



Manual para a Incubadora de Brincar



www.facebook.com/brincape.comunidade



BAIRROS e ZONAS
de Intervenção
Prioritária de Lisboa

Manual para a Incubadora de Brincar

Índice

1 O BrincAPé

2

2 Porque é que brincar é importante para a saúde e bem-estar da criança?

3

3 O que é uma Incubadora de Brincar?

4

4 Como posso organizar uma Incubadora de Brincar na minha comunidade?

5

Qual é o papel dos adultos?

6

Que materiais posso usar?

7

Utensílios para transformar os materiais

9

- Avaliação e minimização dos riscos
- Verificar regularmente o estado dos materiais

9

9

Estar atento e chamar a atenção dos outros adultos para a prevenção de acidentes

9

Como escolher um sítio?

10

Como posso mobilizar a minha comunidade?

11

- Unir esforços
- Parceiros
- Divulgação

11

11

11

11



2





1

O BrincAPÉ

... é um projecto de intervenção social que nasceu na zona histórica de Lisboa e que pretende criar novas oportunidades para as crianças brincarem mais tempo, em mais espaços e de forma mais diversificada.

- Queremos que as crianças possam brincar em recreios transformados com tralha, deixando-se guiar pela sua imaginação, pela capacidade de resolução de problemas e de cooperação.
- Queremos que as famílias sintam que brincar na rua, na praça, no jardim, no bairro é natural, seguro, estimulante e que faz parte da rotina.
- Queremos que as nossas crianças tenham as melhores memórias de brincar na rua e construam amizades que levem para a vida toda.

Uma parceria



apsi

associação
para a promoção
da segurança infantil



3

2

Porque é que brincar é importante para a saúde e bem-estar da criança?

Brincar é fundamental para o bem-estar e saúde das crianças

A comunidade científica e médica reconhece unanimemente o brincar como um comportamento que contribui de forma única para o bem-estar de todas as crianças. Uma criança que brinca, faz actividade física, confronta-se com o risco e com a imprevisibilidade, exercita a auto-regulação emocional e as competências sociais, e desenvolve capacidades lógico-matemáticas, linguísticas e simbólicas.

Brincar é um direito

Com certeza já ouviu falar dos Direitos da Criança. Direitos são vantagens, permissões e oportunidades que cada criança ou adolescente deve ter. Pois a Convenção sobre os Direitos da Criança, adotada pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 1989, é um acordo legal internacional, assinado por 196 países, incluindo Portugal, que reconhece direitos específicos para as crianças e os adolescentes, nomeadamente, o Direito a Brincar (artigo 31).

As crianças não brincam o suficiente

Existem várias barreiras que têm um impacto directo na liberdade e na autonomia de que as crianças precisam para poderem brincar. Este documento pretende ajudar os adultos a remover essas barreiras, defendendo, encorajando e criando tempo, espaço e permissão para que as crianças possam escolher livre e espontaneamente as suas brincadeiras.

É da responsabilidade de todos defender que brincar:

- É fundamental para o bem-estar e desenvolvimento saudável da criança.
- É a especialidade das crianças e as suas opiniões sobre isso devem ser valorizadas.
- É um comportamento legítimo e um direito humano, seja em casa, na rua, na escola e em qualquer lugar que faça parte do quotidiano da criança.
- É um comportamento que envolve sujar, fazer barulho e desorganizar.
- É um comportamento que precisa de imprevisibilidade, contacto com o risco, e flexibilidade do ambiente para que a criança encontre sempre brincadeiras que tem necessidade de fazer.
- É um comportamento que não deve ser reprimido pelos medos, nem condicionado pelas agendas dos adultos.
- É uma prioridade na rotina da criança, tão importante como dormir ou comer.
- É a principal forma de participação da criança na sua comunidade.



3

O que é uma Incubadora de Brincar?

Uma Incubadora de Brincar é um tempo e espaço para as crianças brincarem livremente com materiais soltos como caixas de cartão, pneus, cordas, por sua própria motivação e

iniciativa, sem objectivos educativos impostos e sem terem que corresponder às expectativas dos adultos. Pode fazer-se no espaço público, num campo desportivo, num quintal ou em casa.



4

Como posso organizar uma Incubadora de Brincar na minha comunidade?

Qual é o papel dos adultos?

As crianças são especialistas nas suas brincadeiras. Os adultos têm como responsabilidade criar condições que incentivam o brincar. Para isso é necessário:

RECONHECER que brincar é a forma primordial da criança mostrar as suas emoções, desejos e dúvidas e também de a criança experimentar diferentes sensações, pensamentos, maneiras de fazer em segurança.

ACEITAR que brincar pode envolver barulho, desorganização e imprevisibilidade.

