

Alegria

Alegria é a minha mãe.

Ela sorri o tempo todo.

Tem o cabelo que brilha como as estrelas.

Ela gosta de se arranjar e de se maquiar.

Ela faz-me cócegas e faz-me rir.

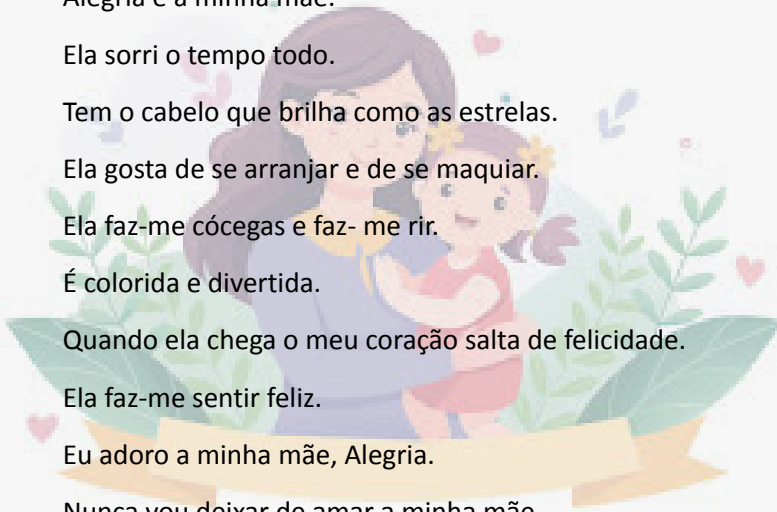
É colorida e divertida.

Quando ela chega o meu coração salta de felicidade.

Ela faz-me sentir feliz.

Eu adoro a minha mãe, Alegria.

Nunca vou deixar de amar a minha mãe.



João Miguel Moreira- 6ºD

Alegria

A alegria tem características físicas muito especiais,

Como o sorriso e os gestos.

A alegria é conhecida como sendo bondosa.

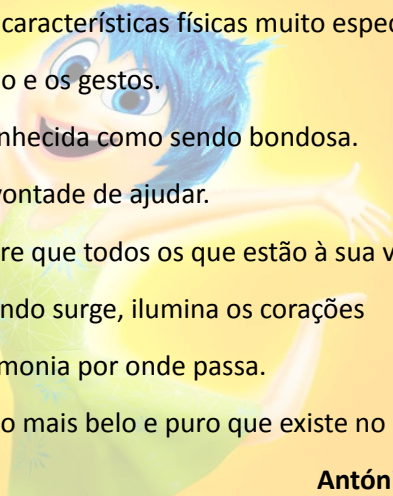
Tem sempre vontade de ajudar.

Procura sempre que todos os que estão à sua volta estejam bem.

A alegria, quando surge, ilumina os corações

E espalha harmonia por onde passa.

É o sentimento mais belo e puro que existe no mundo!



António 6ºD

Alegria

A Alegria é cheia de energia

E chega sempre com um grande sorriso contagiante no rosto. 😊

Tem os olhos brilhantes como o sol, irradiando de tal forma que faz brotar sorrisos de quem está por perto. ✨

Adora saltar, dançar e abraçar os amigos, como se cada momento fosse uma festa. 🦄
Quando está por perto, o coração bate mais depressa

E o corpo parece leve como uma pena. ❤️

A Alegria gosta de colorir o dia com pensamentos positivos. 🎨

Ela pensa que tudo pode correr bem e encontra sempre motivos para agradecer. 🌈

Nunca está parada, quer sempre brincar, cantar e descobrir coisas novas. 🎵

Por dentro, sente uma força incrível, que lhe dá vontade de ajudar e fazer os outros felizes. 💖

Mesmo quando as coisas ficam difíceis, a Alegria tenta ver o lado bonito de cada problema. 🌻

Ela é a amiga que nos lembra que sorrir faz o mundo ficar mais bonito! ☀️

Gonçalo Rodrigues 6º D

Alegria

Se a Alegria fosse uma pessoa,

teria sempre um sorriso no rosto e nos olhos.

