do tempo livre da amostra.

Na categoria, atividades extracurriculares, apenas quatro crianças realizam pelo menos uma das atividades por escolha e/ou imposição dos pais.

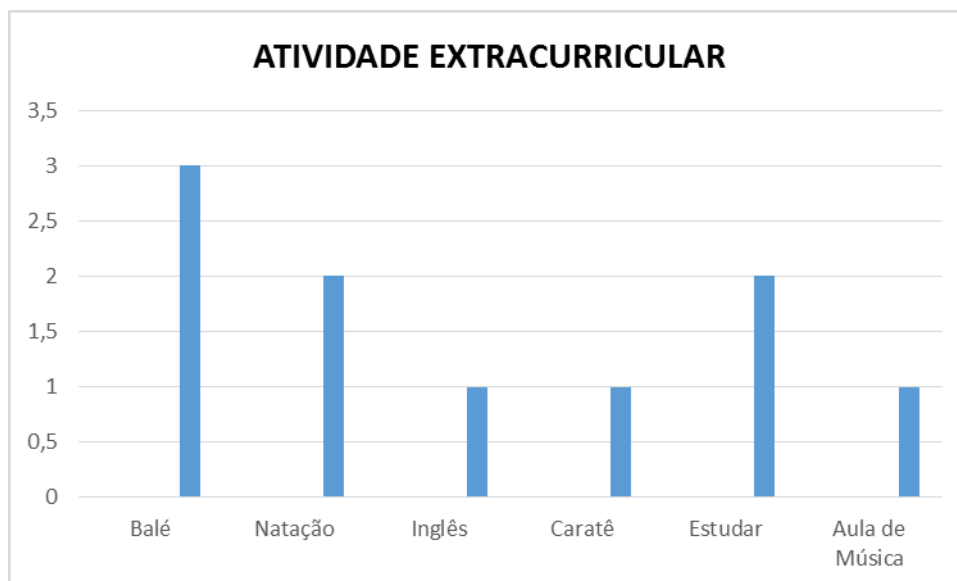


Gráfico 2: Percentual das atividades extracurriculares da amostra.

Como se pode observar na fala de dois dos entrevistados: “*Meu pai disse que é para mim fazer inglês porque é importante para o meu futuro.*” L. (8 anos)

“*A minha mãe disse que tenho que fazer balé porque ajuda a desenvolver o corpo.*” C. (9 anos). Estas atividades apesar de aconselhadas pelos pais, são prazerosas e saudáveis.

A principal razão para que as crianças passem a realizar essas atividades extracurriculares, consiste na preocupação dos pais com o seu futuro. Mas e o presente? No entanto, será que essas crianças estão tendo oportunidade para terem infância? Muitas dessas atividades parecem preencher o tempo dessas crianças e levá-las a aprender coisas novas que lhe propiciarão maior qualificação para competir num mercado de trabalho no futuro.

Isso vai ao encontro da afirmação de Vasconcellos¹¹ de que nossa sociedade subverteu os valores e prioriza o sucesso profissional em detrimento da realização pessoal. Essas concepções da atualidade são decorrentes de uma competitividade acirrada, com a necessidade de uma grande especialização para se ter uma chance de inserção, no futuro no mercado de trabalho.

Outro ponto observado é que as crianças com atividades extracurriculares programadas, mostram preferência para as atividades físicas como: caratê, natação e balé ao invés das atividades intelectuais. Cabe destacar que foi claramente

observado nas quatro crianças com atividades extracurriculares programadas, que o brincar delas é reduzido, por apresentar o maior número de atividades.

No que diz respeito as consequências que a quantidade de atividades extracurriculares traz para criança, não a identificamos como prejudiciais, pois estão limitadas a realização de duas ou mais atividades além da escola; considerando que conseguem brincar em diferentes momentos do seu dia a dia ou no final de semana, aproveitando esses espaços como lazer e diversão.

