

O USO DE LUTAS E ATIVIDADES LÚDICAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL

Leandro Riccioni Sammarco¹, Iná Amaral de Assis Perenciole².

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro / Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós Graduação - Instituto de Educação Física GPEFE-Grupo de Pesquisa e Estudos em Educação Física, BR-465, Km 7 23897-000 Seropédica-Rio de Janeiro, Brasil, leandro.sammarco@ufrj.br; ina.perenciole@ufrj.br.

Resumo

O objetivo deste artigo foi analisar, os efeitos das lutas e das atividades lúdicas sobre o desenvolvimento motor, cognitivo e socioemocional de crianças na Educação Infantil. Usando o métodos da revisão narrativa em fontes acadêmicas e técnicas com descritores “lutas”, “ludicidade”, “educação física infantil” e “psicomotricidade”. Observou-se que intervenções que integram jogos, brincadeiras e conteúdos de lutas, mediadas por princípios de segurança, cooperação e progressão, associam-se a ganhos de equilíbrio, coordenação, atenção, autocontrole, respeito a regras e engajamento, além de favorecerem memória afetiva positiva relacionada à prática corporal. Concluiu-se que: o ensino de lutas com abordagem lúdica, estruturado por progressões didáticas e avaliação formativa, constitui via pedagógica eficaz para o desenvolvimento integral e para a promoção de hábitos ativos desde a infância.

Palavras-chave: Educação Física Infantil. Lutas. Ludicidade. Psicomotricidade. Desenvolvimento Infantil..

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde – Educação Física.

Introdução

As lutas integram a cultura corporal e, quando mediadas pedagogicamente, favorecem aprendizagens motoras, cognitivas e socioemocionais na escola (ALMEIDA, 1998; KISHIMOTO, 2002). Na Educação Infantil, a abordagem lúdica mobiliza atenção, memória de trabalho e competências autorregulatórias, alinhando-se às diretrizes curriculares.

Persistem estereótipos de violência associados às lutas, porém a literatura descreve seu valor educativo quando organizadas com regras claras, protocolos de segurança e cooperação. Este trabalho revisa a literatura pertinente e organiza uma proposta sintética de progressão didática adequada a contextos escolares, explicitando a contribuição para práticas baseadas em evidências (VYGOTSKY, 2001).

Problema

Quais os efeitos das práticas de lutas e atividades lúdicas no desenvolvimento infantil em contexto escolar?

Objetivo

Analisar, por revisão narrativa, os efeitos e benefícios do ensino de lutas e de atividades lúdicas para o desenvolvimento infantil.

Objetivos Específicos

Descrever aspectos-chave do desenvolvimento infantil, relacionar práticas lúdicas e de lutas aos benefícios motores, cognitivos e socioemocionais, e organizar uma proposta de progressão didática.

Delimitação do Estudo

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

Foco na Educação Infantil, com ênfase nos primeiros anos escolares, considerando conteúdos e métodos compatíveis com a psicomotricidade e com a segurança no ambiente escolar.

Relevância do Estudo

A integração entre ludicidade e lutas contribui para hábitos de vida ativos e competências socioemocionais, com potencial de mitigar o sedentarismo e fortalecer a formação integral.

Metodologia

Revisão narrativa com busca em fontes acadêmicas e técnicas nacionais, contemplando os descritores “lutas”, “ludicidade”, “educação física infantil” e “psicomotricidade”. Incluíram-se textos conceituais e relatos de experiência relevantes ao ensino de lutas com ênfase lúdica (RUFINO; DARIDO, 2013).

O Desenvolvimento Infantil e a Psicomotricidade

A psicomotricidade oferece base teórica para compreender a relação entre maturação neurológica, aprendizagem e habilidades motoras. Estimulações coerentes à fase de desenvolvimento favorecem coordenação, equilíbrio e consciência corporal, com efeitos sobre funções executivas e regulação emocional.

A Ludicidade

Brincadeiras e jogos constituem linguagem estruturante da infância, mediando acesso à cultura, resolução de problemas e socialização. O uso pedagógico do lúdico amplia a motivação intrínseca e a memória afetiva positiva vinculada ao movimento (ALMEIDA, 1998; KISHIMOTO, 2002).

O Ensino de Lutas na Educação Infantil

Sob mediação pedagógica e cooperativa, as lutas favorecem leitura corporal do outro, gestão de intensidade, respeito a regras e tomada de decisão. Progressões graduais rompem estereótipos de violência e explicitam o valor educacional desses conteúdos (LACERDA, 2015; FERREIRA, 2006).

Resultados

Foram observados efeitos convergentes sobre os domínios motor, cognitivo e socioemocional: ganhos de equilíbrio, coordenação, atenção, autorregulação e respeito a regras, com maior engajamento e participação (OLIVEIRA, 1996; FERREIRA, 2006; LACERDA, 2015). A Tabela 1 apresenta uma progressão didática de jogos de luta e a Figura 1 ilustra um esquema integrador.

Tabela 1 – Progressão didática de jogos de luta por níveis e domínios..

