

10009-98927 X11R881NO  
CNT88RA1XK

## O TEMPO DE RECREIO NA ESCOLA: que sentimentos? que benefícios? perspectivas dos alunos do 1º ciclo do ensino básico

Vânia Pereira<sup>1,2</sup>  
Beatriz Pereira<sup>1,2</sup>  
Isabel Condessa<sup>2,3</sup>

### Importância do Recreio para a Criança

O espaço de recreio é como um mundo de regras e rituais (Opie & Opie, 1969), este é um contexto onde se aprendem muitas lições para a vida, tais como aprender a juntar-se a um grupo para jogar, aprender a escolher e a negociar as regras para esses jogos, saber lidar com vários tipos de personalidades e também aprender a manipular situações, de forma a tirar vantagens das mesmas (Sluckin, 1981).

Os recreios escolares assumem uma particular importância na escola devido ao seu papel em todo o processo de ensino (El-Kadi & Fanny, 2003), uma vez que é na zona de recreio que a criança testa e experimenta os seus limites, permitindo-lhe uma diversidade de oportunidades para explorar o seu ambiente.

---

<sup>1</sup> Universidade do Minho, Instituto de Educação.

<sup>2</sup> Centro de Investigação em Estudos da Criança.

<sup>3</sup> Universidade dos Açores.

É nesse local que a criança procura novos caminhos para criar ação e expandir os seus limites, no sentido de satisfazer as suas necessidades de desenvolvimento (Jambor, 1990).

Algumas investigações de âmbito social têm demonstrado que as crianças cada vez menos utilizam os espaços exteriores públicos para os seus jogos e brincadeiras, tornando assim, o recreio escolar um ambiente bastante importante para as suas atividades não regulamentadas e autodirigidas (Blatchford, 1994).

As crianças de hoje têm uma vida extremamente organizada e planeada, de tal modo que o recreio é a parte mais desestruturada do dia na escola e tornou-se num dos únicos locais onde a criança se pode exprimir livremente, escolhendo as atividades que mais lhe dão gozo fazer (Marques, 2012; Stellino, Sinclair, Partridge, & King, 2010). Durante o tempo de recreio as crianças são livres para interagirem com quem quiserem, explorando as suas capacidades sociais e poderem ser mais ativos e inventivos nos seus jogos. É também, para muitas crianças, tempo para alguma ansiedade onde podem experienciar situações menos agradáveis e às quais, por vezes, não conseguem dar resposta (Ross & Ryan, 1994).

O recreio, definido como uma pausa no dia da escola e que é dedicado pelas crianças para as suas atividades livres e desestruturadas, é considerado muito valioso, uma vez que proporciona momentos de interação e de jogo às crianças, e depois deste tempo de recreio as crianças ficam menos agitadas e mais atentas aos conteúdos das aulas (Miller, 2009).

### Recreio... Quanto tempo? Que espaço?

Alguns estudos efetuados por pediatras comprovam o valor do recreio para as crianças, num estudo comparativo entre crianças que não usufruíam de tempo de recreio ou que usufruíam de um recreio de apenas 10 a 15 minutos e as crianças que usufruíam de recreio durante 30 minutos, concluíram que, estas últimas, apresentavam menos comportamentos desajustados na sala de aula, estavam muito mais atentas e que as suas aprendizagens eram mais eficazes do que as das crianças que não tinham recreio ou que tinham pouco tempo de recreio (Miller, 2009).

As diminuições do tempo de recreio e/ ou o seu término em algumas escolas nos Estados Unidos da América resultaram numa diminuição do desenvolvimento intelectual e emocional, e também agravou o estado de obesidade infantil. Por si só o recreio não consegue inverter esta tendência, no entanto pode ajudar a promover os hábitos de vida saudáveis nas crianças (Miller, 2009), já que, mais do que a educação física escolar, os recreios podem preparar as crianças para uma vida ativa (Zask, Beurden, Barnett, Brooks, & Dietrich, 2001), pois durante esse período, as crianças buscam a sua satisfação pessoal através do jogo que é uma prática fundamental para o seu desenvolvimento desde os primeiros anos de vida.

Sendo o jogo, a vida da criança (Pereira & Neto, 1997) torna-se necessário um melhor conhecimento do jogo livre, do indivíduo e da influência social e ambiental nesse comportamento que pode ser decisivo para a atividade física da criança.

Conhecer melhor os locais onde a criança brinca e joga é importante para obtermos informações sobre as oportunidades que estes locais podem trazer para a promoção de atividade física nas crianças (Veitch, Bagley, Ball, & Salmon, 2006).

Nos recreios das escolas, deparamo-nos com espaços e equipamentos de fraca qualidade e com pouco impacto nas atividades de jogo livre. Sendo o espaço de recreio assim tão relevante para o desenvolvimento da criança seriam de esperar melhores condições ao nível de recursos materiais, humanos e que na sua arquitetura contemplassem espaços variados adequados às suas necessidades (ex.: espaços para experiências de jogo informal), é de referir também a importância da supervisão e a segurança dos equipamentos nesses espaços (Neto, 2008). Neste sentido, é sugerido por Pereira (2009), que as áreas de recreio das escolas devem ser aumentadas, de forma a potenciar o jogo livre e melhoradas ao nível dos equipamentos móveis nestes espaços, uma vez que, o jogo livre é uma das principais fontes de atividade física das crianças na escola (Harten, Olds, & Dollman, 2008).

A melhoria destes espaços podem trazer mais-valias para as crianças, uma vez que os espaços de recreio mais sugestivos ou que sofreram remodelações são os que atraem mais crianças para a prática de atividades no exterior podendo assim potenciar o aumento da sua atividade

física (Colabianchi, Kinsella, & Coulton, 2009; Loucaides, Jago, & Charalambous, 2009). Num estudo efetuado em escolas do 1º ciclo, as crianças apontaram as superfícies com relva e os equipamentos fixos como mais atrativos e como sendo os locais onde mais gostariam de brincar ou jogar. Os espaços em cimento foram considerados pelas crianças como espaços que pareciam abandonados e vazios, principalmente, pela falta de cor, sugerindo que fossem feitas mais marcações de linhas para diversos jogos aí ocorrerem. Ainda referiram que os equipamentos precisam ser variados de forma a estimular diferentes faixas etárias (Willenberg et al., 2009a).