No entanto, com relação a pratica de atividades, a criança não pode se sentir sobrecarregada porque pode acabar desistindo das suas atividades.³

A prática de atividades extracurriculares é, portanto, benéfica e até aconselhável. Tem um impacto positivo no desenvolvimento psicossocial e podendo gerar mais tolerância a diversidade acredita-se que estimula a capacidade de gerir emoções, pela exigência de partilha de espaço, atenção e regras com outras crianças e adultos.¹²

Na categoria tempo livre, buscou-se verificar se as crianças dispunham de tempo para brincar. Foi observado que, sempre que havia esse tempo, as treze crianças o utilizavam para essa atividade, como se destaca nas seguintes falas: “ *Eu brinco de várias coisas.* ” A. (8 anos)

“*Brinco e assisto TV.*” G. (8 anos)

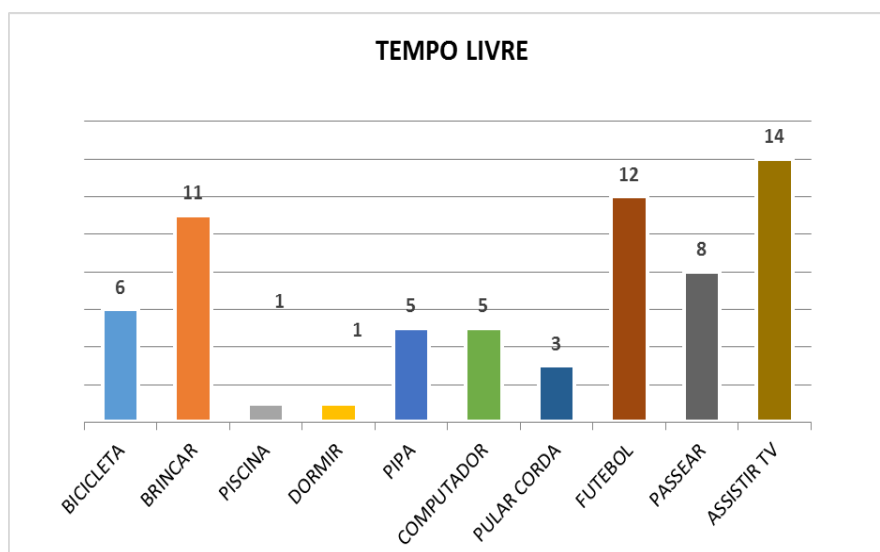


Gráfico 3: Percentual das atividades livres da amostra.

*SHERNOFF, D.J. Engagement in After School Programs as a Predictor of Social Competence and Academic Performance. American Journal of Community Psychology, Vol 45, no. 3-4; pp. 325-337, 2010 apud ¹²

No gráfico 3, são apresentadas as atividades mais realizadas pelos escolares no seu tempo livre (lazer). De maneira geral, as atividades mais praticadas são assistir tv em primeiro lugar, seguido por jogar futebol e por fim brincar.

Brincar, segundo o dicionário Ferreira (2003), é "divertir-se, recrear-se, entreter-se, distrair-se, folgar", também pode ser "entretê-lo com jogos infantis", ou seja, brincar é algo muito presente nas nossas vidas, ou pelo menos deveria ser.

- FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. Mini Aurélio Escolar Século XXI: o minidicionário da língua portuguesa. 4 ed. Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira, 2003.

Do ponto de vista de Oliveira (2000) o brincar não significa apenas recrear, mas sim desenvolver-se integralmente. Caracterizando-se como uma das formas mais complexas que a criança tem de comunicar-se consigo mesma e com o mundo. Todavia, através do brincar a criança pode desenvolver capacidades importantes como a atenção, a memória, a imitação, a imaginação, ainda propiciando à criança o desenvolvimento de áreas da personalidade como afetividade, motricidade, inteligência, sociabilidade e criatividade.

- OLIVEIRA, Vera Barros de (Org.). O brincar e a criança do nascimento aos seis anos. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

Brincar é um direito da criança, é, segundo Leontiev, a principal atividade das crianças pequenas, pois é ela que vai impulsionar a criança para outro nível de desenvolvimento.