DEIXAR a criança conduzir a brincadeira, aceitando as suas capacidades, ideias, preferências e preocupações, sem tentar constantemente mostrar-lhe como se faz, sem tentar ensinar-lhe conteúdos escolares ou outro tipo de conteúdos.

DAR tempo para a brincadeira começar, permitindo à criança explorar as suas ideias e interesses até encontrar algo que a divirta, motive ou envolva sem precisar de sermos nós a dizer-lhe como e o que fazer.

DEFINIR um espaço onde a criança possa brincar com bastante liberdade.

ADOPTAR uma postura de observação activa, esperando pelo pedido de ajuda da criança ao invés de propor ideias ou soluções.

CONTAR à criança quais as suas próprias brincadeiras preferidas enquanto criança, onde brincava, com quem, os materiais que usava e o que sentia como forma de se envolver também nas brincadeiras.

DISPONIBILIZAR objectos do quotidiano como lençóis, almofadas, caixas de plástico, papel, lápis, fita-cola, rolhas, roupas e calçado de adulto, tachos, cestos, utensílios de cozinha, malas, carteiras, etc que incentivam a criatividade, a capacidade de resolução de problemas e potenciam brincadeiras mais longas e imersivas.

AJUDAR a criança a identificar o risco de uma determinada situação através do diálogo (ver exemplos abaixo)

Invés de dizer...	Tente dizer...
Tem cuidado!	Já reparaste que...
Não te molhes.	Hoje não estamos vestidos com a roupa certa para a chuva, mas numa próxima vez estaremos preparados.
Ainda magoas alguém!	Se continuares a fazer isso, o que achas que pode acontecer?
Estás tão suja/o!	Parece que te divertiste!
Isso não é para trepar!	Vamos explorar e procurar um outro sítio a que possas trepar.
Não atires pedras/areia!	Há algum sítio aqui onde possas fazer isso sem acertar em ninguém?
Não andes descalça/o!	Vamos dar uma vista de olhos a ver se se é seguro andar descalça/o
Não ponhas isso na boca!	Mas vais mesmo comer isso que pode ser... (ex. pontiagudo, sujo, rijo, amargo, etc)

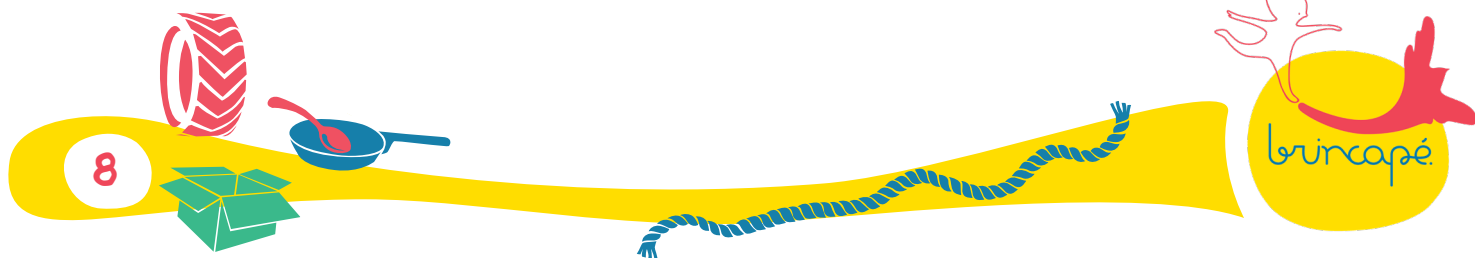


Que materiais posso usar?

Material	Onde encontrar	Potencial lúdico (a preencher)
Pneus (bicicleta/ mota/ carro)	Oficinas (motas/ carros/bicicletas)	
Cordas	Lojas, Praias, Lotas	
Lonas	Lojas, Gráficas	
Rolhas e tampas	Casa, restaurantes, cafés	
Lençóis, Toalhas	Casa, Espaços de alojamento (hotéis, Airbnb)	
Caixas de cartão	Lojas, Supermercados, Papelão	
Tubos (plástico, cartão)	Empresas de Construção Civil, Gráficas	
Sacos/sacas (tecido, serapilheira, etc.)	Casa, Empresas, Quintas agrícolas, (ex. ração de animais)	
Aros de roda de bicicleta	Oficina de bicicletas	
Bobines (madeira, plástico)	Empresas de comunicação, lojas de eletricidade, pesca	
Bidons (plástico, cartão)	Empresas (ex. vinho)	
Utensílios de cozinha (tachos, tupperwares, talheres, etc.)	Casa, Escolas, Restaurantes, Feiras	
Baldes (plástico, metal)	Empresas de Construção Civil	

