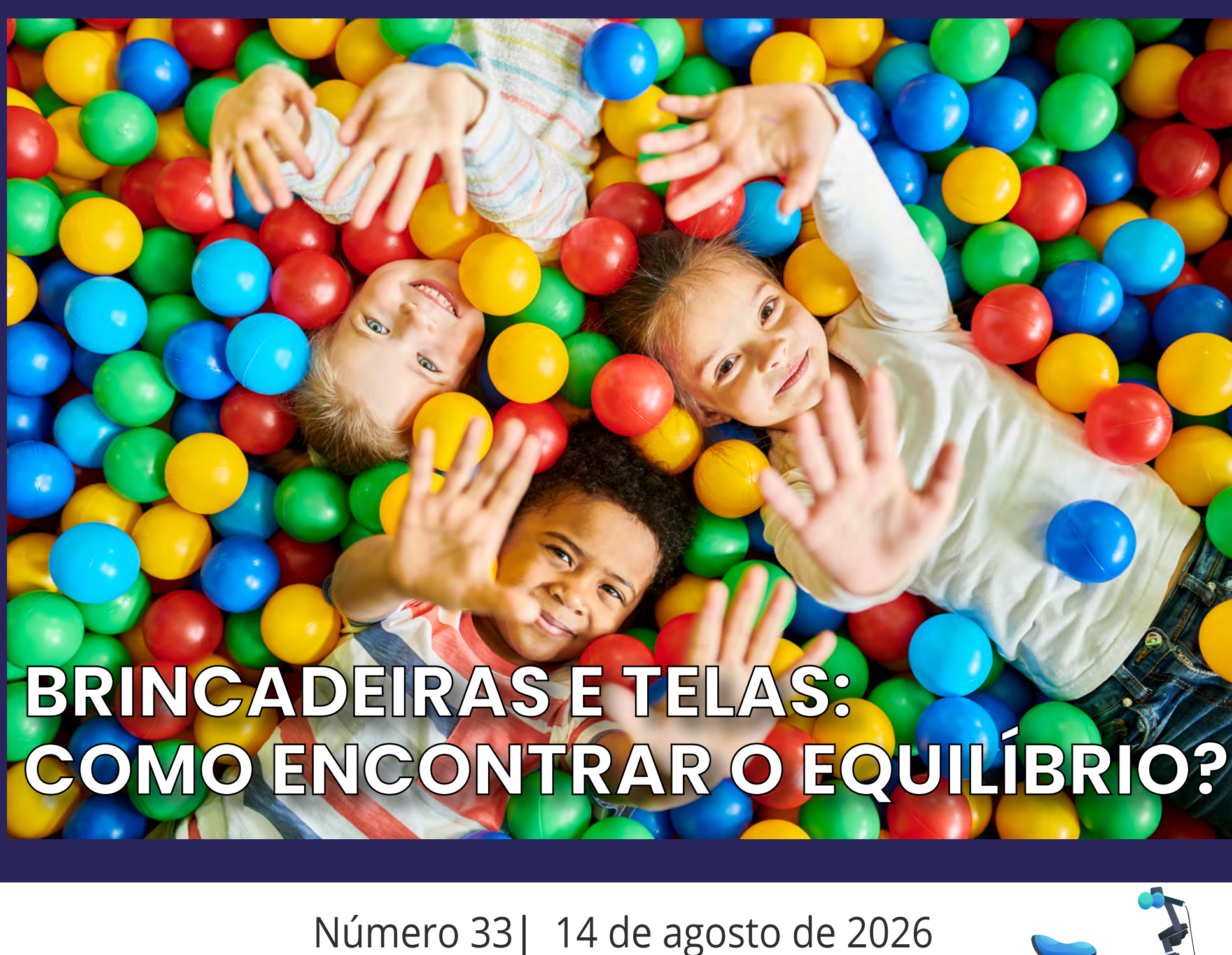
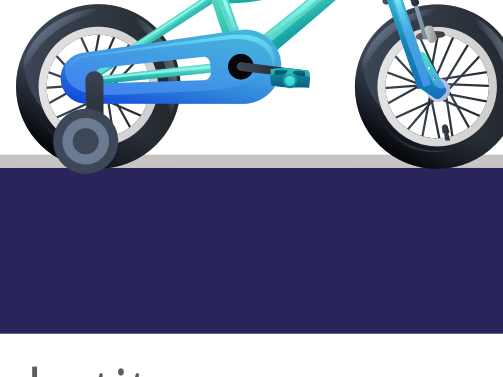




Número 33 | 14 de agosto de 2026



VEM LER!