LEONTIEV, A. N. Uma contribuição à teoria do desenvolvimento da psique infantil. In: VIGOTSKII, L. S.; LURIA, A. R.; LEONTIEV, A. N. Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem. 10ª ed. São Paulo: Ícone, 2006. Cap.4.

O brincar faz parte do mundo da criança, assim elas aprendem melhor a se socializar com facilidade, aprendem a conviver em grupo, aprendem a tomar decisões e percebem melhor o mundo dos adultos.

As brincadeiras, segundo Andrade, são importantes por fazerem parte do mundo das crianças e por proporcionarem momentos agradáveis dando espaço à criatividade. Devemos buscar o bem-estar das crianças durante o processo de

ensino e aprendizagem, resgatando assim o lúdico como instrumento de construção do conhecimento.⁴

Cunha afirma que “brincando a criança experimenta, descobre, inventa, exercita e confere suas habilidades”.¹³ Acrescenta ainda que brincar é um dom natural que contribuirá no futuro para o equilíbrio do adulto, pois o ato de brincar é indispensável à saúde física, emocional e intelectual da criança.

De acordo Mello afirma que é por meio da brincadeira que as crianças conseguem expressar “suas fantasias, seus sentimentos, suas ansiedades e suas experiências” de forma a construir uma identidade e conhecimento.¹⁴

É através do brincar que a criança aprende a se preparar para o futuro e para enfrentar direta ou simbolicamente dificuldades do presente. Brincar, além de ajudar a descarregar o excesso de energias, é agradável, dá prazer à criança e estimula o desenvolvimento intelectual da mesma.

A última categoria foi quanto a frequência com que brincam, na qual buscou averiguar se a criança dispunha tempo suficiente para brincar e praticar suas obrigações.

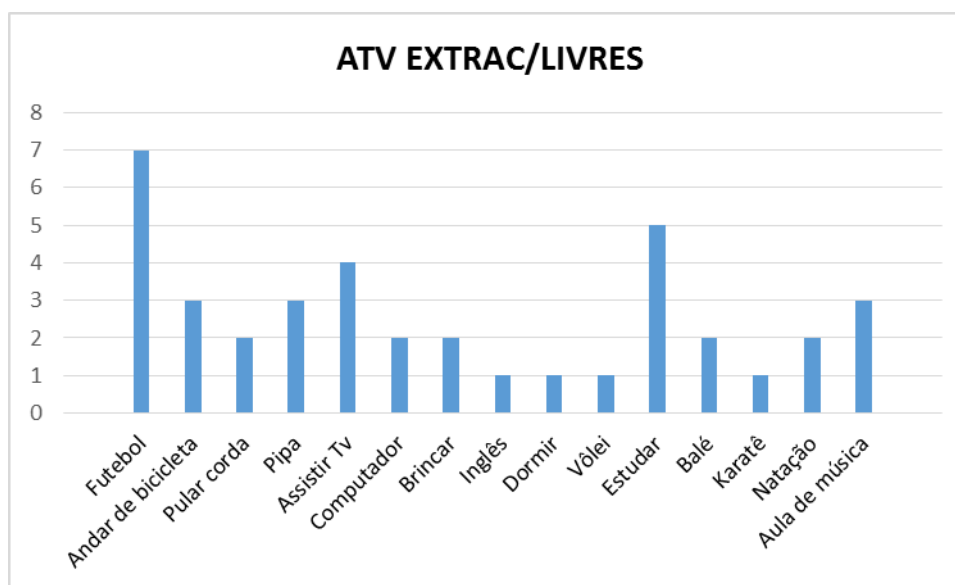


Gráfico 4: Percentual das atividades extracurriculares/livres da amostra.