Usaria roupas coloridas que transmitisse energias positivas e vida.

A alegria adoraria conversar e estaria sempre pronta para animar quem estivesse triste.

Seria confiante, otimista e generoso.

Onde ela estivesse, o ar seria mais doce e todos se sentiriam em paz.

No fundo, a alegria é como um sol que ilumina qualquer lugar.



Tomás Loureiro- 6ºD

A Alegria

Se fosse uma pessoa, teria cabelos verdes e olhos roxos e grandes. A sua pele seria amarela, brilhante como o sol, e a sua roupa seria um vestido ciano com pontos amarelos.

Andaria sempre com um sorriso no rosto, a correr e a saltar, cheia de energia.

Seria uma pessoa divertida, positiva e que nunca desistiria dos seus sonhos nem dos seus amigos.

Também estaria sempre pronta a ajudar quem estivesse triste, tentando animar com piadas ou brincadeiras.

Por fim, seria uma pessoa que todos gostariam de ter à sua beira, pois a sua alegria contagiante podia trazer paz e felicidade a todos.

Miguel Cardoso- 6ºD

Alegria

A alegria é alta e elegante, com braços muito compridos para dar abraços a quem precisar.

Os seus cabelos são loiros com cachos, os seus olhos são grandes, azul turquesa como uma praia paradisíaca e, no seu rosto, há imensas sardas.

A alegria é muito boa pessoa. É muito risonha, gosta de ver as pessoas felizes e adora ajudar quem precisa!

Como a alegria é muito bonita, as pessoas alegres também são mais bonitas e sorridentes.

É bom estar rodeado pela alegria porque eu não gosto de me sentir triste e também gosto de ver as outras pessoas bem.

Inês Carvalho 6º D

A Tristeza

Um dia, nasceu uma menina chamada tristeza. A sua pele era clara, cabelos azuis, olhos brilhantes e magra. Ela estava sempre triste, não falava com ninguém e nunca sorria.

Certo dia, a sua mãe pô-la numa escola. A Tristeza não gostou nada da ideia, mas teve de ir.

Na escola, andava sempre sozinha.

Um dia, uma menina chamada Alegria queria fazer amizade com ela, e... resultou.

A tristeza já não andava mais sozinha. Ao longo do tempo a Tristeza, foi vestindo roupas mais alegres, passou a não ter mais o cabelo azul e começou a sorrir.

Às vezes chorava, claro, mas passou a sorrir mais.

Inês Queirós- 6ºC

A Raiva

Se a Raiva fosse uma pessoa, teria um metro e oitenta, seria muito magrinha, velhinha e carequinha, com olhos sempre em brasa, como se guardassem um vulcão prestes a explodir.

A sua mente estaria em chamas, fervilhando de pensamentos de vingança e ressentimento, sempre à procura do momento perfeito para se vingar da Alegria, que um dia a traiu e a deixou naquele estado amargo.

No fundo, porém, a Raiva não é apenas fúria. Carrega dentro de si um coração partido, despedaçado por memórias de tempos felizes. Às vezes, quando ninguém está a ver, deixa escapar uma lágrima de tristeza, porque ainda sente falta da Alegria — afinal, foram as melhores amigas.

Mesmo assim, a Raiva não sabe perdoar. Qualquer pequeno gesto ou palavra é suficiente para a fazer arder outra vez, reacendendo o fogo que nunca se apaga completamente.

A Raiva vive presa entre o desejo de vingança e a dor da perda, sem perceber que, talvez, o que mais precisa é de ser ouvida e compreendida.

João Chang- 6ºC

Alegria

A alegria promove o bem-estar físico e emocional.

Quando nos sentimos alegres, o corpo relaxa e surge uma agradável sensação de leveza.

A mente enche-se de pensamentos positivos e o nosso comportamento transforma-se tornamo-nos mais disponíveis, gentis e com vontade de ajudar os outros.

