



TRANSFORMANDO O INTERVALO EM ESPAÇO EDUCATIVO: IMPACTOS DO PROJETO INTERVALO ATIVO NO BEM-ESTAR E NAS RELAÇÕES ENTRE ALUNOS

Evelyn Karol Nascimento Gomes¹, Maria Cecília Bezerra Maia², Jarlâne Pereira Lima³, Maria Adailma Ferreira Mateus⁴, Samuel Pereira Guedes⁵

A fase da adolescência é marcada por intensas transformações físicas, cognitivas e emocional. Nessa fase, muitos jovens se mostram vulneráveis ao adoecimento mental principalmente quando expostos a situação de exclusão e uso excessivo de tecnologias, por isso, torna-se essencial repensar práticas escolares que favoreçam o bem-estar e convivência saudável. Nesse sentido, o projeto Intervalo Ativo foi desenvolvido como uma proposta educativa, preventiva e integradora, buscando transformar o intervalo escolar em momento de lazer, socialização e aprendizado. O trabalho teve como objetivo principal oferecer alternativas criativas e saudáveis ao uso constante do celular, fortalecendo vínculos entre os alunos e estimulando práticas coletivas, utilizando o intervalo escolar como espaço de socialização e lazer. Trata-se de um estudo de natureza qualitativa e descritiva que utilizou como instrumento de coleta de dados um formulário combinado de questões fechadas, em escala Likert de 4 pontos, e questões discursivas para capturar o impacto do projeto em uma escola da rede estadual de ensino, localizada na cidade de Juazeiro do Norte, Ceará. Os resultados quantitativos demonstraram um alto e consistente índice de aprovação do projeto por parte dos estudantes, com mais de 72% de concordância. Destaca-se a percepção de que o projeto tornou o intervalo "mais saudável, agradável e dinâmico" (80,8% de concordância) e que influencia positivamente o bem-estar emocional e o clima escolar (76,9%). Complementarmente, os dados qualitativos confirmaram que o sucesso do projeto reside na promoção de atividades lúdicas e interativas, como "Torta na Cara" e "Just Dance", que atuam como um efetivo mecanismo de substituição comportamental, desviando o foco do uso excessivo de celulares e promovendo a socialização e integração entre os alunos. Entre as principais mudanças percebidas na convivência entre os alunos, a redução da timidez, um clima escolar mais alegre e calmo e a diminuição do uso excessivo de celulares, se destacam. Conclui-se que o projeto Intervalo Ativo contribui de forma expressiva para o fortalecimento de uma cultura escolar mais

¹ EEMTI Dona Maria Amélia Bezerra, email: evelynkarol654@gmail.com

² EEMTI Dona Maria Amélia Bezerra, email: mariaceciliabezerramaia4@gmail.com

³ UFC Universidade Federal do Cariri, email: Lima.jarlane.p@gmail.com

⁴ URCA Universidade Regional do Cariri, email: maria.mateus@prof.ce.gov.br

⁵ IFCE Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará, email: sammuelguedesif@gmail.com

X SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA
XXVIII SEMANA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA URCA
10 a 14 de NOVENBRO de 2025

Tema: “UNIVERSIDADE E SOCIEDADE NA AGENDA 2030”



acolhedora, participativas e saudável, reafirmando a importância de práticas pedagógicas que integrem corpo, mente e emoção no cotidiano educativo.

Palavras-chave: Saúde mental. Escola. Convivência. Adolescência.