Assumindo o exposto podemos afirmar que um espaço de recreio bem estruturado favorece o crescimento e o desenvolvimento das crianças (Gordon, 1981), pois são os momentos de recreio que proporcionam às crianças os maiores períodos de atividade destas na escola (Willenberg, et al., 2009a; Willenberg et al., 2009b).

### O Jogo no Recreio como Promotor de Interações

Neste momento o recreio escolar é dos sítios mais favoráveis para o estudo das relações sociais entre as crianças, pois cada vez menos as crianças frequentam os locais públicos para brincar, jogar e interagir com outras crianças. Assim, podemos encontrar na escola o ambiente mais natural onde estas interações se concretizam. O recreio escolar é um ambiente único para explorar e investigar aspetos sobre os jogos praticados pelas crianças e as características das suas relações sociais e interações, como as amizades e rejeições, as provocações e lutas, o poder e o estatuto (Blatchford, 1994).

Assim, o jogo e a brincadeira fazendo parte integrante da vida das crianças são bastante eficazes para o seu desenvolvimento físico, social e mental (Bulut & Yilmaz, 2008), pois o jogo tão natural nas crianças exercita a sua imaginação e contribui para a sua interação social (Gordon, 1981). As crianças dão imensa importância às conversas que têm nos recreios e veem este espaço como o local de encontro com os amigos e onde jogam juntos (Prellwitz & Skär, 2007).

É através das interações que as crianças aprendem, quer estas sejam com objetos ou nas relações sociais e aqui o jogo é essencial na medida em que contribui largamente para o processo de aprendizagem da criança (Pereira, 2008). Sendo o jogo uma das manifestações de comportamento mais usuais na infância (Pereira & Neto, 1997), a aprendizagem de conteúdos através do jogo é bastante estimulante quando se verifica essa intencionalidade. O jogo produz aprendizagem, contudo, o ensino de diversos conteúdos através do jogo, facilita essa aprendizagem. E independentemente de todos os outros fatores que possam condicionar o jogo da criança na escola (espaços atrativos, pessoal docente e não docente motivado e interventivo, programas diversificados) é a interação entre pares que mais condiciona a visão da criança em relação à escola e à aprendizagem (Casey, 2010).

O sentimento que as crianças têm em relação à escola é largamente baseado nas suas experiências durante o tempo de recreio, pois é durante estes momentos que as crianças constroem e realizam os seus jogos, que estabelecem as próprias regras de conduta, é onde mantêm as suas relações sociais independentes da sala de aula e é também no espaço de recreio que desenvolvem estratégias no sentido de resolver e evitar conflitos (Blatchford, 1998).

Atendendo às dinâmicas sociais atuais podemos admitir que para a criança, o recreio é o espaço onde ela se manifesta livremente, sendo este um importante contexto para o jogo, que contribui, por sua vez, para o desenvolvimento motor, cognitivo e social da criança (Neto, 2008). É nos recreios que ocorrem muitos conflitos sociais e emocionais, é também nestes momentos que as crianças conhecem e encontram os seus amigos e têm a oportunidade de interagir e brincar com os seus pares (Blatchford & Sharp, 1994). Para as crianças o recreio representa uma parte única do seu dia na escola, pois é um dos poucos momentos onde está presente a espontânea interação entre pares o que não acontece, por exemplo, dentro da sala de aula (Pellegrini, 1995).

As aquisições feitas pelas crianças nos recreios e através dos jogos podem ser extremamente relevantes, uma vez que, o que elas aprendem durante a realização dos jogos está diretamente relacionado com as suas relações de amizade e o contexto social escolar e familiar e, certamente,

algumas competências físicas e cognitivas podem ser exercitadas e desenvolvidas através dos jogos (Smith, 1994).

O género é construído através das interações sociais diárias e um dos locais onde esse processo é particularmente intrigante é o recreio das escolas do 1º ciclo. Para a criança o recreio escolar é o seu mundo durante 30 minutos, onde se pode juntar com outras crianças da escola e com elas interagir, regressando, passado esse tempo ao seu mundo dentro da sala de aula e separando-se dos restantes (Boyle, et al., 2003).

Na sua forma mais pura, o jogo é alegria, espontaneidade e despreocupação.

No entanto, também podemos assistir no recreio a episódios de agressão, algumas ligações de amizade e luta pelo poder e as interações giram à volta destas emoções: alegria, divertimento, fúria, frustração, embaraço, rejeição e medo. O tempo de recreio longe da sala de aula permite à criança, liberdade de escolha e a oportunidade de desenvolver a sua capacidade de socializar num mundo menos dirigido pelo adulto. Aqui as crianças envolvem-se profundamente na construção do seu mundo social, onde alguns adultos, também, desempenham o seu papel (Boyle, et al., 2003).

Podemos então concluir que é necessário criar oportunidades para que as crianças interajam com os seus pares e com isso poderemos observar diferentes formas de jogo (Leong & Bodrova, 2005)

O estudo foi realizado para resolver o seguinte problema: Qual a importância do recreio da escola para as crianças que frequentam o 1º ciclo do ensino básico? Para tanto, os objetivos foram verificar qual a importância do tempo de recreio escolar para a criança; conhecer os motivos para a satisfação ou insatisfação das crianças em relação ao tempo de recreio na escola; perceber se o tempo de recreio na escola é suficiente para as crianças; identificar de que forma as crianças se distribuem pelos diferentes espaços de recreio.