Gabriela 6ºC

Alegria

A Alegria é a minha melhor amiga, porque está sempre comigo, quando jogo futebol, em casa ou na escola, sinto sempre a sua presença e fico verdadeiramente feliz.

Fisicamente, imagino a Alegria com olhos pequenos e expressivos, cabelo curto e moderno, e um estilo descontraído: usa calças largas, camisola comprida e sapatilhas da moda.

Em termos psicológicos, a Alegria é simpática, divertida e sempre bem-disposta.

No geral, considero que ela é bonita, fixe e muito amiga de toda a gente. Além disso, a Alegria é uma excelente desportista, joga muito bem futebol, basquetebol, voleibol, andebol, râguebi, ténis, futsal, escondidas e apanhadas.

É também inteligente e muito esperta, sobretudo pelas boas decisões que toma em cada jogo.

Santiago 6ºC

A Alegria

A Alegria é a minha melhor amiga, porque é muito simpática, gentil e divertida.

A minha amiga é bastante alta, tem o cabelo curto e é muito bonita.

Ela adora a cor amarela e é, sem dúvida, a pessoa mais alegre do planeta.

Eu adoro a minha melhor amiga.

É a melhor pessoa que poderia ter aparecido na minha vida, pois tem tudo para ser perfeita. Quando passa, transmite alegria a todos à sua volta.

Sofia- 6º C

A tristeza

O Pedro era um menino baixinho e frágil, com um olhar doce e tímido, como quem guarda um segredo.

Enquanto muitos sorriam por estar de férias, ele sentia o coração um pouco vazio.

Tinha saudades das manhãs na escola, das vozes dos amigos, do som dos lápis a escrever sonhos no caderno.

A Matemática era o seu refúgio. Cada número parecia uma estrela, e ele gostava de ligá-las todas para formar constelações de saberes.

Nas férias, fez 11 anos e soprou as velas no bowling.

Entre risos e luzes coloridas, o seu desejo foi simples e sincero: que as férias acabassem, para poder voltar à rotina que tanto amava.

Mas o tempo andava devagar, e os dias de sol pareciam longos demais.

Assim, o Pedro esperava, com o coração cheio de vontade de aprender e o pensamento a sonhar com o regresso às aulas.

Vicente-6ºC

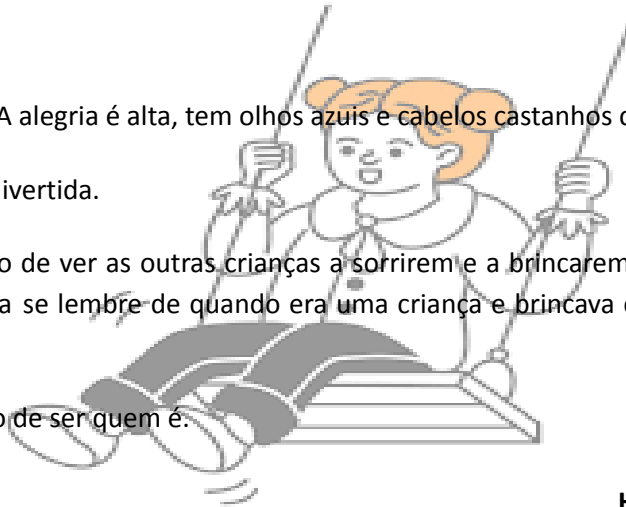
A alegria

Eu escolhi a alegria. A alegria é alta, tem olhos azuis e cabelos castanhos claros.

Ela é brincalhona e divertida.

A alegria gosta muito de ver as outras crianças a sorrirem e a brincarem umas com as outras, pois faz com que ela se lembre de quando era uma criança e brincava com os seus amigos e amigas.

A alegria gosta muito de ser quem é.



