

Hora do recreio é essencial para aprendizado escolar

Educação Física

Enviado por:

Postado em:09/02/2009

"Temos que entender que as crianças precisam de uma pausa", diz Barros. "Nossos cérebros podem se concentrar e prestar atenção durante 45 a 60 minutos, e com crianças esse tempo é ainda menor. Para que elas consigam adquirir todas as habilidades acadêmicas que queremos que aprendam, elas precisam de uma pausa para sair, liberar energia, brincar e ser sociais." Saiba mais...

Pesquisa foi feita com alunos da terceira série nos EUA. Dentre 11 mil jovens, os que tinham recreio iam melhor na escola. Crianças que se comportam mal na escola são muitas vezes punidas, sendo mantidas dentro da sala de aula durante o recreio. Porém, uma nova pesquisa mostra que o tempo livre ajuda a solucionar problemas comportamentais de dentro da classe. Pesquisadores da Escola de Medicina Albert Einstein revisaram dados sobre aproximadamente 11 mil alunos da terceira série, coletados em 2002, como parte de um grande estudo, financiado pelo Departamento de Educação dos Estados Unidos, para determinar como a estrutura familiar, escola, comunidade e fatores individuais afetavam o desempenho escolar. O estudo, publicado na semana passada no periódico médico "Pediatrics", descobriu que cerca de uma em cada três crianças tinha menos de 15 minutos de recreio diariamente — ou nem isso. Em comparação com crianças que participavam regularmente dos horários livres, as que ficavam presas tendiam a ser negras, vir de famílias de baixa renda e de menos instrução e a viver em grandes cidades. As crianças com pelo menos 15 minutos de recesso tinham melhores notas que as outras nas avaliações comportamentais dos professores. Romina M. Barros, pediatra e professora-assistente da Albert Einstein, diz que os dados foram importantes, pois muitas escolas novas estavam sendo construídas sem os espaços livres adequados para estudantes. "Temos que entender que as crianças precisam de uma pausa", diz Barros. "Nossos cérebros podem se concentrar e prestar atenção durante 45 a 60 minutos, e com crianças esse tempo é ainda menor. Para que elas consigam adquirir todas as habilidades acadêmicas que queremos que aprendam, elas precisam de uma pausa para sair, liberar energia, brincar e ser sociais." Fonte: Portal da Educação Física/G1