Nível	Foco Motor	Competências cognitivas/ socioemocionais	Exemplos de atividades
I – Atenção e rapidez	Ajustes posturais, reação	Atenção seletiva, alternância de papéis	Jogos de espelho, pega-marcação
II – Conquista de objetos	Deslocamentos, preensão	Planejamento simples, proteção/ataque	Captura de faixas, rouba-bandeira adaptado

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

III – Territórios	Empurrar/puxar seguros	Negociação de espaços, cooperação	Cabo-de-guerra cooperativo, zonas de domínio
IV – Desequilibrar	Alavancas básicas, centro de massa	Autorregulação de força, respeito a limites	Desequilibra e estabiliza em colchonetes
V – Combate pedagógico	Transições pé/solo, imobilizações lúdicas	Gestão de regras, fair play	Randori cooperativo com tempos curtos

Fonte: elaborado pelo próprio autor.

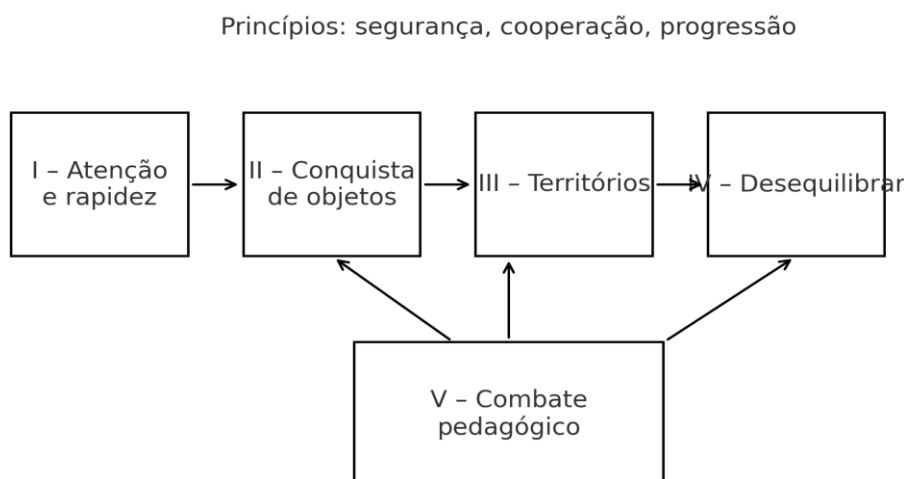


Figura 1 – Esquema de progressão lúdica integrando domínios motor, cognitivo e socioemocional.

Discussão

A integração entre psicomotricidade e ludicidade mobiliza simultaneamente controle motor e funções executivas, explicando ganhos multicomponentes (VYGOTSKY, 2001; ALMEIDA, 1998). Progressões didáticas claras reduzem barreiras iniciais, sustentam motivação intrínseca e constroem memória afetiva positiva ligada ao movimento.

O uso pedagógico de lutas, orientado por princípios de segurança, cooperação e respeito, reforça competências socioemocionais e a adesão a práticas corporais, dialogando com estratégias de promoção de saúde em idade escolar.

Conclusão

O ensino de lutas articulado a jogos e brincadeiras configura eixo pedagógico eficaz para o desenvolvimento integral na Educação Infantil. Recomenda-se manter progressões claras, avaliação formativa e diversidade de experiências corporais, garantindo transferência para diferentes contextos e hábitos ativos duradouros.

Referências

ALMEIDA, P. N. **Educação lúdica**. São Paulo: Edições Loyola, 1998.

BARBOSA, K. A. et al. **As lutas na educação física do ensino fundamental na perspectiva da ludicidade: revisão bibliográfica**. 2018. Disponível em:
<https://repositorium.uminho.pt/bitstream/1822/66583/1/Barbosa%202018.pdf>. Acesso em: 29 set. 2025.

BUENO, J. M. **Psicomotricidade: teoria e prática: da escola à aquática**. São Paulo: Cortez, 2016.

CORREIA, M. M. **Trabalhando com jogos cooperativos: em busca de novos paradigmas na Educação Física**. Campinas: Papirus, 2016.

FERREIRA, H. S. As lutas na educação física escolar. **Revista de Educação Física/Journal of Physical Education**, v. 75, n. 135, 2006. Disponível em:
<https://jpe.emnuvens.com.br/revista/article/view/428>. Acesso em: 29 set. 2025.

KISHIMOTO, T. M. **O jogo e a educação infantil**. 4. ed. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002.

LACERDA, R. P. **Ensino de lutas: relatos de uma experiência na rede pública**. SALUSVITA, v. 34, n. 3, p. 437-453, 2015. Disponível em:
https://secure.unisagrado.edu.br/static/biblioteca/salusvita/salusvita_v34_n3_2015_art_04.pdf. Acesso em: 29 set. 2025.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida. ("Atividade física, saúde & qualidade de vida: conceitos e ... - UNISA") 2. ed**. Londrina: Midiograf, 2001.

OLIVEIRA, Z. M. R. A brincadeira e o desenvolvimento infantil: implicações para a educação em creches e pré-escolas. **Motrivivência**, n. 9, p. 136-146, 1996. Disponível em:
<https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/5663>. Acesso em: 29 set. 2025.

OLIVIER, J.-C. **Das brigas aos jogos com regras: enfrentando a indisciplina na escola**. Porto Alegre: Artmed, 2021.

PIAGET, J. **A formação do símbolo na criança: imitação, jogo e sonho, imagem e representação**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. Possíveis diálogos entre a Educação Física escolar e o conteúdo das lutas na perspectiva da cultura corporal. **Conexões**, v. 11, n. 1, p. 144-170, 2013. Disponível em:
<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637635>. Acesso em: 29 set. 2025.

VYGOTSKY, L. S. **Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem**. 7. ed. São Paulo: Ícone, 2001.

WEINECK, J. **Biologia do esporte**. 2. ed. São Paulo: Manole, 2000.