Henrique Aguiar - 6.ºE

Alegria

Estava muito calor no último dia de verão e a Alegria apanhava sol no jardim de casa. A Alegria era uma menina baixa, tinha os seus cabelos longos e loiros e gostava de ler, brincar e praticar ballet que era sua maior paixão. A sua rotina era sempre a mesma, ela acordava às 6:30 com o nascer do sol, ia para a escola, estudava muito e no intervalo partilhava o seu lanche com todos os seus amigos. À tarde a Alegria costumava almoçar, estudar os conteúdos do dia e praticar ballet. No fim do dia ela costumava fazer as coisas habituais de todas as noites como jantar com a sua família, ler e dormir. Na maioria das noites a Alegria sonhava que era uma linda bailarina a apresentar-se no palco, que era seu maior desejo.

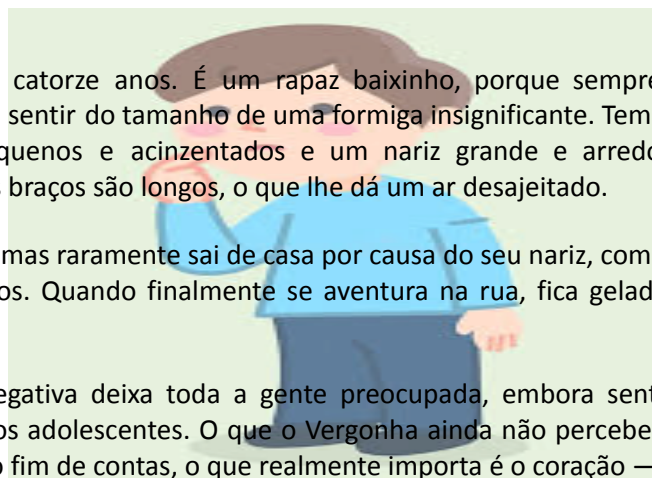
Júlia Braga -6A

O Vergonha

O Vergonha tem catorze anos. É um rapaz baixinho, porque sempre que sente vergonha encolhe-se até se sentir do tamanho de uma formiga insignificante. Tem o cabelo muito escuro e liso, olhos pequenos e acinzentados e um nariz grande e arredondado. As mãos são pequenas, mas os braços são longos, o que lhe dá um ar desajeitado.

É um bom rapaz, mas raramente sai de casa por causa do seu nariz, com receio de não ser bem aceite pelos outros. Quando finalmente se aventura na rua, fica gelado e começa a suar de nervoso.

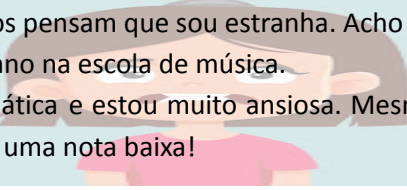
A sua energia negativa deixa toda a gente preocupada, embora sentir vergonha seja algo comum a todos os adolescentes. O que o Vergonha ainda não percebeu é que todos querem ajudá-lo e que, no fim de contas, o que realmente importa é o coração — não o nariz.



Dinis Pleno- 6ºA

O diário da Ansiedade

Olá eu sou a Ansiedade e tenho 11 anos. Vivo em Portugal, tenho cabelo castanho e longo. Quase não tenho amigos, todos pensam que sou estranha. Acho que isso é por causa de eu ser muito tímida. Também toco piano na escola de música. Hoje, vou ter teste de Matemática e estou muito ansiosa. Mesmo tendo estudado durante a noite toda, tenho receio de ter uma nota baixa!

