

**UNIVERSIDADE DE COIMBRA**  
**FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**IDENTIFICAÇÃO E ANÁLISE DAS PRÁTICAS LÚDICAS  
E RECREATIVAS EM IDOSOS**

**JOGOS, BRINQUEDOS E BRINCADEIRAS  
DE OUTROS TEMPOS**

Monografia de Licenciatura realizada  
no âmbito do seminário “Identificação  
e Análise das Práticas Lúdicas e  
Recreativas em Idosos”.

**Professor Coordenador:**

Prof. Doutor Paulo Coêlho de Araújo

**Professora Orientadora:**

Mestre Ana Rosa Fachardo Jaqueira

---

(Espaço reservado para análise dos arguentes)

---

---

(Espaço reservado para análise dos arguentes)

---

*“É urgente viver o presente, preparando o futuro,  
e respeitando a tradição.”*

Noronha Feio (1989)

---

## **AGRADECIMENTOS**

Para a realização deste trabalho, foram várias as pessoas que prestaram o seu contributo, orientação, apoio e incentivo. A essas pessoas gostaria de deixar aqui explícito, o meu profundo agradecimento:

Ao Prof. Doutor Paulo Coêlho por toda a sua orientação, sugestões e compreensão na realização deste trabalho.

À Mestre Ana Rosa Jaqueira pelo apoio, incentivo e orientação.

Aos elementos participantes no estudo, nomeadamente, as senhoras da Praia da Vieira, que deram um contributo indispensável para a realização deste trabalho, mostrando-se sempre bem dispostas, simpáticas e com uma vontade enorme de colaborar.

Aos meus colegas de Seminário, Luís Simões, Ricardo Faustino e Ricardo Caetano pela ajuda em todo o trabalho.

A todos os meus amigos, pela amizade, paciência e apoio demonstrados ao longo de toda a minha vida.

E porque os últimos serão sempre os primeiros, a todos os meus familiares, por todo o esforço e apoio, que muito contribuíram para a minha educação e realização pessoal.

A todos muito obrigado!!!

---

## ÍNDICE GERAL

|   |           |
|---|-----------|
| ÍNDICE DE GRÁFICOS.....   | VIII      |
| LISTA DE APÊNDICES .....  | IX        |
| DEFINIÇÃO DE ABREVIATURAS.....  | X         |
| RESUMO.....   | XI        |
| <br>  |           |
| INTRODUÇÃO.....   | 1         |
| <br>  |           |
| <b><u>CAPÍTULO I – REVISÃO DA LITERATURA.....</u></b>   | <b>5</b>  |
| <b>1 – O CONTEXTO SÓCIO-POLÍTICO E ECONÓMICO DO PAÍS NA PRIMEIRA<br/>    METADE DO SÉCULO XX.....</b> | <b>5</b>  |
| 1.1 – Caracterização sócio-política e económica da época.....   | 5         |
| <b>2 – O PAPEL DA MULHER.....</b>   | <b>10</b> |
| 2.1 – Alterações no papel da mulher durante o Estado Novo.....  | 10        |
| <b>3 – A MOCIDADE PORTUGUESA FEMININA.....</b>  | <b>12</b> |
| 3.1 – Objectivos da organização.....  | 13        |
| <b>4 – O CONCEITO DE IDOSO E O ENVELHECIMENTO DA POPULAÇÃO.....</b>                                   | <b>14</b> |
| 4.1 – O idoso.....  | 14        |
| 4.2 – O processo de envelhecimento.....   | 15        |
| <b>5 – JOGOS, BRINQUEDOS E BRINCADEIRAS.....</b>  | <b>17</b> |
| 5.1 – Jogos tradicionais.....   | 17        |
| 5.2 – O jogo.....   | 19        |
| 5.3 – Brinquedos e brincadeiras.....  | 23        |
| <br>  |           |
| <b><u>CAPÍTULO II - METODOLOGIA.....</u></b>  | <b>30</b> |
| <b>1 – OBJECTIVOS.....</b>  | <b>30</b> |
| <b>2 – JUSTIFICATIVA.....</b>   | <b>31</b> |
| <b>3 – DELIMITAÇÃO DO ESTUDO.....</b>   | <b>32</b> |
| <b>4 – DESCRIÇÃO DA TÉCNICA DE RECOLHA DE DADOS.....</b>  | <b>32</b> |

---

|  |           |
|--|-----------|
| <b>5 – PROCEDIMENTOS.....</b>                  | <b>33</b> |
| <b>6 – TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS.....</b> | <b>35</b> |

### **CAPÍTULO III – APRESENTAÇÃO DOS DADOS E DISCUSSÃO DOS**

|   |           |
|---|-----------|
| <b><u>RESULTADOS.....</u></b>   | <b>37</b> |
| <b>1 – CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA.....</b>   | <b>37</b> |
| <b>2 – CARACTERIZAÇÃO DAS CONDIÇÕES SOCIAIS, POLÍTICAS E CULTURAIS DO PAÍS.....</b> | <b>41</b> |
| <b>3 – JOGOS, BRINCADEIRAS E BRINQUEDOS.....</b>                                    | <b>44</b> |
| <b>3.1 – Jogos e brincadeiras.....</b>  | <b>44</b> |
| <b>3.2 – Brinquedos .....</b>   | <b>54</b> |

