

**O IMPACTO DOS JOGOS E BRINCADEIRAS INFANTIS NO PERÍODO DE  
INTERVALO ESCOLAR SOBRE OS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA DAS  
CRIANÇAS**

MACHADO, K. A.<sup>1</sup>, MUNHOS, M. C. M. S.<sup>2</sup>, SOUZA, M. F.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Escola Estadual Justino Costa Quintana – Bagé – RS – Brasil –  
katherineavilamachado16@gmail.com

<sup>2</sup> Escola Estadual Justino Costa Quintana – Bagé – RS – Brasil – mariaceciliamsmunhos@gmail.com

<sup>3</sup> Escola Estadual Justino Costa Quintana – Bagé – RS – Brasil – melissasouza@ifsul.edu.br

**RESUMO**

As atividades recreativas desempenham um papel crucial no desenvolvimento infantil, permitindo que as crianças explorem o ambiente, interajam, expressem seus sentimentos e movimentem-se. Considerando que o recreio escolar é um ambiente propício para essas práticas, este estudo teve como objetivo compreender o impacto que a realização de jogos e brincadeiras no intervalo desempenha sob o nível de atividade física das crianças. Deste modo, objetiva-se analisar de que forma o recreio orientado contribui para aumentar o nível de atividade física em crianças, em prol da sua qualidade de vida. Para conduzir esta pesquisa, realizou-se uma revisão literária em diferentes bases de dados e revistas científicas, como Scielo, Pubmed e Periódicos CAPES, analisando artigos nacionais, internacionais e a aplicação do projeto "Recreio Dirigido" pelos alunos do Curso Normal da escola Justino Quintana. De modo a constatar que a participação em jogos e brincadeiras ativas durante o recreio escolar pode ser eficiente para aumentar o nível de atividade física nas crianças. Além disso, essa melhora pode estar associada a outros fatores, como o gênero, a estrutura do ambiente escolar, a duração e o tipo de orientação durante o intervalo. Sendo assim, pudera-se notar que o recreio orientado por um profissional tende a resultar em um aumento significativo nos níveis de atividade física. Baseando-se nessas evidências, conclui-se que a prática de jogos e brincadeiras ativas durante o recreio escolar pode ser uma estratégia eficaz para melhorar os níveis de atividade física entre os estudantes.

Palavras-chave: Recreio; Jogos e Brincadeiras; Atividade Física; Escola; Infância.