## Metodologia

No sentido de concretizar os objetivos para *resolver* o problema do estudo, foram adotadas opções metodológicas que assentam na base da

investig  
por que  
sino bás  
fechada  
no senti  
escolare  
informa  
tas nos p  
importa  
vações al  
diversos  
crianças  
Fo  
ção do e  
Geral de  
nº 02133  
pertence  
professor  
educação  
que iriam  
Fiz  
de uma e  
nos 86 er  
e os 10 an  
Os  
e voltaran  
numa esc  
Em  
escola, ini  
assem à p  
creio e, po  
semana, te  
de recreio  
novembro

investigação qualitativa. Para a recolha de dados, foi aplicado um inquérito por questionário sobre práticas e interações nos recreios do 1º ciclo do ensino básico. Para o estudo em questão, foram consideradas duas questões fechadas e três questões abertas que integravam o referido questionário, no sentido de ter em conta as perspetivas das crianças sobre os recreios escolares, já que, são as próprias crianças que melhor nos podem fornecer informações sobre as suas perspetivas, ações e atitudes, uma vez que estas nos providenciam respostas fiáveis, quando questionadas sobre aspetos importantes para as suas vidas (Scott, 2005). Foram ainda efetuadas observações através de filmagens para identificar a distribuição dos alunos pelos diversos espaços de recreio e verificar quais as atividades realizadas pelas crianças nesses espaços.

Foram efetuados os devidos pedidos de autorização para a aplicação do estudo, questionário e filmagens no recreio, primeiro à Direção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular (DGIDC - inquérito nº 0213300001), seguindo-se o pedido ao agrupamento de escolas ao qual pertence a escola selecionada para o estudo e posteriormente, através dos professores titulares de turma solicitamos autorização aos encarregados de educação. Ainda, os alunos autorizados foram informados sobre o estudo que iríamos fazer e solicitamos a sua colaboração.

Fizeram parte do estudo 161 alunos do 1º ao 4º ano de escolaridade de uma escola do 1º ciclo do ensino básico da cidade de Braga. Destes alunos 86 eram rapazes e 75 raparigas, com idades compreendidas entre os 6 e os 10 anos de idade.

Os questionários foram aplicados no 1º período escolar (novembro) e voltaram a ser aplicados no 3º período (junho) do ano letivo 2011/2012 numa escola do 1º ciclo do ensino básico do centro da cidade de Braga.

Em relação às observações, foram efetuadas filmagens no recreio da escola, inicialmente durante uma semana, para que os alunos se habituassem à presença da câmara de filmar e da investigadora no espaço de recreio e, posteriormente, foram filmados 5 espaços de recreio durante uma semana, tendo sido filmado cada espaço durante 20 minutos (tempo total de recreio da parte da manhã). As filmagens decorreram durante o mês de novembro de 2011, antes da aplicação dos questionários.

É importante que os observadores minimizem a sua influência ao integrarem-se nos ambientes naturais das crianças antes da concretização efetiva do estudo, assim, quanto melhor as crianças se adaptarem à presença dos observadores, menores são as probabilidades de que alterem o seu comportamento de forma significativa perante a sua presença (Schaffer, 1993).

O material da análise de conteúdo são cinco questões incluídas no questionário efetuado pelos participantes no estudo e as filmagens. Na análise ao conteúdo dessas questões, emergiram categorias e subcategorias (Bardin, 1977). As categorias que advieram dos dados descritivos recolhidos tornaram-se um meio precioso para os classificar. Podemos designá-las de categorias de codificação, uma vez que emergiram, a partir de palavras ou frases padrões presentes nos dados obtidos (Bogdan & Biklen, 2003).

Foram analisadas 5 questões sobre os recreios escolares resultantes do questionário que foi aplicado aos alunos participantes no estudo. Depois de analisadas, deram origem a 2 categorias e 2 subcategorias, aplicáveis a toda a informação recolhida nas referidas questões que se demonstraram bastante úteis ao nível das inferências (Bardin, 1977).

As categorias e subcategorias emergentes da análise de dados dos alunos participantes encontram-se dispostas no Quadro 1.

**Quadro 1:** Perspectivas dos participantes em relação ao recreio escolar

Categorias	Subcategorias
Importância do tempo de recreio na escola para a criança	Satisfação/ insatisfação das crianças pelo tempo de recreio na escola
	Adequação do tempo de recreio escolar para as crianças
Apropriação dos espaços de recreio pelas crianças	

## Apresentação e Discussão dos Resultados

Nesta parte do trabalho são analisadas as respostas dadas às questões efetuadas sobre o recreio escolar e as filmagens efetuadas no recreio. Na apresentação e discussão dos dados fomos colocando algumas questões que nos foram surgindo à medida que os dados foram interpretados.

A apresentação dos resultados está organizada de acordo com as categorias e subcategorias apresentadas no Quadro 1.

### 1. Importância do tempo de recreio na escola para as crianças

Esta categoria foi dividida em duas subcategorias, relacionadas entre si, e com a importância que o tempo de recreio tem na vida das crianças na escola.

#### 1.1. Satisfação/ insatisfação das crianças pelo tempo de recreio na escola

No sentido de melhor clarificar, posteriormente, esta subcategoria apresentamos inicialmente a distribuição dos alunos (frequências) relacionando o gênero e o gosto pelo recreio (Quadro 2). Da análise desta subcategoria emergiram cinco motivos pelos quais as crianças gostam do tempo de recreio (Quadro 3) e 3 motivos pelos quais as crianças não gostam do tempo de recreio (Quadro 4).