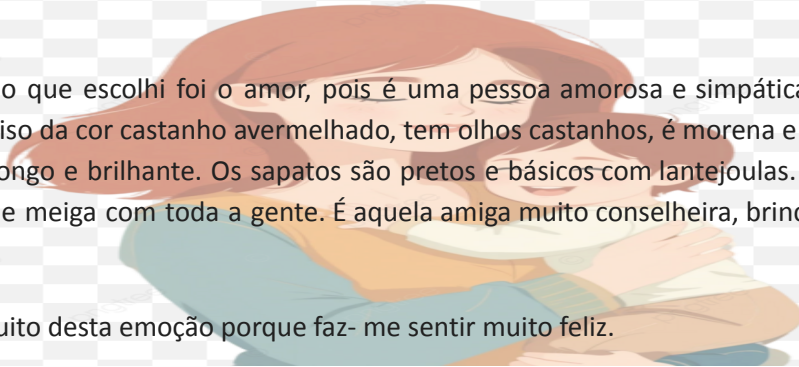


EKaterina 6º A

O Amor

A emoção que escolhi foi o amor, pois é uma pessoa amorosa e simpática. Ela tem o cabelo longo e liso da cor castanho avermelhado, tem olhos castanhos, é morena e elegante e tem um vestido longo e brilhante. Os sapatos são pretos e básicos com lantejoulas. Ela é muito bonita, delicada e meiga com toda a gente. É aquela amiga muito conselheira, brincalhona, divertida e esperta.

Gosto muito desta emoção porque faz-me sentir muito feliz.



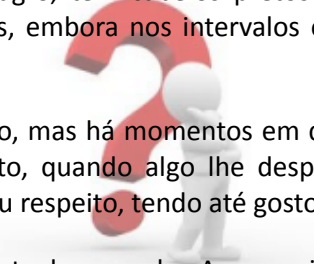
Laura Silva 6ºA

Curiosidade

O Curioso tem 12 anos. É magro, tem cabelos pretos e pequenos olhos castanhos. Sente curiosidade em algumas aulas, embora nos intervalos essa curiosidade desapareça — aí só quer jogar ping-pong.

É um menino bem-comportado, mas há momentos em que simplesmente não sente vontade de aprender nada. No entanto, quando algo lhe desperta interesse, ele pesquisa sobre o assunto e quer saber tudo a seu respeito, tendo até gostos bastante diferentes dos colegas.

No geral, é um bom rapaz e gosta de aprender. A sua curiosidade, porém, faz com que às vezes fale com os colegas durante as aulas, tanto para saber mais sobre a matéria como sobre outros assuntos que lhe chamam a atenção.

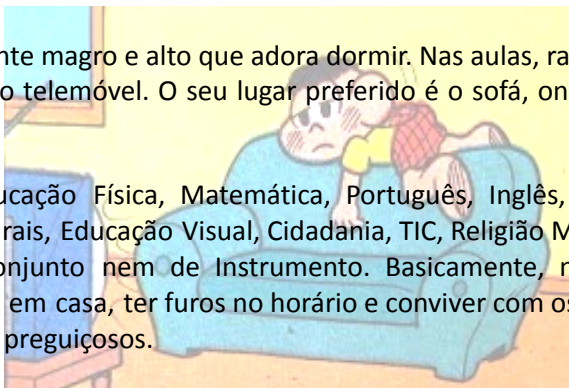


Vasco Morais 6ºA

O Tédio

O Tédio é um adolescente magro e alto que adora dormir. Nas aulas, raramente presta atenção e está quase sempre no telemóvel. O seu lugar preferido é o sofá, onde passa horas a mexer no telemóvel.

Ele não gosta de Educação Física, Matemática, Português, Inglês, História, Geografia de Portugal, Ciências Naturais, Educação Visual, Cidadania, TIC, Religião Moral Católica, Formação Musical, Classe de Conjunto nem de Instrumento. Basicamente, não gosta de disciplina nenhuma. Prefere ficar em casa, ter furos no horário e conviver com os muitos amigos que, tal como ele, são bastante preguiçosos.

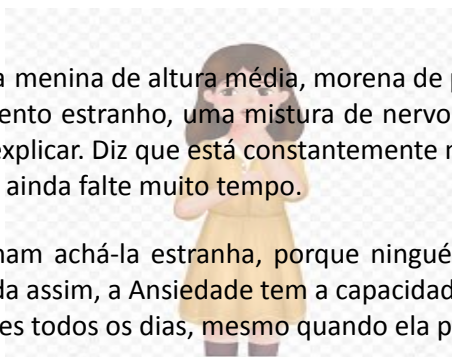


Simão Novo 6º A

A Ansiedade

A Ansiedade é uma menina de altura média, morena de pele e de cabelo castanho. Ela carrega sempre um sentimento estranho, uma mistura de nervosismo e outras emoções que nem ela própria consegue explicar. Diz que está constantemente nervosa com o que pode acontecer no futuro, mesmo que ainda falte muito tempo.