INTRODUÇÃO

Muito se fala sobre as desvantagens das telas, que substituem, quase completamente, as brincadeiras tradicionais. São nocivas? São, mas são a realidade. Pensando nisso, nosso *newsletter* deste mês propõe uma reflexão acerca da retomada de brincadeiras tradicionais em equilíbrio/alternância com o tempo de tela/jogos on-line, considerando como as brincadeiras são importantes para o desenvolvimento de crianças e adolescentes.

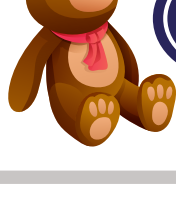
Esperamos que apreciem a leitura.

A IMPORTÂNCIA DE BRINCAR

A brincadeira em grupo favorece princípios como cooperação, liderança e competição.

O momento da brincadeira é uma oportunidade de desenvolvimento para a criança. Através do brincar ela aprende, experimenta o mundo, possibilidades, relações sociais, elabora sua autonomia de ação, organiza emoções. Às vezes, os pais não têm conhecimento do valor da brincadeira para o seu filho. A ideia, muitas vezes divulgada, é a de que o brincar seja somente entretenimento, como se não fosse importante para o desenvolvimento das crianças.

Através do jogo, a criança compreende o mundo à sua volta, aprende regras, testa habilidades físicas, como correr, pular, aprende a ganhar e perder. O brincar desenvolve também a linguagem e a habilidade motora. A brincadeira em grupo favorece alguns princípios, como o compartilhar, a cooperação, a liderança, a competição e a obediência às regras. O jogo é uma forma de a criança se expressar, já que é uma circunstância favorável para manifestar seus sentimentos e desprazeres. Assim, o brinquedo passa a ser a linguagem da criança.



SAIBA MAIS!



BRINCAR E APRENDER FUNCIONA PARA ADOLESCENTES?

O **brincar e aprender** é muito referenciado na Educação Infantil, mas pode ser adaptado para os segmentos de alunos mais velhos com efetividade? A resposta é sim, nunca é tarde demais para brincar.

Claro que os benefícios para as crianças são especialmente significativos para seu bem-estar mental, físico e formação plena, entretanto, para o adolescente, cujo cérebro ainda está em desenvolvimento e em meio a torrenciais crises hormonais, brincar ganha contornos extraordinários.

Uma das maneiras pelas quais o cérebro responde a experiências importantes da vida é por meio de um neurotransmissor chamado dopamina, que está envolvido na forma como processamos as recompensas e também é importante para a aprendizagem e motivação.

Quando estamos diante de uma recompensa inesperada, há uma dose extra de dopamina. Assim, pensando no cérebro adolescente, em sua fase mais turbulenta, toda vez que ele faz algo novo, assumindo um “risco”, o aumento da dopamina é liberado, e o cérebro emite um alerta de que a atividade é nova e merece atenção.

Como os cérebros dos adolescentes liberam mais dopamina em comparação com os das crianças ou dos adultos, eles são mais sensíveis à recompensa e aos bons sentimentos que vêm de novas experiências.

Os adolescentes estão em um lugar entre a infância e a idade adulta, embora a ideia de “brincar” possa ser totalmente diferente da de uma criança, ainda há muitos benefícios em permitir essa diversão, como: fomentar o pensamento criativo; a resolução de problemas; independência e a perseverança; o desenvolvimento intelectual, social, emocional e físico.

As brincadeiras e atividades lúdicas na adolescência mudam de forma, mas continuam vitais para a saúde mental, a socialização e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Elas ajudam a aliviar a pressão da idade, fortalecem a autonomia e reduzem a ansiedade.

Saúde Mental e Bem-Estar:

- **Alívio do estresse:** jogos e esportes ajudam a relaxar e a diminuir a carga de cobranças da escola e da vida.
- **Controle emocional:** o lúdico ensina o jovem a lidar com frustrações, raiva e desafios de forma leve.
- **Qualidade de vida:** momentos de lazer melhoram o sono e o foco nos estudos.

Desenvolvimento Social

- **Trabalho em equipe:** jogos em grupo ensinam a negociar, respeitar regras e conviver com o outro.
- **Vínculos afetivos:** criam espaços seguros para fazer amigos e fortalecer a confiança mútua.

CRIANÇAS, ADOLESCENTES E JOGOS ON-LINE

Os jogos *on-line* oferecem benefícios importantes para o raciocínio e a socialização, mas também trazem riscos sérios de dependência, sedentarismo e exposição a conteúdos inadequados quando usados sem regras e sem supervisão dos adultos.

Aspectos Positivos

- **Raciocínio lógico:** Melhora a resolução de problemas e o pensamento estratégico.
- **Coordenação motora:** Aumenta a agilidade visual e os reflexos rápidos.
- **Socialização:** Ajuda a manter laços com amigos, ao jogar em equipe.
- **Aprendizado:** Ensina conteúdos educativos e até novas palavras em outros idiomas.