Material	Onde encontrar	Potencial lúdico (a preencher)
Cestas	Casa(s)	
Noodles (de piscina ou construção)	Lojas, Piscinas, Empresas de Mudanças	
Madeiras (dif. tamanhos)	Empresas de Construção Civil, Carpintaria	
Caixas de garrafas	Empresas de Restauração, Lojas, Bares, Restaurantes	
Telefones	Casa(s)	
Teclados	Casa(s), Empresas, Escolas	
Tecidos (dif. tamanhos)	Empresas de têxtil, Lojas	
Roupas e sapatos	Casa(s)	
Revistas, Jornais Listas de Telefone, Catálogos	Casa(s), Lojas	
Chaves	Casa(s)	
Materiais Naturais (pinhas, penas, folhas, flores, sementes, canas, ramos, areia, etc.)	Praia, Jardim, Floresta, Quinta	

(O Brincapé disponibiliza-se para esclarecer dúvidas sobre os materiais, em alguns casos ceder materiais específicos ou difíceis de encontrar ou recomendar sítios onde encontrar materiais.)



Utensílios para transformar os materiais

Giz, fita cola, trapilho, facas metálicas de refeição com serrilha, tesouras, x-actos com lâmina retráctil

Benefícios

- Actividade física;
- Conhecimento/Apropriação do espaço;
- Autonomia/ Capacidade de tomar decisões;
- Capacidade de adaptação, flexibilidade;
- Capacidade de avaliar o risco;
- Capacidade de resolução de problemas
- Comunicação;
- Contato com o risco;
- Cooperação;
- Coordenação motora;
- Criatividade;
- Desafio;
- Destreza;
- Motricidade fina;
- Negociação;
- Reforço da Auto-estima;
- Regulação emocional (experiência de sensações);



Avaliação e minimização dos riscos

Verificar regularmente o estado dos materiais:

- cordas deterioradas
- materiais partidos e cortantes, com farpas, arames ou pregos saídos
- componentes do material potencialmente tóxicos
- pneus degradados (com buracos, a des fazer-se)

Estar atento e chamar a atenção dos outros adultos para a prevenção de acidentes:

- estrangulamento/prisão de partes do corpo com cordas ou lençóis,
- asfixia com sacos na cabeça, balões ou objetos pequenos (especial atenção às crianças com menos de 3 anos)
- prisão e entalão dos dedos em zonas altas ou em dobradiças (ex: portões)
- quedas de zonas altas
- traumatismos, ferimentos provocados pela projecção de objetos pesados ou a queda de ou falência de construções em altura
- quedas em piso escorregadio
- atropelamentos associados à proximidade do trânsito automóvel
- afogamento em zonas fundas como, rios e lagos



Como escolher um sítio?

- Brincar livremente gera barulho, desorganização e sujidade, por isso, escolha um espaço onde se possa fazer barulho, desorganizar tralha de diferentes tipos e fazer alguma sujidade.
- É importante haver acesso a água, sombra, casa-de-banho e caixotes de separação de resíduos.
- Ter em conta a acessibilidade do lugar para que mais famílias possam participar.
- Ter em conta a delimitação ou afastamento do trânsito automóvel e outros riscos que possam existir na envolvente.
- Facilita muito se o lugar escolhido for um lugar que já é frequentado por famílias ou reconhecido como um lugar de lazer.
- Praças, jardins, parques, campos desportivos, recreio de escolas, espaços exteriores de bibliotecas, podem ser bons sítios.





Como posso mobilizar a minha comunidade

Unir esforços

Encontrar outras pessoas dentro da sua rede de contactos que estejam motivadas para defender e promover o Direito a Brincar. Falar sobre as brincadeiras das crianças pode ajudar a identificar pessoas que são entusiastas e que têm motivação para ajudar.

Parceiros

No caso de o lugar escolhido ser: um espaço público (praça, jardim, etc.) é necessário um contacto prévio com a equipa dos espaços públicos da respectiva Junta de Freguesia. O Brincapé pode ajudar com a redação desse email ou através da activação da nossa rede de contactos. um espaço semi-público (associação, biblioteca, etc) poderá ser feito um contacto prévio com a direção ou com algum membro da organização. O Brincapé pode ajudar com a redação desse email ou através da activação da nossa rede de contactos.

Divulgação

O evento poderá ser divulgado através das redes sociais do Brincapé, da Junta de Freguesia da área (a pedido) e dos diferentes parceiros. Também poderão ser impressos materiais como posters mas que naturalmente têm um custo associado. O Brincapé pode disponibilizar este tipo de materiais de comunicação a pedido.





Versão 1.0, 2021, Lisboa

Contactos:
www.brincapè.com
facebook.com/brincapè.comunidade