Foi observado que treze crianças se encaixaram nessa categoria, como se destaca nas seguintes falas: “*Eu brinco praticamente todos os dias: 2 dias sim e 3 não.*” A. (8 anos)

“Eu posso brincar depois que termino as aulas de músicas...ai eu brinco também no recreio do colégio.” M. (8 anos)

Sabemos que ser criança não significa ter infância, mas que essa é imprescindível para que ela tenha um bom desenvolvimento nos diferentes aspectos: biológico, psicológico e social. É necessário que tenha tempo para responsabilidades e também tempo livre para brincar, conviver com as pessoas da família ou amigos, para fazer coisas que goste. Isso certamente a ajudará a ter um futuro promissor e mais saudável.

Apesar de importantes para o desenvolvimento de habilidades e competências, essas atividades também podem sobrecarregar, principalmente se escolhidas pelos pais sem planejamento e sem consenso dos filhos. É necessário respeitar o tempo de brincar das crianças e o tempo de descansar, e ensiná-las desde cedo sobre seguir certas obrigações e se estabilizar em um planejamento. As crianças adquirem experiência brincando e elaboram vários sentimentos. Brincando, as crianças dominam os impulsos e dão escoamento à angústia. Brincar favorece a espontaneidade, que a acompanhará por toda a vida.

A prática destas atividades parece ser encarada como uma forma de as crianças obterem uma vantagem em relação aos seus pares, por se achar que preparam melhor para a adultez e facultam qualidades não tipicamente fomentadas nas escolas, como iniciativa, motivação, sociabilidade e facilidade em lidar com a diferença, seja cultural ou de outra ordem.¹²

Por outro lado, quando as crianças vivenciam atividades ligadas aos seus interesses, isto é, aquelas atividades que elas querem fazer porque gostam, envolvem-se com mais motivação. A ligação direta entre seu interesse próprio e as atividades escolhidas parece possibilitar uma experiência mais leve, pois não há cobranças de resultados pelos pais, mas, sim certo cuidado em atender a vontade delas.⁴ O exagero de compromissos e horários são os principais elementos que prejudicam sua vida escolar.

A criança brinca porque brincar é uma necessidade básica, assim como a saúde e a educação são vitais para o desenvolvimento infantil. Para manter o

equilíbrio com o mundo, a criança necessita brincar, jogar e inventar destaca Chateau.¹⁵

A melhor alternativa para crianças que não tem muita paciência para atividades repetitivas, as quais acreditam ser “chatas” e acabam desanimando, é estimular atividades que sejam lúdicas, desafiadoras a medida que se desenvolve, inventando, reinventando e construindo e que possam cooperar em progressos nas principais capacidades físicas.¹⁵

Acreditava-se no início da pesquisa que o tempo livre das crianças era somente preenchido com atividades extracurriculares como aulas de língua estrangeira, caratê e balé. Os resultados foram contra a hipótese inicial, pois alguns alunos, mesmo tendo seu tempo com atividades extras, eles brincam não importa se é somente no final de semana, na escola ou em casa.

Portanto o brincar pressupõe um aprendizado social, é uma característica natural que contribuirá no futuro para o equilíbrio do adulto, pois o ato de brincar é indispensável à saúde física, emocional e intelectual da criança.

Portanto, Oliveira acentua que o ato de brincar, como sendo um processo de humanização, no qual a criança aprende a conciliar a brincadeira de forma efetiva, criando vínculos mais duradouros. Assim, as crianças desenvolvem sua capacidade de raciocinar, de julgar, de argumentar, de como chegar a um consenso, reconhecendo o quanto isto é importante para dar início à atividade em si.

- OLIVEIRA, Vera Barros de (Org.). O brincar e a criança do nascimento aos seis anos. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

CONCLUSÃO

A pesquisa aponta as seguintes atividades recreativas praticadas pelos estudantes fora do ambiente escolar são futebol de rua, assistir tv, andar de bicicleta, brincar, tomar banho de piscina, brincar de vôlei, soltar pipa, pular corda, brincar no computador e passear.