### **CAPÍTULO IV – CONCLUSÕES E SUGESTÕES.....**

|                          |           |
|--------------------------|-----------|
| <b>BIBLIOGRAFIA.....</b> | <b>62</b> |
|--------------------------|-----------|

### **APÊNDICES**

---

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Gráfico 1</b> –Idade .....  | <b>37</b> |
| <b>Gráfico 2</b> - Zona de residência durante a infância.....          | <b>38</b> |
| <b>Gráfico 3</b> - Local de residência durante a infância.....         | <b>39</b> |
| <b>Gráfico 4</b> - Nível de escolaridade .....                         | <b>39</b> |
| <b>Gráfico 5</b> - Separação de rapazes e raparigas na escola.....     | <b>40</b> |
| <b>Gráfico 6</b> - Noção da situação política .....                    | <b>41</b> |
| <b>Gráfico 7</b> - Papel da mulher .....                               | <b>42</b> |
| <b>Gráfico 8</b> - Condicionantes das actividades lúdicas .....        | <b>43</b> |
| <b>Gráfico 9</b> - Jogos mencionados pelas entrevistadas .....         | <b>45</b> |
| <b>Gráfico 10</b> - Brincadeiras mencionadas pelas entrevistadas ..... | <b>46</b> |
| <b>Gráfico 11</b> - Local de realização dos jogos.....                 | <b>47</b> |
| <b>Gráfico 12</b> - Local de realização das brincadeiras.....          | <b>48</b> |
| <b>Gráfico 13</b> - Aprendizagem das actividades lúdicas .....         | <b>49</b> |
| <b>Gráfico 14</b> - Intervenientes nas actividades lúdicas .....       | <b>50</b> |
| <b>Gráfico 15</b> - Materiais utilizados nas actividades lúdicas ..... | <b>51</b> |
| <b>Gráfico 16</b> - Tempos destinados às actividades lúdicas .....     | <b>53</b> |
| <b>Gráfico 17</b> - Brinquedos mencionados pelas entrevistadas .....   | <b>54</b> |
| <b>Gráfico 18</b> – Quem confeccionava as bonecas .....                | <b>55</b> |
| <b>Gráfico 19</b> – Local das brincadeiras com bonecas.....            | <b>57</b> |

---

## **LISTA DE APÊNDICES**

**APÊNDICE 1** – Guião de entrevista

**APÊNDICE 2** – Exemplo de entrevista transcrita

**APÊNDICE 3** – Matriz de categorização das condições sócio-político-culturais

**APÊNDICE 4** – Matriz de categorização dos jogos, brincadeiras e brinquedos

**APÊNDICE 5** – Quadros síntese dos jogos (1-22)

**APÊNDICE 6** – Quadros síntese das brincadeiras (23-38)

**APÊNDICE 7** – Quadros síntese dos brinquedos (39;40)

**APÊNDICE 8** – Quadros com informação global dos jogos, brincadeiras e brinquedos  
(41-57)

---

## **DEFINIÇÃO DE ABREVIATURAS**

| <b>ABREVIATURA</b> | <b>SIGNIFICADO</b>                  |
|--------------------|-------------------------------------|
| M.P.F.             | Mocidade Portuguesa Feminina        |
| OMS                | Organização Mundial de Saúde        |
| ONU                | Organização das Nações Unidas       |
| ACSM               | American College of Sports Medicine |
| s.l.               | sem local de edição                 |
| s.d.               | sem data                            |

---

## RESUMO

O presente estudo teve como principal demanda a recuperação de actividades lúdicas, como o brincar e o jogar, praticadas no período de infância das idosas da Praia da Vieira, e caracterizar as condições sociais, políticas e económicas da época, para sabermos se essas interferiam ou condicionavam de alguma forma os divertimentos das crianças.

O estudo envolveu dez idosas, com idades compreendidas entre os 65 e os 75 anos de idade, que habitam na Praia da Vieira.

Para conseguirmos obter as informações desejadas recorreremos ao contacto directo com as idosas. O método de recolha de informação utilizado nesse contacto foi a entrevista semi-estruturada, que incluiu questões sobre a situação social, política e económica do país no período em que viveram a sua infância, e questões relacionadas com os jogos, brinquedos e brincadeiras dessa mesma época, abordando a forma como jogavam e brincavam, quando, onde e com quem jogavam e brincavam, quais os períodos utilizados para jogarem e brincarem e quais os materiais e brinquedos utilizados nos jogos e brincadeiras, respectivamente.

Depois da recolha de informações procedeu-se à análise de conteúdo do material resultante das entrevistas, através da categorização, tendo-se chegado à conclusão que as formas de jogar e brincar eram condicionadas por uma discriminação entre sexos que nem sempre permitia às crianças brincarem com quem queriam, nomeadamente, na escola. Uma outra condicionante era a falta de recursos económicos da maioria da população, que conduzia a um aproveitamento das crianças por parte dos adultos para a realização de tarefas domésticas, que por sua vez limitava bastante o tempo dos divertimentos dos mais novos.

Os jogos e brincadeiras referidos eram, de uma forma geral, bastante simples e pouco exigentes em termos materiais e organizacionais, pelo que as crianças os aprendiam rapidamente com outros colegas. Os brinquedos utilizados eram também pouco elaborados e, muitas das vezes, aproveitados de outros objectos de uso quotidiano para outros fins, ou então manufacturados pelas próprias crianças ou familiares, uma vez que a crise económica não permitia excessos nas despesas financeiras.