

# JOGOS E BRINCADEIRAS AQUÁTICAS



**Tiago Aquino da Costa e Silva (Paçoca)**

KIDS MOVE FITNESS PROGRAMS - 2015

**JOGOS E BRINCADEIRAS**

**AQUÁTICAS**

Tiago Aquino da Costa e Silva (Paçoca)

KIDS MOVE FITNESS PROGRAMS - 2015

### **Dados de Catalogação na Publicação**

---

Silva, Tiago Aquino da Costa e

Jogos e brincadeiras aquáticas/ Tiago Aquino da Costa e Silva (Paçoca) – 1. ed. São Paulo: Kids Move Fitness Programs, 2015.

1. Jogos e Brincadeiras
  2. Piscina
  3. Ludicidade
  4. Recreação
  5. Jogos Aquáticos
- 

### **Índices para catálogo sistemático:**

1. Jogos e Brincadeiras: Educação

JOGOS E BRINCADEIRAS AQUÁTICAS. Copyright © 2015 by Tiago Aquino da Costa e Silva.

O conteúdo desta obra é de responsabilidade do autor e proprietário do Direito Intelectual e Autoral.

**Projeto gráfico e editoração:**  
KIDS MOVE FITNESS PROGRAMS  
[www.professorpacoca.com.br](http://www.professorpacoca.com.br)

Este livro é dedicado a todos os educadores e animadores que atuam de forma eficiente nos seus diferentes espaços recreativos e educacionais.

A criança que brinca e que vive a sua infância tornar-se-á um adulto muito mais equilibrado física e emocionalmente, suportando as pressões das responsabilidades adultas e com mais criatividade para solucionar os problemas que lhe surgirão (VELASCO, 1996).

# O AUTOR

## **TIAGO AQUINO DA COSTA E SILVA (PAÇOCA)**

Membro do LEL - Laboratório de Estudos do Lazer – UNESP/ Rio Claro. Member of the World Leisure Organization. Sócio-Fundador da ANPEL – Associação Brasileira de Pesquisa e Pós-Graduação em Estudos do Lazer. Prêmio TOP FIEP BRASIL “Melhor Profissional de Educação Física” – 2011 e 2013. Graduado em Educação Física – FMU. Especialista em Educação Física Escolar – FMU, em Recreação e Lazer – FMU, e em Administração e Marketing Esportivo - UGF. Coordenador da Pós Graduação em Lazer e Recreação – FMU, UNIFAE e ESTÁCIO. Profissional com formação pela Escola de Palhaços dos Doutores da Alegria e Jogando no Quintal. Presidente da ABRE - Associação Brasileira de Recriadores. Autor dos livros “Manual do Lazer e Recreação” - Phorte Editora, “Natação e Atividades Aquáticas: uma relação entre esporte e educação” e “Esporte Escolar: conceitos, percepções e possibilidades” – Ícone Editora; “Jogos e Brincadeiras: ações lúdicas nas escolas, ruas, festas, parques e em família” e “Jogos Temáticos: coletânea de atividades baseada na literatura brasileira, volume 01 – A Arca de Noé de Vinicius de Moraes” - All Print Editora; “Manual Completo de Treinamentos Comportamentais” e “Manual de Relacionamento com o Cliente” – Editora Ser Mais. Diretor da KIDS MOVE FITNESS PROGRAMS. Diretor da S&P Produções em Entretenimento. Palestrante Internacional.

Contato: [www.professorpacoca.com.br](http://www.professorpacoca.com.br)

# SUMÁRIO

JOGOS E BRINCADEIRAS AQUÁTICAS	9
REPERTÓRIO DE JOGOS E BRINCADEIRAS AQUÁTICAS	11
REFERÊNCIAS	22



# JOGOS E BRINCADEIRAS AQUÁTICAS

“Nos caminhos da aprendizagem, encontramos duas cidades: a Rigorocidade e a Ludicidade. Ao optarmos pelo caminho da Ludicidade o processo ensino-aprendizagem ocorre de maneira mais relaxada” (PEREIRA, 2006)

O ambiente aquático sempre foi motivo de adoração, celebração e de desafio para o ser humano. O homem teve diversos motivos para se relacionar de forma intensa com este cenário, seja para a respectiva subsistência – como a pesca, por exemplo, bem como meio para a conquistas de novas terras com as incríveis embarcações e para a promoção de atividades físicas, terapêuticas e recreativas.