Quadro 2: Gosto pelo recreio

Gosto pelo recreio	Frequências			
	1ª fase - novembro		2ª fase - junho	
	rapaz	rapariga	rapaz	rapariga
Sim	84	74	70	65
Não	1	0	14	10
<b>Total</b>	<b>85</b>	<b>74</b>	<b>84</b>	<b>75</b>
	<b>160</b>		<b>159</b>	

Podemos verificar através do Quadro 2 que os alunos gostam de facto do tempo de recreio na escola, pois a maioria respondeu afirmativamente a esta questão e na 1ª fase apenas 1 aluno disse não gostar do tempo de recreio. Na 2ª fase as respostas negativas aumentaram substancialmente, será que as crianças ficam cansadas daquele espaço onde brincam todos os dias?

Quadro 3: Motivos pelos quais as crianças gostam do recreio

Porque gostam do tempo de recreio	Frequências	
	1ª fase - novembro	2ª fase - junho
Espaço e tempo de brincadeira	64	35
Conviver e brincar com os amigos	59	32
Tempo de diversão	17	29
Tempo de descontração e descanso	9	16
Tempo livre	9	8
<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>120</b>

Analisando os motivos pelos quais as crianças gostam do tempo de recreio (Quadro 3), podemos constatar que é pelo facto de poderem brincar que mais as faz gostar do tempo de recreio na escola. No sentido de ilustrar melhor os sentimentos destas crianças em relação a este período de tempo na escola, apresentamos algumas das respostas mais frequentes, como a da Nídia (8 anos) que gosta do recreio porque “posso brincar”, a Márcia e o Artur (6 anos) afirmam “gosto de brincar” e ainda o Gaspar, a Violeta e o Rui (9 anos) gostam do tempo de recreio “para jogar vários jogos”. Ainda obtivemos respostas menos comuns como a da Juliana (7 anos) que atesta que “as crianças precisam de brincar” e ainda a Íris que justifica que “temos espaço para brincar”. O segundo motivo que mais motiva os alunos para gostarem do recreio são as interações com os seus pares (conviver e brincar com os amigos), obtivemos bastantes respostas como a da Soraia e da Rita (9 anos) que dizem gostar do recreio “para brincar e conversar com as minhas amigas”, ou como a do Xavier e do Simão (7 anos) “para brincar com os meus amigos”.

Em relação ao motivo tempo de diversão, as respostas mais comuns foram “é divertido” Rodrigo e do Bruno (9 anos) e “é fixe” Francisca e Joel (7 e 8 anos respetivamente), ainda a Catarina (8 anos) afirma que “é o tempo de diversão e de brincadeira”.

Relativamente ao motivo tempo de descontração e descanso, o Filipe (8 anos) afirma que “gosto de estar ao ar livre” e o Júlio (8 anos) declara que gosta desse tempo “para descansar a cabeça”. Quanto ao motivo tempo livre, a Ana (8 anos) e a Inês (6 anos) dizem que gostam do tempo de recreio, pois “estamos livres” e a Liliana (8 anos) afirma que “é o único tempo livre para brincar na escola”.

**Quadro 4:** Motivos pelos quais as crianças não gostam do tempo de recreio

Porque não gostam do tempo de recreio	Frequências	
	1ª fase - novembro	2ª fase - junho
Pouco tempo	1	13
Insegurança		3
Isolamento		2
Gosto pelas aulas		5
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>23</b>

Atenc  
apresenta u  
escola, este  
car pela sua  
obtivemos  
destes alun  
como afirm  
“Acho que é  
acabar as b  
quais as cri  
afirma que  
afirmam “nã  
tar mais das  
nas aulas de  
anos) ou “g  
Paulo (7 an

Impor  
creio para a  
momento de  
camente toc  
tempo de re  
tamento e a  
lhes foi expli

Atravé  
observada n  
com os amiç  
cansar, a lan  
também que  
escolar em d  
quando esse  
na mão para  
engraçadas c  
Foram  
isolamento p

Atendendo ao Quadro 4, verificamos que na 1ª fase, apenas 1 aluno apresenta um motivo para justificar que não gosta do tempo de recreio na escola, este aluno considera esse tempo insuficiente, como podemos verificar pela sua afirmação “porque é pouco tempo” (João, 8 anos). Já na 2ª fase obtivemos um maior número de respostas negativas (24), sendo que, 13 destes alunos não gostam pelo mesmo motivo apresentado anteriormente, como afirma a Vera (9 anos) “Devia ser mais tempo”, o Manuel (8 anos) “Acho que é pouco tempo” ou ainda o José (9 anos) “não temos tempo para acabar as brincadeiras”. Foram ainda apresentados outros motivos pelos quais as crianças não gostam do recreio, como o do Miguel (6 anos) que afirma que no recreio “batem-me” ou o da Sofia e do Pedro (7 anos) que afirmam “não tenho com quem brincar”, ainda 5 alunos mencionaram gostar mais das aulas do que do recreio ao afirmar que “gosto mais de trabalhar nas aulas do que brincar” como referem a Filipa, a Manuela e a Gilda (6 anos) ou “gosto mais de aprender” como nos indica o Rafael (8 anos) e o Paulo (7 anos).

Importa salientar que é indiscutível a importância do tempo de recreio para as crianças do 1º ciclo do ensino básico e a satisfação que este momento do seu dia na escola lhes traz. Como pudemos verificar, praticamente todos os alunos salientaram os motivos pelos quais gostam do tempo de recreio e para além disso, foi notória a sua expressão de contentamento e a boa vontade com que preencheram os questionários quando lhes foi explicado o assunto que ia ser tratado.

Através da análise das filmagens, é de referir a expressão de satisfação observada nos alunos durante o tempo de recreio, o tempo em que estão com os amigos, a brincar, a correr, a passear e conversar, sentados a descansar, a lanchar ou ainda a preparar uma partida a alguém. Observamos também que muitos alunos aguardam ansiosos na fila para sair do edifício escolar em direção àquele que é o seu tempo e o seu espaço, o recreio, e quando esse momento acontece, saem porta fora a correr com o lanche na mão para parte incerta, com gritos, sorrisos ou com expressões faciais engraçadas como se estivessem a festejar a sua “liberdade”.

