

## **PAUSA ATIVA NAS AULAS REGULARES NO ENSINO FUNDAMENTAL: O QUE EXISTE?**

FOLHARINI, L.R.; KISHIMOTO, S.T.; FERNANDES P.T.  
Faculdade de Educação Física – UNICAMP, Campinas-SP, Brasil.

**Introdução:** A atividade cognitiva e a qualidade de vida associadas à atividade física na infância são temas atuais e que merecem grande atenção. Na Europa, já existem algumas práticas dentro da escola que favorecem esses aspectos através da união dos estudos com atividades físicas, como a pausa ativa, que são pequenos intervalos entre as aulas durante os quais os alunos praticam algum tipo de atividade física. Porém, ainda não existem muitas pesquisas sobre os resultados e benefícios desta prática. **Objetivo:** Apresentar uma revisão bibliográfica sobre a utilização da pausa ativa nas aulas regulares no Ensino Fundamental. **Metodologia:** A pesquisa foi realizada através das seguintes bases de dados: Google Acadêmico e Scielo, no período de 2008 a 2015, com as seguintes palavras-chaves: pausa ativa escola, pausas ativas crianças, pausa ativa e cognição, pausa ativa e qualidade de vida, pausa ativa entre aulas, pausa ativa ensino fundamental. **Resultados:** Foram encontradas apenas citações sobre a pausa ativa ou alguma prática semelhante; não foram encontrados artigos científicos sobre o tema. Dois textos apresentaram menção a esta prática, uma entrevista com Jürgen Weineck publicada na revista eletrônica do curso de Educação Física da Universidade Católica de Brasília e o Relatório Eurydice sobre a Educação Física e o Desporto nas escolas na Europa. **Considerações Finais:** Mesmo com poucos estudos científicos sobre o tema, a pausa ativa pode ser um meio de favorecer a atividade cognitiva e a qualidade de vida. Neste contexto, é importante que comecem a ser realizadas pesquisas de campo sobre a influência desta prática sobre estes aspectos na infância.

**Palavras-Chaves:** Pausa ativa. Cognição. Atividade física. Qualidade de vida. Infância. Psicologia do Esporte.