O ser humano quando permite a exploração deste lindo cenário, promove situações de prazer e satisfação, como os momentos em família numa praia e/ou piscina, e a realização de esportes e atividades aquáticas como meio de melhora da qualidade de vida.

Até meados de 1980, as piscinas eram construídas, quase que de forma exclusiva, à prática dos desportos aquáticos, como a natação e o polo aquático. Atualmente as piscinas são programadas para a prática desportiva e às atividades de lazer (SILVA e PINES JUNIOR, 2013).

O lazer e a recreação são condutores para as práticas saudáveis e lúdicas para todos os participantes – crianças, jovens, adultos e idosos.

Massaud (2004), aborda a relação existente entre o lazer e a participação humana nas práticas físicas inseridas em meio líquido, como no caso das atividades aquáticas.

As atividades, reconhecidas aqui como jogos e brincadeiras, são ótimas opções e oportunidades de desenvolvimento de uma educação para o lazer, onde as práticas são reconhecidas como essenciais para o desenvolvimento integral do sujeito. O objetivo principal é proporcionar atividades que vislumbrem a ludicidade e a diversão com segurança.

A ludicidade abrange os jogos infantis, a recreação, as competições, as representações litúrgicas, teatrais e simbólicas, e os jogos de azar. A origem da palavra é grega – ludus – que

significa brincar. O jogo está vinculado ao divertimento (prazer e alegria) e independe da cultura, da época e classe social. As atividades lúdicas fazem parte da vida da criança, presente na formação do pensamento e na descoberta de si (HUIZINGA, 1996).

A ludicidade é essencial no crescimento saudável e harmônico das crianças. É importante para sua formação crítica e criativa, pois, embora rotulado como perda de tempo, é extremamente importante, já que a criança é naturalmente lúdica (CORTEZ, 1996).

## REPERTÓRIO DE JOGOS E BRINCADEIRAS AQUÁTICAS

### ESTAFETAS COM CAMISETAS

**Ideia central:** é uma atividade de revezamento onde os jogadores usarão camisetas durante as estafetas

**Competências e valores:** esforço, colaboração em equipe e respeito às regras

**Faixa etária sugerida:** 7 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** camisetas

Formam-se duas colunas de participantes, sendo que uma ficará de um lado da piscina e outra, do lado oposto. O primeiro jogador de cada coluna deverá trajar uma camiseta. Ao sinal do animador, os primeiros jogadores de cada coluna sairão correndo e/ou nadando pela piscina. Chegando ao outro lado, cada jogador deverá retirar a camiseta e entregá-la ao próximo jogador de sua coluna. Este deverá vestir a camiseta dando procedimento ao jogo. A coluna que finalizar o revezamento primeiro será declarada vencedora.

**Variações:** o revezamento poderá ser realizado com os jogadores trajando calças e camisetas, dificultando ainda mais a ação do jogo.

### ESPONJA

**Ideia central:** é uma atividade de revezamento onde o jogador deverá encher a garrafa de sua equipe com uma esponja encharcada de água

**Competências e valores:** trabalho em equipe, concentração e agilidade

**Faixa etária sugerida:** 5 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** duas esponjas e duas garrafas plásticas

Os jogadores estarão dispostos em duas colunas, formando assim duas equipes. Os jogadores líderes de cada equipe deverão encharcar a esponja e passar para o outro lado da piscina, e ao chegar, deverão encher com a água da esponja a garrafa plástica de sua equipe. O mesmo voltará para a sua coluna e passará a função para o próximo jogador, e assim sucessivamente. Vence a equipe que primeiro encher de água a garrafa plástica.

**Variações:** os jogadores poderão se deslocar apenas de forma submersa.

## **SPLASH**

**Ideia central:** as duplas deverão realizar o revezamento das bexigas com água utilizando o auxílio de uma toalha

**Competências e valores:** concentração, esforço e perspicácia

**Faixa etária sugerida:** 5 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** balões (bexigas) e toalhas de banho

Cada dupla estará de posse de alguns balões (bexigas) com água e uma toalha de banho. Os jogadores estarão organizados em duplas, em fila e alinhados. Ao sinal do educador, as bexigas com água deverão ser passadas, sobre a toalha de banho, para o companheiro, e posteriormente para a dupla da frente, que deverá voltar ao ponto de partida e acrescentará mais um balão, e assim sucessivamente. Vence a dupla que conseguir, sem estourar, equilibrar mais bexigas com água.