Foram também identificados alguns sentimentos de insegurança e isolamento por parte de alguns alunos, o que os leva a não sentir qualquer

satisfação durante este período de tempo. Através das observações facilmente identificamos os alunos que parecem não se enquadrar no cenário de recreio acima descrito, observamos alguns alunos sozinhos, sem rumo, de mãos nos bolsos, que por vezes tentam entrar nas brincadeiras de outros e são rejeitados.

O seu olhar triste e distante faz repensar o tempo de recreio. O que faz falta para que todos sejam felizes nesse espaço? Poderão os adultos representar um papel importante para esta união e harmonia?

## Adequação do Tempo de Recreio Escolar para as Crianças

Para respondermos a esta subcategoria, analisamos a questão “Gostavas de ter mais tempo de recreio na escola?”.

De acordo com as respostas obtidas nesta questão, apresentamos inicialmente a distribuição dos alunos (frequências) relacionando o género e o quererem ou não mais tempo de recreio (Quadro 5). Posteriormente, salientamos 5 razões que levam os alunos a afirmar que gostariam de ter mais tempo de recreio (Quadro 6) e também 2 razões pelas quais alguns alunos não querem mais tempo de recreio (Quadro 7).

**Quadro 5:** Gostavas de ter mais tempo de recreio na escola?

Mais tempo de recreio	Frequências			
	1ª fase - novembro		2ª fase - junho	
	rapaz	rapariga	rapaz	rapariga
Sim	71	58	60	46
Não	15	17	25	28
	<b>86</b>	<b>75</b>	<b>85</b>	<b>74</b>
<b>Total</b>	<b>161</b>		<b>159</b>	

Podemos verificar através do Quadro 5 que, a maioria dos rapazes e das raparigas gostariam de ter mais tempo de recreio na escola tanto na 1ª como na 2ª fase, apesar de nesta última ter havido menos alunos a indicar que gostariam de ter mais tempo de recreio. Esta constatação poderá indicar que ao longo do ano letivo, os alunos, vão-se adaptando ao tempo de

recreio que  
simplesme  
as suas ativ

**Quadro 6:**

Mais tempo
Mais tempo
Tempo de re
Tempo de de
Tempo de co
<b>Total</b>

É int  
tal como r  
os alunos  
afirmações  
recreio na  
João Pedro  
tempo par  
cansar” e a  
anos), da F  
de ter mais

Poste  
te é insufic  
mar esta co  
de recreio,  
(8 anos) qu  
do Pedro (

A ter  
recreio é pe  
a Ju (7 anos  
que gostari  
e de brinc  
gostariam

recreio que têm e organizam as suas atividades de acordo com o mesmo, ou simplesmente tomaram consciência de que esse tempo já é suficiente para as suas atividades no recreio.

**Quadro 6:** Porquê mais tempo de recreio?

Mais tempo de recreio	Frequências	
	1ª fase - novembro	2ª fase - junho
Mais tempo para brincar	77	50
Tempo de recreio insuficiente	13	21
Tempo de descanso e diversão	15	17
Tempo de convívio e brincadeira	12	12
<b>Total</b>	<b>158</b>	<b>120</b>

É interessante verificar que o facto de poderem brincar no recreio, tal como na subcategoria anterior, é também a razão principal pela qual os alunos gostariam de ter mais tempo de recreio, apresentamos algumas afirmações dos alunos que por esta razão gostariam de ter mais tempo de recreio na escola: a resposta mais comum foi como a da Cátia (6 anos), do João Pedro (8 anos), do Flávio e da Sílvia (9 anos) que gostariam de “mais tempo para brincar”; a Ana (8 anos) diz que seria “para brincar até me cansar” e ainda obtivemos bastantes respostas semelhantes à do Ricardo (9 anos), da Rute (6 anos) e do Emanuel (7 anos) que referem que gostariam de ter mais tempo de recreio para “brincar mais”.

Posteriormente, os alunos reclamam que o tempo de recreio existente é insuficiente, sendo que na 2ª fase há um maior número de alunos a afirmar esta como a razão principal para o facto de quererem ter mais tempo de recreio, tendo justificado a sua resposta com frases como a da Mariana (8 anos) que refere que “o recreio da tarde é muito pequeno” ou a da Gina e do Pedro (7 anos) que atestam que “temos pouco tempo de recreio.

A terceira razão pela qual os alunos gostariam de ter mais tempo de recreio é pelo facto de poderem descansar e divertir-se mais como afirmam a Ju (7 anos) e a Gi (9 anos) “o recreio é divertido” ou ainda o Alex (8 anos) que gostaria de “descansar mais” durante esse tempo. O tempo de convívio e de brincadeira é também uma das razões apontadas pelos alunos que gostariam de ter mais tempo de recreio “para estar com os amigos” como

afirmam o Gustavo, o Hélder (9 anos) e a Anita (8 anos) e ainda o Lucas, a Raquel e a Sara (8 anos) que querem mais tempo de recreio “para brincar com os amigos”.

**Quadro 7:** Duração do tempo de recreio?

Não mais tempo de recreio	Frequências	
	1ª fase – novembro	2ª fase – junho
Tempo suficiente	11	27
Importância das aulas	17	22
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>49</b>

Podemos afirmar que os alunos da 1ª fase para a 2ª fase alteraram o seu pensamento e vontade quanto ao facto de não quererem mais tempo de recreio, pois aumentou o número de alunos que refere que não a esta questão, apresentando os seguintes argumentos para o facto do tempo de recreio existente já ser suficiente: “já chega o tempo que temos” (Lisa, 8 anos) e o Roberto (9 anos), o Rúben (7 anos) declaram que “o tempo que temos já é suficiente” e ainda a Matilde (8 anos) diz que “acho que já é muito tempo”.

