

## EDUCAÇÃO FÍSICA

# JOGOS TRADICIONAIS E COOPERATIVOS

Nos dias **5, 6, 7 de março** de 2025, durante as aulas de **Educação Física** da Escola Secundária de Odivelas, realizaram-se **Jogos Tradicionais Portugueses e Jogos Cooperativos**.

Estes jogos, de **regras flexíveis** e materiais originalmente com outras funções, promovem uma abordagem de **diversos contextos sociais e culturais**.

Os alunos aderiram a estes jogos **com grande entusiasmo** e empenhamento, num **clima positivo** de socialização.

Para muitos foi a **descoberta** de jogos que certamente já foram **jogados pelos seus pais ou avós**. Para alguns, permitiu recordar jogos que **já tinham jogado nos seus países de origem ou em anos anteriores**. Para outros, foi apenas um momento de **descoberta**, mas sempre com **muita diversão**.

Afinal ainda conseguimos, todos, **jogar e divertir-nos, sem utilizarmos “ecrans”**.



“Os jogos tradicionais definem-se como **atividades lúdicas, recreativas e culturais** praticadas por crianças, jovens e adultos e perpetuadas ao longo de gerações quer pela oralidade, quer pela observação, quer pela imitação (Bragada J. 2002) (...) Estes jogos são **patrimónios lúdicos que pertencem à história das ideias, das mentalidades e das práticas sociais, revelando a expressão graciosa da alma popular e tradicional** que se traduz na necessidade do lazer e a alegria do trabalho (Cabral 1998).

Os jogos tradicionais assumem um **importante papel na socialização**. As suas características e particularidades são um **excelente meio para a prática de exercício físico, constituem uma atividade extraordinariamente rica para o desenvolvimento integral da criança**, potenciando o desenvolvimento de várias competências psicomotoras, tais como a integração em grupo, a orientação espacial, o sentido rítmico, o enriquecimento da linguagem e a formação da personalidade (Guedes, 1991; Bragada, 2002)” *in 36 Jogos Tradicionais nas Terras de Trás-os-Montes*