

## **Fases dos adolescentes**

*A adolescência é uma fase boa para chuchu*

*Devemos brincar, cantar e sorrir*

*Tem problemas de humor*

*E problemas para dormir.*

*O medo dói no coração*

*Dói mais que acidente*

*Se um adulto não consegue resistir a isso*

*Imagina um adolescente.*

*Transformações tem em todo corpo*

*Imagina um monstro pura pelo*

*Então fica uma dica: tenha paciência!*

*E cuide do seu corpo na adolescência.*

*Autor: Kauã Moura*

## **Emoções adolescentes**

*A adolescência é uma fase difícil*

*Para os jovens adolescentes*

*São muitas mudanças no corpo*

*E também na mente.*

*Essa fase é muito estranha*

*Os adolescentes ficam com tédio*

*Eles ficam estressados*

*Essa fase não tem remédio.*

*Os adolescentes têm muita raiva*

*E dificuldade para manter a calma*

*São muito impacientes*

*Essa é a vida de um adolescente.*

*Autor: Aryel Monteiro*

## **A adolescência**

*Na minha escola tem muitas emoções*

*Tristeza alegria e muitas confusões*

*Tem muita gente chata, mas também tem gente legal*

*Adolescência é algo radical.*

*Na adolescência sentimos amor, emoção e afeto*

*Ficamos pensativos, porém inquietos.*

*Temos confiança na pessoa que amamos*

*Por isso devemos ter esperança*

*De encontrar um verdadeiro amor*

*Para nunca mais sentir dor.*

*Autores: Adriel, Paulo e Jardel*

## **Mudanças**

*Na adolescência começamos a ficar admirados*

*A olhar para as meninas de forma diferente*

*O amor chega de pressa*

*E a tristeza recomeça.*

*Fase que o romance aparece*

*Quarto fechado é o nosso ambiente*

*Nesta altura da vida*

*Que tudo é diferente.*

*Responsabilidade na hora de amar*

*A gravidez é um problema que temos que cuidar*

*Para essa fase passar*

*E você aproveitar.*

*Autor: Richarlysson*

## **Rap adolescente**

*Quando começa a puberdade*

*Seu corpo tem a liberdade*

*De hormônios liberar*

*Mas tome cuidado, seu corpo vai mudar!*

*É preciso aceitação*

*E não deixar a emoção*

*Que traz o pensamento*

*Que te transforma em detento.*

*Mas se tem a liberdade*

*Não a deixe escapar*

*Pois com drogas e cachaça*

*Um bobão vai se tornar.*

*Autor: João Amorin*

## Adolescentes e sentimentos.

*Gravidez, tristeza, raiva,*

*Aceitação, amor e emoção.*

*Desenvolvimento e saúde*

*Adolescência com razão.*

*Aprovação e liberdade*

*Amor e igualdade*

*Sentimentos adolescentes*

*Que requerem muita responsabilidade.*

*Na minha escola fazem bullying*

*Que entristecem e fazem mal*

*Nessa fase os sentimentos*

*Trazem destruição sem igual.*

*Autor: Ederson*

## Juventude.

*Juventude tem muita coisa*

*Para aproveitar*

*Brincadeiras e descobertas*

*Que devemos partilhar.*

*Romance e namoradas*

*A partir dos 12 ou 13 anos*

*Minha mãe permite aos 20*

*Coitados dos meus planos.*

*Tristeza quando o namoro acaba*

*Dois dias de muita dor e solidão*

*Nessas horas precisamos*

*Da ajuda de nossos irmãos.*

*Autor: Bruno*

## Adolescência.

*Bullying algumas pessoas praticam*

*E os que recebem triste ficam*

*A solução é o respeito*

*Bullying eu não aceito*

*Tem tristeza na adolescência*

*Todos conhecem isso muito bem*

*Para vencer isso até o ano que vem*

*Você pode evitar a tristeza também*

*Responsabilidade todos tem*

*Não importa a idade*

*Você que é adolescente*

*Aproveite essa fase!*

*Autor: Guilherme Rodrigues*

## Fase

*Aqui no meu colégio tem adolescentes*

*Muito bullying e também depressão*

*Toque para frente essa fase*

*De mudança e transformação.*

*Lá na minha rua tem*

*Tédio e muita inveja*

*E também emoção*

*Marcando a nossa transformação.*

*Na minha escola também tem amor,*

*O hormônio dessa fase*

*Colegas muito confusos*

*Marcando essa idade.*

*Autor: Lucas Amorim*

## Adolescência

*A transformação na adolescência*

*É uma confusão para os jovens*

*São muitas mudanças na mente*

*Ações inconsequentes.*

*Essa fase é muito estranha*

*Os adolescentes ficam com tédio*

*Eles ficam pouco interessados*

*Adolescência não tem remédio.*