**Variações:** no início, o jogo acontecerá em curta distância, e posteriormente, com a ajuda de dois cones que estarão localizados na borda da piscina, distanciará as duplas. Vencerá a dupla que arremessar a bexiga com água com a toalha na maior distância sem deixar explodir.

## **CAÇA SUBMARINA**

**Ideia central:** diversos objetos estarão espalhados pela piscina, e cada equipe deverá recuperar os objetos solicitados pelo animador

**Competências e valores:** colaboração em equipe, esforço e concentração

**Faixa etária sugerida:** 5 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** diversos objetos

O animador deverá espalhar na piscina diversos objetos flutuantes ou não. Os jogadores serão divididos em equipe, e ao sinal de início, os jogadores deverão ir à caça dos objetos solicitados. Vence a equipe que recolher o maior número de objetos solicitados em menor tempo.

**Variações:** os objetos poderão ser pontuados de acordo com a dificuldade de recuperação, onde os que afundam valem mais e os flutuantes valem menos.

## **TÚNEL AQUÁTICO**

**Ideia central:** os jogadores deverão ultrapassar o túnel aquático, realizado pelas pernas afastadas dos companheiros de grupo

**Competências e valores:** esforço, trabalho em equipe e coerência

**Faixa etária sugerida:** 5 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** nenhum

Os jogadores serão divididos em duas equipes, que estarão distantes, uma da outra, em aproximadamente 3m.

Os jogadores ficarão separados entre si, pelo espaço de um braço estendido à altura dos ombros e com as pernas afastadas lateralmente representando enfim um túnel. Dado o sinal de início, os primeiros jogadores, mergulharão com o objetivo de atravessar o túnel (com ou sem paradas para respiração). Terminada a travessia, voltarão aos seus lugares. Chegando ao ponto inicial, baterão na mão estendida do companheiro seguinte. Os segundos jogadores, ao receberem a batida, realizarão a mesma dinâmica dos primeiros jogadores. E assim sucessivamente.

Será considerado vencedor o grupo que realizar toda a travessia com todos os jogadores.

**Variações:** a travessia pelo túnel poderá ser realizado com o jogador abraçando um objeto, como uma garrafa pet.

## **HERÓIS E VILÕES**

**Ideia central:** os jogadores se revezarão entre heróis e vilões, num grande pega-pega aquático

**Competências e valores:** alegria, trabalho em equipe e responsabilidade

**Faixa etária sugerida:** 5 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** nenhum

O ação é muito similar ao jogo “Polícia e ladrão”. Uma equipe deverá capturar a outra e levá-la a um dos lados da piscina estipulado pelo educador, sendo que o jogador capturado poderá ser salvo se o mesmo mergulhar por debaixo da perna de um de seus parceiros. Depois que todos forem capturados ou der um tempo máximo para que isto aconteça, invertem-se os papéis das equipes.

**Variações:** os violões pegos pelos heróis poderão sair do jogo e aguardar a próxima rodada para uma nova participação.

## **TUBARÃO E PEIXINHO**

**Ideia central:** os jogadores-peixinhos deverão nadar pelo espaço aquático sem ser pego pelo jogador-tubarão

**Competências e valores:** concentração, coerência e autocontrole

**Faixa etária sugerida:** 5 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** nenhum

Um jogador, que estará no meio da piscina, será escolhido para representar o tubarão. Os outros jogadores serão os peixinhos e estarão dispostos aleatoriamente nas bordas da piscina. O tubarão gritará "Peixinhos!", e os mesmos deverão nadar o mais rápido possível até a borda oposta da piscina, sem serem pegos pelo tubarão. O peixinho que for pego virará o pegador – o tubarão.

O jogo continuará até sobrar só um peixinho, que será declarado o vencedor.

**Variações:** os peixinhos que forem pegos pelo tubarão poderão ter duas vidas, o que dará novas oportunidades de fuga. Para as crianças menores, 3 a 5 anos, o jogo pode ser realizado sem a prevalência da competitividade.