Outros alunos referem a importância das aulas como principal razão de não quererem mais tempo de recreio, tal como nos indicam a Soraia (6 anos) e o Vasco (8 anos) “também gosto de trabalhar”, o Rafael (8 anos) afirma que “estou a perder tempo a brincar em vez de aprender” e o Paulo (7 anos) diz que “assim ficávamos com menos tempo para aprender”.

A maioria dos alunos reclama por mais tempo de recreio na escola. O que é facto é que estes alunos têm 20 minutos de recreio (parte da manhã) e 10 minutos (parte da tarde), ou seja 30 minutos de tempo de recreio no total do seu dia de aulas. Será este o tempo ideal para as crianças do 1º ciclo poderem descarregar todas as suas energias, fazerem as suas brincadeiras e jogos livremente, interagirem com os seus pares e descansar das suas 7 horas de aulas e atividades extra curriculares orientadas por dia?

## Apropriação dos Espaços de Recreio pelas Crianças

Esta categoria sobre a apropriação dos espaços de recreio por parte das crianças, foi analisada através das filmagens realizadas no recreio

e também através das respostas dos alunos à questão “Qual o espaço de recreio que mais utilizas para as tuas atividades?” apresentamos no Quadro 8 as perspectivas das crianças em relação à sua ocupação dos espaços de recreio, seguindo-se a análise do mesmo juntamente com os dados obtidos através da análise das filmagens. Ainda analisamos neste ponto as atividades que as crianças realizam em cada espaço identificado, de acordo com a informação recolhida através das filmagens.

**Quadro 8:** Ocupação dos espaços de recreio pelas crianças

Espaço de recreio	1º ano		2º ano		3º ano		4º ano		Total	
	♂	♀	♂	♀	♂	♀	♂	♀	♂	♀
Campo de jogos	11	9	13	10	16	11	21	8	61	38
Atrás da escola	0	0	0	0	1	0	1	7	2	7
À frente da escola	1	5	1	1	0	3	0	1	2	10
Espaço natural	5	2	2	4	3	1	0	0	10	7
Portão de trás	3	6	4	1	1	0	0	0	8	10

Analisando o Quadro 8, podemos verificar que o campo de jogos é sem dúvida o espaço onde mais crianças dizem fazer as suas atividades, sendo que os que mais o frequentam são os rapazes do 4º ano e as raparigas do mesmo ano são as que menos dizem usar este espaço para as suas atividades. Podemos aqui salientar o facto de o campo de jogos da escola onde foi efetuado o estudo ser um campo de jogos com diferentes áreas potenciadoras de diversos jogos e brincadeiras nas crianças (o campo tem as marcações para vários jogos desportivos, apesar de no recreio, os alunos só jogarem futebol, à volta das marcações do campo há bastante espaço onde alguns alunos fazem outros jogos, por trás de uma das balizas existe uma bancada a toda a largura do campo com 5 degraus, ao lado existe uma rampa que vai até ao cimo da bancada e aqui encontramos ainda um espaço em terra onde alguns alunos brincam com carrinhos, ou jogam futebol. Do lado oposto fica o portão secundário da escola. Todo o campo e os espaços mencionados encontram-se ladeados por uma grade de ferro alta).

Através das filmagens pudemos observar que o campo de jogos é um espaço para variados jogos e brincadeiras: assistimos a crianças, na sua maioria rapazes, a jogar futebol e no meio do campo onde decorria o jogo

apareciam rapazes e raparigas que brincavam às caçadinhas, ou crianças que durante o jogo, enquanto esperavam que a bola fosse repostada no campo, faziam jogos de lutas; as balizas eram um local de muitas brincadeiras, principalmente das meninas que se divertiam pendurando-se nelas, ou como se estivessem a jogar ao elástico, saltavam no ferro da baliza que se encontrava junto ao chão e ainda alguns meninos que passavam por entre os ferros da baliza o mais rápido possível. A rampa da bancada também servia para as meninas fazerem corridas até ao cimo, descendo depois pela bancada. Na bancada observamos rapazes a jogar às cartas, raparigas sentadas a conversar e outros divertiam-se a subir e descer a bancada. Ainda assistimos a rapazes e raparigas a saltar à corda neste espaço. Este é de facto o local onde é notória a diversidade de jogos e tanto rapazes como raparigas brincam neste espaço, sendo também o local onde se verificam atividades realizadas por alunos de todos os anos de escolaridade. De referir que este é também o espaço que levanta mais discórdia entre os alunos e por isso as professoras determinaram um dia por semana para cada ano ocupar o campo de futebol (apenas a zona de jogo), sendo que só o 4º ano pode jogar futebol 2 vezes por semana.

A parte de trás do edifício escolar é sem dúvida o local de encontro e de jogo das raparigas mais velhas, foi neste espaço onde as observamos a conversar e a realizar jogos estruturados de saltos à corda em grupos de 2 e também em grupos de 5 e 6 elementos. Alguns rapazes do 3º e 4º anos também brincavam neste espaço, principalmente às caçadinhas e às lutas.

A parte da frente do edifício escolar é o local preferido pelos mais novos, neste espaço existem 3 jogos desenhados no chão e, são, principalmente, as meninas do 1º e 2º anos que fazem fila para jogarem nesses espaços. Na entrada da escola algumas meninas das mesmas idades saltavam à corda e rapazes e raparigas faziam, também neste espaço, corridas, uma vez que a entrada da escola é um corredor estreito que as crianças utilizavam, essencialmente para corridas de velocidade. Junto à porta de entrada do edifício escolar o chão em tijoleira facilita jogos de lutas para os mais novos que se divertem a deslizar e a rebolar nesse espaço.

No espaço natural passeiam os mais velhos e fazem atividades de corrida, caçadinhas e escondidas os mais novos. De acordo com o Quadro 8

as crianças do 4º ano nunca mencionam este espaço como o local onde realizam as suas atividades, no entanto verificamos que muitas meninas do 3º e 4º anos conversam e encontram-se neste espaço.