Aspectos Negativos

- **Dependência digital:** O uso excessivo pode causar isolamento social, irritabilidade e distúrbios do sono.
- **Riscos de segurança:** A conversa com estranhos em chats de jogos abre portas para predadores ou aliciamento.
- **Conteúdo violento:** Jogos inadequados podem potencializar comportamentos agressivos.
- **Sedentarismo:** A falta de movimento prejudica a saúde física e reduz o interesse por outras atividades ao ar livre.

AS BRINCADEIRAS POPULARES

As brincadeiras populares do Brasil reúnem uma rica herança cultural de matrizes indígenas, africanas e europeias, destacando-se clássicos como **amarelinha**, **pique-esconde** e **queimada**. Esses jogos tradicionais de rua passam de geração em geração, adaptando-se com facilidade a diferentes regiões do país.

Brincadeiras antigas para reviver

1. Corrida do saco
2. Pular corda
3. Pega-pegas
4. Futebol de botão
5. Amarelinha
6. Bolinha de gude
7. Dança das cadeiras
8. O mestre mandou
9. Mímica
10. Cabaninha
11. Queimada
12. Telefone sem fio
13. Jogo da velha
14. Pião
15. Roda
16. Balanço



Por que é importante reconsiderar as brincadeiras antigas?

As brincadeiras antigas carregam um valor cultural e emocional imenso. Em um mundo cada vez mais digital, essas atividades proporcionam uma conexão real. Além disso, incentivam o movimento e ajudam a construir memórias afetivas duradouras. Logo, são econômicas, interativas e saudáveis. Elas exigem que as crianças usem a criatividade para construir cenários e resolver problemas. Revivendo essas atividades, você ensina às novas gerações a beleza das interações autênticas. Então, que tal reunir a criançada e resgatar esses momentos especiais?

PARA APRECIAR

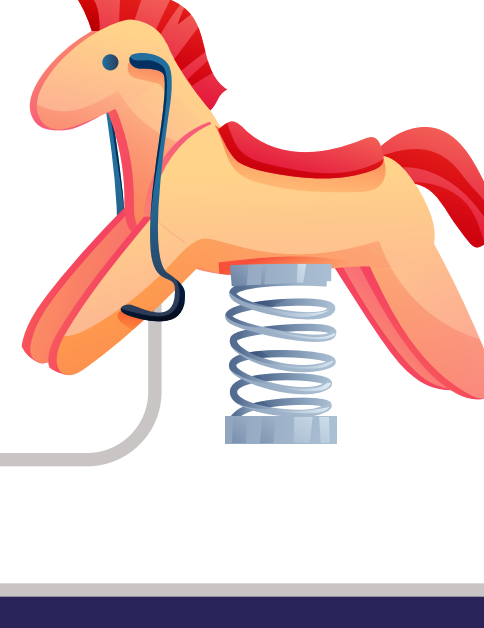
Portinari e as brincadeiras



Meninos no Balanço, 1960



Meninos Brincando, 1955



PARA ASSISTIR

TOY STORY 5

Sobre o filme

Toy Story 5 acerta ao atualizar a franquia para a infância moderna, retratando o impacto do isolamento digital e o substituto do brincar lúdico por tablets e telas. O longa usa a personagem Jessie para liderar uma reflexão sensível sobre a perda da imaginação infantil, sem transformar a tecnologia em uma vilã absoluta.

O Conflito entre o Real e o Digital

- **A ameaça invisível:** A disputa não é mais contra o tempo ou o descarte físico, mas contra o apelo passivo e viciante dos algoritmos representados pelo *tablet* Lilypad.
- **Isolamento de Bonnie:** A personagem passa a se isolar socialmente e perde a espontaneidade criativa ao ficar submersa na rotina digital.
- **O papel dos brinquedos:** Jessie assume a frente da narrativa para lutar pela reconexão humana de Bonnie com o mundo real e tangível.

Mensagem e Impacto

- **Reflexão para a família:** O filme funciona como um alerta empático para pais e filhos sobre a necessidade de equilibrar a vida digital com o afeto e a convivência concreta.
- **Resgate da essência:** Mostra que a criatividade do brinquedo físico preenche vazios emocionais que a gratificação instantânea das telas não consegue suprir.

ANÁLISE DO FILME:

CLIQUE AQUI E ASSISTA!



Por P.H. Santos - comunicador, escritor e crítico de cinema atuante desde 2005, especializado em filmes e séries. Ele se destaca por manter um canal no *YouTube*, apresentar podcasts renomados e integrar associações da área.



Esse é um tema importante para a sociedade. Esperamos que apreciem as informações.