## **MARCO POLO**

**Ideia central:** o jogador-pegador estará de olhos vendados, e através da percepção auditiva, irá atrás dos demais jogadores

**Competências e valores:** esforço, estimulação auditiva e atenção

**Faixa etária sugerida:** 5 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** venda para olhos

Os jogadores estarão dispostos de forma livre e aleatória pela piscina. Um participante será o pegador – Marco Polo, e ficará de olhos vendados no meio da piscina. Os demais, se afastam enquanto o pegador contará em voz alta até dez.

O Marco Polo gritará “Marco!” e os demais jogadores responderão “Polo!”. E pela sensibilidade auditiva, o pegador irá atrás dos demais jogadores. Quem for pego virará o novo pegador.

**Variações:** para auxiliar o jogador-pegador, o animador poderá dizer os termos “quente” e “frio” para quando o pegador se aproximar dos demais jogadores.

## **BASQUETÃO AQUÁTICO**

**Ideia central:** os jogadores se dividirão em duas equipes, e participarão de um jogo de basquete aquático

**Competências e valores:** trabalho em equipe, bom senso e cuidado

**Faixa etária sugerida:** 9 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** duas cestas adaptadas e uma bola de plástico

O animador dividirá a turma em duas equipes. Cada equipe deverá ser formada por 4 duplas, sendo um sentado nas costas do colega.

Haverá duas cestas, uma de cada lado do campo de jogo. Os jogadores que estão sentados nas costas dos colegas, serão responsáveis pela troca de passes e arremesso da bola na cesta adversária, marcando um ponto.



Após um tempo determinado, trocam-se as funções. Vence a equipe que anotar o maior número de pontos.

**Variações:** as cestas de basquetebol poderão ser móveis.

## **CONTANDO MOEDAS**

**Ideia central:** os jogadores deverão buscar o maior valor possível em moedas que estarão submersas na piscina

**Competências e valores:** concentração, foco e esforço

**Faixa etária sugerida:** 3 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** moedas

O grupo será dividido em duas equipes. As mesmas estarão dispostas fora da piscina.

O animador lançará na piscina moedas de diferentes valores. Ao sinal de início, o primeiro jogador deverá mergulhar e buscar a maior soma dos valores das moedas num tempo pré-determinado. Ao término de cada jogador faz-se a contagem dos valores e lança novamente as moedas à piscina.

Todos os jogadores passarão por essa fase. E no final dá a somatória em dinheiro de cada equipe, sendo vencedora a que contém maior valor conquistado.

**Variações:** o educador poderá solicitar os valores das moedas, dando aos jogadores uma somatória. Para as crianças menores a atividade deverá ser desenvolvido com outros materiais e em piscina rasa.

## **CAVALO DE GUERRA**

**Ideia central:** um dos jogadores deverá montar sobre o companheiro, e assim terá como objetivo derrubar a dupla oponente

**Competências e valores:** esforço, responsabilidade e atenção

**Faixa etária sugerida:** 9 a 12 anos

**Participação:** pequeno e grande grupo

**Materiais:** nenhum

A atividade acontecerá em duplas. Consistirá em “montar” um sobre os ombros do outro, colocando os pés fixos nas costas do jogador-base. As duplas já montadas deverão iniciar a dinâmica. Aquela dupla que derrubar o oponente é declarada vencedora.

**Variações:** esta atividade merece uma atenção especial, onde deverá acontecer longe das bordas da piscina, evitando possíveis acidentes e traumas.

## **EMBOLADÃO**

**Ideia central:** os jogadores deverão desatar o nó com a cooperação e participação de todos

**Competências e valores:** integração, paciência e liderança

**Faixa etária sugerida:** 5 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** nenhum

Os jogadores estarão dispostos em roda e de mãos dadas.

O educador deverá alertar os jogadores a memorizarem as pessoas que estão do lado direito e esquerdo, respectivamente. Em seguida pedirá que os jogadores soltem as mãos e caminhem aleatoriamente na piscina. Ao sinal, todos deverão formar uma roda, e em seguida terão de dar as mãos para as respectivas pessoas que estavam lado-a-lado inicialmente. E assim se formará um “nó emboladão”. O objetivo é que todos, juntos, deverão desfazer o nó sem soltar as mãos. É preciso que o grupo crie boas estratégias.

**Variações:** os jogadores poderão realizar a atividade de olhos vendados, sendo guiados por um líder que estará sem vendas.