O portão secundário da escola (portão de trás) é um local um pouco sombrio onde algumas crianças tentam trepar o portão e brincar às apalhadinhas e escondidas. Este é o único espaço que na 1ª fase foi mencionado por 16 crianças e que na 2ª fase apenas 3 o mencionaram. Foi o único local que teve alteração nesse aspeto, todos os outros mantiveram os números apresentados no Quadro 8 e por isso não achamos relevantes colocar as frequências da 2ª fase quanto a esta categoria.

É muito interessante verificar que as perspetivas das crianças em relação à ocupação dos espaços para as suas atividades, coincidiu com a informação que obtivemos através das filmagens. As crianças ocupam os espaços de recreio de forma harmoniosa, de acordo com a faixa etária e o género podemos quase que deliberar que determinados espaços pertencem a determinados grupos.

## Conclusões

Com a informação e conhecimento obtidos após o desenvolvimento deste estudo, pretendemos nesta parte efetuar as conclusões de cada um dos objetivos a que nos propusemos esclarecer inicialmente.

É indubitável o valor que o tempo de recreio na escola tem para a criança, o jogo e a brincadeira são parte integrante das suas vidas e é necessária a criação de condições e oportunidades para que estes aspetos sejam explorados pelas crianças, dotadas de imaginação e sempre dispostas à exploração de novos ambientes, materiais e jogos.

Identificamos cinco motivos que levam as crianças a gostar do tempo de recreio na escola, o facto de poderem fazer o que mais gostam, que é brincar, é o principal motivo pela sua satisfação durante esse tempo na escola. O segundo motivo apresentado foi o convívio e a brincadeira com os amigos. No espaço de recreio as crianças envolvem-se profundamente na construção do seu mundo social, para as crianças o recreio representa uma

parte única do seu dia na escola, este é um dos poucos momentos onde está presente a espontânea interação entre pares.

O descanso e o divertimento são também aspetos importantes para os alunos durante o recreio e este tempo de recreio representa ainda o tempo livre e o tempo onde se sentem livres na escola. O tempo de recreio longe da sala de aula permite à criança, liberdade de escolha e a oportunidade de desenvolver a sua capacidade de socializar num mundo menos dirigido pelo adulto, é durante esse tempo quase único no seu dia em que se pode manifestar livremente.

O espaço de recreio serve também para as crianças desenvolverem estratégias no sentido de resolver e evitar conflitos, pois para muitas crianças, este é um tempo para alguma ansiedade onde podem experienciar situações menos agradáveis e às quais, por vezes, não conseguem dar resposta. Não são muitas as crianças deste estudo, insatisfeitas com o tempo de recreio na escola por terem experienciado situações de isolamento, rejeição e agressões, no entanto, é necessário atuar, no sentido de melhorar o ambiente vivido nesse espaço que é de todos e onde todos se devem sentir satisfeitos e felizes.

Concluimos nesta parte que o tempo de recreio na escola onde foi efetuado o estudo é pouco para as crianças, uma vez que na sua maioria gostariam de ter mais tempo de recreio, reclamando por mais tempo para brincar, para interagir com os seus pares e ainda para descansar e divertir-se.

Um maior tempo de recreio para as crianças na escola pode traduzir-se num melhor aproveitamento dentro da sala de aula, ao nível da aprendizagem, mas principalmente ao nível do seu comportamento, uma vez que “saciada” a sua necessidade de movimento, de brincadeira, de convívio e de descanso longe da sala de aula e das imposições dos adultos, os alunos poderão encarar com mais positivismo e satisfação a sala de aula.

Torna-se necessário conhecer melhor os locais onde a criança brinca e joga para obtermos informações sobre as oportunidades que estes locais podem trazer para a promoção do jogo livre e da consequente atividade física nas crianças.

As crianças ocupam os espaços de recreio de uma forma tão natural e espontânea que parece que foi tudo muito bem organizado e, no entanto,

estes espaços são ocupados de forma aleatória aos olhos dos adultos, mas de uma forma lógica para as crianças que brincam nesses espaços e deles se apropriam sem questionar. Neste estudo, as crianças mais novas ocupam, preferencialmente os espaços em frente ao edifício escolar, onde estão os jogos desenhados no chão, preferidos pelas meninas do 1º e 2º anos, têm também um espaço amplo que, tanto os rapazes como as raparigas dessa faixa etária, utilizam para as suas corridas e o facto da entrada para a escola ter um piso deslizante faz com que aí os rapazes mais novos se deem no chão e façam os seus jogos de luta. É também neste espaço onde se encontra, normalmente a auxiliar de ação educativa o que pode transmitir uma certa segurança às crianças mais novas. Já os rapazes do 3º e 4º anos utilizam maioritariamente o campo de jogos para as suas brincadeiras e jogos. As raparigas desta faixa etária utilizam a parte de trás do edifício escolar preferencialmente, este é um local mais sossegado onde podem conversar, passear e saltar à corda ou às caçadinhas.

É ainda de realçar o facto de o espaço em cimento perto do portão secundário da escola, é o único espaço onde poucos alunos brincam, isto deve-se ao facto de este espaço ser pouco atrativo para as crianças, uma vez que os espaços em cimento parecem abandonados e vazios, principalmente, pela falta de cor. É necessário que os espaços sejam pensados na ótica da criança e não do adulto, é necessário dar voz às crianças para que ajudem a pensar o seu espaço de recreio. No recreio onde decorreu este estudo não havia qualquer equipamento fixo e apenas uma bola para o campo de jogos era facultada aos alunos para desenvolverem as suas atividades. É necessário variar os equipamentos de forma a estimular diferentes faixas etárias e diferentes movimentos.

## Referências Bibliográficas

BLATCHFORD, P. Research on children's school playground behaviour in the United Kingdom. In P. Blatchford & S. Sharp (Eds.), *Breaktime and the school: understanding and changing playground behaviour* (pp. 16-35). London: Routledge., 1994.