As pessoas costumam achá-la estranha, porque ninguém consegue entender bem o que se passa com ela. Ainda assim, a Ansiedade tem a capacidade de fazer os outros sorrir e consegue pôr as pessoas felizes todos os dias, mesmo quando ela própria não se sente assim.

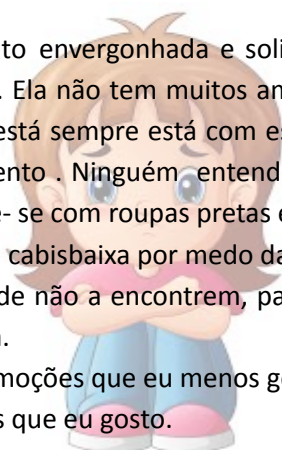


Ana Leonor- 6ºB

A Tristeza

A tristeza é uma menina muito envergonhada e solitária. Não gosta muito de falar com as pessoas, prefere ficar sozinha. Ela não tem muitos amigos, pois não gosta de interagir com as pessoas. Como consequência está sempre triste e chorando, por sentir o coração cheio de dor, solidão e sofrimento. Ninguém entende nem sabe o que lhe aconteceu para se sentir sempre tão triste. Veste-se com roupas pretas e está sempre com os olhos vermelhos e sem um sorriso na cara. Anda cabisbaixa por medo da reação dos outros e do seu julgamento. Esconde-se num cantinho onde não a encontrem, para passar despercebida. É muito tímida, ansiosa, magrinha e pequenina.

A tristeza é uma das emoções que eu menos gosto de sentir pois deixa-me vulnerável e impede-me de fazer atividades que eu gosto.



Aurora- 6º B

A Raiva

A raiva é uma emoção geralmente percebida como algo muito intenso. Costumamos imaginá-la como um senhor já velho e, claro, sem paciência nenhuma!

Nunca compreendi bem por que a maioria das pessoas não gosta da raiva: ninguém gosta de sentir, nem de ver alguém dominado por ela. Mas será que já pensamos em como ela, ou melhor, como ele (se a representarmos como uma pessoa), realmente se sente? Se o Raiva é tão explosivo, deve haver um motivo. Ninguém se torna tão impaciente e mal-humorado sem razão. Acredito que, no passado, esse senhor tenha passado por situações difíceis.

Será que, antes de se transformar nesse idoso rabugento, ele já foi diferente? Ou será que cada fase da vida traz uma emoção predominante? Eu acredito que sim. Imagino que, muito antes de vestir uma boina comprida para esconder o rosto, de se refugiar atrás de um jornal ou de usar um casaco que oculta o corpo, ele tenha sido alguém alegre, bem-disposto e comunicativo. Talvez até vestisse camisolas com frases positivas e calções, sempre pronto para aproveitar o dia.

Talvez a raiva seja, afinal, uma emoção que nasce do cansaço, da frustração ou da insatisfação com a própria vida. E, no fim, cada pessoa — e cada emoção — carrega consigo uma história.

Diogo Pala 6ºB

A alegria

A alegria é uma menina de estrutura média e postura leve, sempre vestida de cores vibrantes e com um sorriso no rosto, com cabelos soltos e loiros que refletem o sol da manhã, uns olhos curiosos e expressivos. Consegue ver o lado bom em cada detalhe pequeno mesmo quando tudo parece errado. É muito extrovertida e dá-se bem com toda a gente.

O silêncio é o seu maior inimigo, adora ouvir boas músicas, estar rodeada de amigos e ter longas conversas envolvidas de longas gargalhadas.

Alegria é tão otimista e poderosa que os seus próprios problemas e preocupações não conseguem persistir na sua presença, sendo rapidamente superados ou resolvidos.

Esta é a alegria !

Alexia ruela 6ºB