A partir desta pesquisa foi possível verificar que as atividades recreativas exercem um papel importante para a socialização das crianças, considerando que não propiciam apenas momentos de descontração, contudo contribuem para que as

*CHATEAU, Jean. O jogo e a criança. São Paulo: Summus, 1987 apud¹⁵.

crianças internalizem regras, conheçam o outro e aprendam a respeitar os limites de cada indivíduo, atributos que são necessários ao convívio social, e que começam a ser absorvidos a partir da prática de atividades grupais na infância, para futuramente serem projetados e lapidados na vida adulta.

Concluimos ao final da pesquisa que a aplicação de atividades recreativas contribui em vários aspectos do desenvolvimento infantil, tais como: aprendizagem, coordenação motora, cognição e também a socialização.

REFERÊNCIAS

1. Ribeiro, Priscila Teixeira. Processos de socialização da criança: algumas considerações teóricas. Disponível em <http://www.unimep.br/phpg/mostraacademica/anais/9mostra/4/551.pdf> acesso em 02/11/2015
2. Barbosa, Ralciney Marcio Carvalho; Lamboglia, Carminda Maria Goersch; Aranha, Agata Cristina Marques. Ocupação do tempo livre de crianças e adolescentes de uma comunidade da cidade de Fortaleza. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd195/ocupacao-do-tempo-livre-de-adolescentes.htm> acesso em 02-09-2015
3. Cunha, Gabriel Barros; Cunha, Gicele de Oliveira Karini. Atividade extracurricular: uma componente importante no processo de formação integral de crianças e jovens.

Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd187/atividade-extracurricular-de-formacao-integral.htm> acesso em 10-09-15

4. Andrade, Daniela Barros da Silva Freire. Jogos, brinquedos e brincadeiras: o Lúdico e o Processo de Desenvolvimento Infantil / Daniela Barros da Silva Freire Andrade. - - Cuiabá: EdUFMT, 2007.

5. Hartley, Santini, Rita de Cássia Giraldo. Dimensões do lazer e da recreação. SP. Ed. Angelotti, 1993.

6. Buckingham, David. Crescer na era das mídias eletrônicas. São Paulo: Ed. Loyola, 2007.

7. Setzer, Valdemar W. Efeitos negativos dos meios eletrônicos em crianças, adolescentes e adultos. Disponível em <https://www.ime.usp.br/~vwsetzer/efeitos-negativos-meios.html#2> acesso em 03-11-2015

8. Silva, Paulo Vinícius Carvalho, junior, Áderson Luiz Costa. Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes. Disponível em www2.pucpr.br/reol/index.php/PA?dd1=4525&dd99=pdf acesso 20-09-15

9. Carina Paim Alves, Janice Velho do Canto, Taciana Zamboni Santos. Recreação: uma alternativa para as aulas de Educação Física. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd152/recreacao-uma-alternativa-para-as-aulas-de-educacao-fisica.htm> acesso em 05-11-2015

10. Waichman, Pablo, Tempo livre e recreação. Campinas, SP: Papirus, 1997.

11. Vasconcellos *in* Krebs; Coppetti; Beltrame; et al. Perspectiva para o desenvolvimento infantil. Santa Maria: SIEC.,1999.

12. Santos, Rosa Marina. A influência da prática de atividades extracurriculares no autoconceito de crianças dos terceiro e quarto anos de escolaridade. Disponível em <http://www.conhecer.org.br/enciclop/2015a/a%20influencia.pdf>. Acesso em 28-10-2015

13. Cunha, N. H. S. Brinquedo, Desafio e Descoberta. Rio de Janeiro: FAE, 1998.

14. Mello, Miriam Moreira de. O lúdico e o Processo de Humanização. In: marcellino, Nelson Carvalho (org.). Lúdico, educação e educação física. Ijuí: Ed. Unijui, 2003, 2 ed.

15. Dallabona, Sandra Regina. O lúdico na educação infantil: jogar, brincar, uma forma de educar. Disponível em <http://www.posuniasselvi.com.br/artigos/rev04-16.pdf> acesso em 03-11-2015.