Blatchford, P. (Ed.). *Social life in school: pupils experience of breaktime and recess from 7 to 16 years*. London: Falmer Press, 1998.

Blatchford, P., & Sharp, S. Why understand and why change school breaktime behavior? In P. Blatchford & S. Sharp (Eds.), *Breaktime and the school: understanding and changing playground behavior*. London: Routledge, 1994.

Boyle, E., Marshall, N., & Robeson, W. Gender at Play. *American Behavioral Scientist*, 46(10), 1326-1345, 2003.

Bulut, Z., & Yilmaz, S. Permaculture Playgrounds as a New Design Approach for Sustainable Society. *International Journal of Natural and Engineering Sciences*, 2, 35-40, 2008.

Casey, T. (Ed.). *Inclusive play: practical strategies for children from birth to eight* (2<sup>a</sup> ed.). London: Sage, 2010.

Colabianchi, N., Kinsella, A. E., & Coulton, C. J. Shirley M. Utilization and physical activity levels at renovated and unrenovated school playgrounds. *Preventive Medicine*, 48, 140-143, 2009.

El-Kadi, A. E.-W. M. A., & Fanny, M. A. Architectural designs and thermal performances. *Applied Energy*, 76, 289-303, 2003.

Gordon, D. M. Toward a Safer Playground. *DAY CARE AND EARLY EDUCATION*, 1981.

Harten, N., Olds, T., & Dollman, J. The effects of gender, motor skills and play area on the free play activities of 8-11 year old school children. *Health & Place*, 14(8), 2008.

Jambor, T. *Playground needs of children, and safety: an issue in conflict*. Paper presented at the 11th International Association for the Child's Right to Play (IPA) World Conference, 1990.

Leong, D., & Bodrova, E. Why children need play! *Scholastic Parent & Child*, 37. Loucaides, C. A., Jago, 2005.

R., & Charalambous, I. Promoting physical activity during school break times: Piloting a simple. *Preventive Medicine*, 48, 332-334, 2009.

Marques, A. R. O jogo de atividade nos recreios escolares. In I. Condessa, B. Pereira & G. Carvalho (Eds.), *Atividade Física, Saúde e Lazer. Educar e Formar* (pp. 81-91). Braga: CIEC (Centro de Estudos da Criança), Instituto de Educação, Universidade do Minho, 2012.

Miller, M. The importance of recess. *Harvard Mental Health Letter*, 8, 2009.

Neto, C. Actividade física da criança e do jovem e independência de mobilidade no meio urbano. In B. Pereira & G. Carvalho (Eds.), *Actividade física saúde e lazer: modelos de análise e intervenção* (pp. 15-34). Porto: LIDEL, 2008.

Opie, I., & Opie, P. *Children's games in street and playground*. London: Oxford University Press, 1969.

Pellegrini, A. D. (Ed.). *School recess and playground behavior: educational and developmental roles*. Albany: State University of New York, 1995.

Pereira, B. Juegos e juguetes en los recreos de las escuelas de Portugal. In J. C. López (Ed.), *Lapedagogia del ocio: nuevos desafios*. Lugo: Editorial Axac, 2009.

Pereira, B., & Neto, C. A infância e as práticas lúdicas. In M. Pinto & M. Sarmiento (Eds.), *As crianças: contextos e identidades*. Braga: Centro de Estudos da Criança, Universidade do Minho, 1997.

Pereira, M. B. *Para uma escola sem violência* (2ª ed.). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian e Ministério da Ciência e Tecnologia (MCT), 2008.

Prellwitz, M., & Skär, L. Usability of playgrounds for children with different abilities. *Occup. Ther. Int.*, 14(3), 144-155, 2007.

Ross, C., & Ryan, A. Changing playground society a whole-school approach. In P. Blatchford & S. Sharp (Eds.), *Breaktime and the school* (pp. 172-185). London: Routledge, 1994.

Schaffer, D. R. *Developmental Psychology*. Pacific Grove: CA: Brooks/ Cole, 1993.

Scott, J. Crianças enquanto inquiridas. O desafio dos métodos quantitativos. In P. J. Christensen & A. James (Eds.), *Investigação com crianças: perspectivas e práticas* (pp. 97-121). Porto: Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti, 2005.

Sluckin, A. *Growing up in the playground: the social development of children*. London: Routledge & Kegan Paul, 1981.

Smith, P. K. What children learn from playtime, and what adults can learn from it. In P. Blatchford & S. Sharp (Eds.), *Breaktime and the school: understanding and changing playground behaviour* (pp. 36-48). London: Routledge, 1994.

Stellino, M., Sinclair, C., Partridge, J., & King, K. Differences in Children's Recess Physical Activity: Recess Activity of the Week Intervention. *Journal of School Health*, 80(9), 9, 2010.

Veitch, J., Bagley, S., Ball, K., & Salmon, J. Where do children usually play? A qualitative study of parents' perceptions of influences on children's active free-play. *Health & Place*, 12, 11, 2006.

Willenberg, L. J., Ashbolt, R., Holland, D., Gibbs, L., MacDougall, C., Garrard, J., et al. Increasing school playground physical activity: A mixed methods study combining environmental measures and children's perspectives. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 1-8, 2009a.

Willenberg, L. J., Ashbolt, R., Holland, D., Gibbs, L., MacDougall, C., Garrard, J., et al. Increasing school playground physical activity: A mixed methods study combining environmental measures and children's perspectives. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 1-8, 2009b.

Zask, A., Beurden, E. v., Barnett, L., Brooks, L. O., & Dietrich, U. C. Active School Playgrounds-Myth or Reality? Results of the "Move It Groove It" Project. *Preventive Medicine*, 33, 402-408, 2001.

## Introdução

As crianças apresentam diferentes áreas de interesse e questões de saúde, mas se preocupam com muitas coisas e querem estar cada vez mais saudáveis.

<sup>1</sup> Universidade de Coimbra