## **GALINHA MAGRICELA**

**Ideia central:** os jogadores deverão encontrar, na piscina, um objeto escondido pelo jogador-líder

**Competências e valores:** respeito, esforço e tolerância

**Faixa etária sugerida:** 7 a 12 anos, jovens e adultos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** algum objeto (argola submersa)

Os jogadores estarão dispostos livremente pela piscina. Um jogador começará a dizer:

Jogador:- Galinha magricela!

Todos: - Magricela ela é!

Jogador: - Vamos pegá-la!

Todos: - Vamos a ela!

E então o jogador jogará e esconderá o objeto que estará submerso em algum lugar da piscina. Todos mergulharão em busca do objeto. Quem conseguir achar o objeto será o vencedor e assim o próximo que lançará o objeto que representará a galinha gorda.

**Variações:** o animador poderá estipular uma forma de deslocamento na piscina para encontrarem o objeto, bem como propor alterações de intensidade.

## **JOQUEM PÔ AQUÁTICO**

**Ideia central:** os jogadores deverão encontrar, na piscina, um objeto escondido pelo jogador-líder

**Competências e valores:** concentração, trabalho em equipe e coerência

**Faixa etária sugerida:** 7 a 12 anos

**Participação:** grande grupo

**Materiais:** nenhum

O grupo será dividido em duas colunas, uma ao lado da outra. O educador deverá ensinar o joquempô para os jogadores:

- Pedra (mão fechada) Papel (mão aberta) e Tesoura (indicador e dedo médio abertos), sendo Pedra ganha de tesoura, tesoura ganha de papel e papel ganha de pedra.

Os jogadores deverão combinar, cada um em seu grupo respectivamente, qual ação escolherão – pedra, papel ou tesoura. Após a escolha e no sinal do educador, os grupos se encontrarão no meio da piscina e realizarão a ação combinada. Vence a equipe que marcar os 5 primeiros pontos.

**Variações:** os jogadores poderão realizar as ações de forma submersa.

## **O GARÇON**

**Ideia central:** os jogadores deverão encontrar, na piscina, um objeto escondido pelo jogador-líder

**Competências e valores:** concentração, atenção e responsabilidade

**Faixa etária sugerida:** 5 a 12 anos

**Participação:** pequeno e grande grupo

**Materiais:** prancha e copos com água.

Divide-se a turma de participantes em três equipes com números iguais de jogadores.

É um jogo de estafeta com as equipes dispostas em colunas. Cada jogador deverá estar com uma prancha na mão e um copo plástico de água sobre ela.

Ao sinal do educador os jogadores deverão transportar a prancha, andando, até o outro lado da piscina. É considerada vencedora a equipe que acumular mais água na tigela após todos os jogadores das respectivas equipes realizarem o trajeto e despejarem a água contida no copo sobre a prancha.

## REFERÊNCIAS

CORTEZ, R. N. C. Sonhando com a magia dos jogos cooperativos na escola. **Motriz**, vol.2 n.1, p. 01-09, 1996.

HUIZINGA, J. **Homo Ludens**. São Paulo: Editora Perspectiva, 1996.

MASSAUD, Marcelo Garcia e CORRÊA, Célia Regina. Natação na idade escolar. Rio de Janeiro, Sprint, 2004.

PEREIRA, M. D. **O mundo da fantasia e o meio líquido: processo de ensino aprendizagem da natação e sua relação com o faz-de-conta, através de aulas temáticas**. Campinas, SP: [s.n.], 2006.

SILVA, T.A.C.; GONÇALVES, K.G.F. **Manual de Lazer e Recreação: o mundo lúdico ao alcance de todos**. Phorte Editora. São Paulo, 2010.

SILVA, T. A. C.; SILVA, M. H. G. A. C.; GONÇALVES, K. G. F.; GOMES, J. F. **Natação e Atividades Aquáticas nas escolas: adaptação e iniciação aos nados, uma relação entre Esporte e Educação**. Ícone Editora. São Paulo, 2012.

SILVA, T. A. C.; PINES JUNIOR. A. R. **Jogos e Brincadeiras: ações lúdicas nas escolas, ruas, festas, parques e em família**. All Print Editora. São Paulo, 2013.

VELASCO, C.G. **Brincar, o despertar psicomotor**. São Paulo: Editora Sprint, 1996.

**Projeto gráfico e editoração:**  
KIDS MOVE FITNESS PROGRAMS  
[www.professorpacoca.com.br](http://www.professorpacoca.com.br)