*Os adolescentes têm muita vergonha*

*E também muita raiva*

*E sentem também muita tristeza*

*Sofrem com certeza.*

*Autor: Victor Mateus*

## **Sentimentos, sentimentos...**

*Adolescência é uma frase de tristeza!*

*Adolescência é uma fazer de desavenças!*

*Com o tempo seu corpo cresce*

*E você amadurece...*

*Depressão, um sentimento de confusão*

*Por conta da aceitação, por conta da transformação*

*É muito doloroso e também dolorido*

*Causa tristeza e confusão.*

*Puberdade envolve responsabilidade*

*Emoção envolve consideração*

*Interesse gera romance assim como...*

*Admiração gera aprovação.*

*Autora: Yoranna*

## **Gravidez e adolescência.**

*Engravidar na adolescência*

*Traz muito medo, terror e admiração*

*Vem responsabilidades, mudanças*

*No nosso corpo e no nosso coração.*

*É preciso se cuidar*

*Para o futuro não desperdiçar*

*Se cuidar, se prevenir*

*Para não engravidar.*

*Sentimentos é uma aceitação*

*Mas com medo e esperança*

*Nessa fase de mudança*

*Passamos com emoção.*

*Autora: Emanuelly*

## **Diversão na adolescência**

*Cuidado com o corpo todo muito tem*

*O adolescente que não é inconveniente*

*Cuida da sua casa*

*E da sua saúde também.*

*Na puberdade a aceitação*

*Pode ser um problemão*

*Se suas amizades*

*Não forem de coração.*

*Mas quando piora a situação*

*Pode ter certeza, pode ter um amigão*

*Que vai mexer no seu coração*

*E não terá mais confusão.*

*Autor: Jeferson*

## Adolescência.

*Adolescência é a partir dos 12 anos*

*Ela é uma fase da vida dos seres humanos*

*Nessa fase, de algumas brincadeiras não gostamos*

*Porém, às vezes, não falamos.*

*Os hormônios estão sempre trabalhando*

*Mudando nosso corpo a cada ano que vai passando*

*Eles ficam dentro de nossos corpos, eles vão nos transformando*

*Também são responsáveis pela puberdade nos humanos.*

*A puberdade não acontece sem hormônios*

*É por isso que em nossos corpos diferenças notamos*

*Na puberdade meninos e meninas vem se interessando*

*Uns pelos outros e o corpo continua mudando.*

*Autor: Davi*

## Adolescência

*Na adolescência o corpo muda*

*Pelos por todo o lado,*

*Os jovens ficam envergonhados*

*E não querem ser incomodados.*

*O relacionamento dos jovens é muito fácil,*

*Mas sempre termina,*

*E sempre tem confusão,*

*Por isso que termina em agressão.*

*Às vezes as meninas engravidam muito cedo,*

*Por isso elas tem muito medo*

*De seus pais não as aceitarem,*

*E as rejeitarem.*

*Autora: Anna*

## **Transformações e emoções.**

*A puberdade trás*

*Muitos desenvolvimentos*

*Também uma grande*

*Mudança no comportamento.*

*A transformação é tanta*

*Que as vezes causa depressão*

*Mudanças no humor, no amor*

*Nas amizades e nas responsabilidades.*

*Pobres pais terão que aguentar*

*Muitas emoções e uma série de confusões*

*E para finalizar essa fase de muita transformação.*

*Autora: Genyfer*

## **Adolescência.**

*Adolescência é uma gratidão*

*A solidão vem com amor e temor*

*Com muita paixão e solidão*

*A adolescência é uma fase de grande transformação.*

*O amor é um sentimento*

*De alegria e solidão*

*Com gratidão no coração*

*Viva a paixão!*

*O bullying é uma atitude*

*Muito feia com certeza*

*Traz muita choradeira*

*Diga sim a gentileza.*

*Autor: João Victor Miler*

**Puberdade e suas emoções.**

*Entre muitas desavenças*

*Um coração que pensa*

*O que acontece com meu corpo?*

*Puberdade na cabeça!*

*Minha preguiça aumenta*

*São pelos por toda a parte*

*Quanto mais garotos vejo*

*Mais amor desejo.*

*A puberdade é cansativa*

*É uma fase de grandes emoções*

*Temos tempo para viver*

*E não precisamos nos aborrecer.*

*Autora: Laura*

**Coisas da adolescência.**

*Nessa fase,*

*Tem muita confusão*

*Precisamos de aceitação*

*Por que temos coração.*

*Os hormônios funcionam a todo vapor*

*E já vem as transformações*

*O interesse já vira amor*

*Sentimos muitas emoções.*

*O nosso comportamento*

*Ajuda no desenvolvimento,*

*Mas a impulsividade*

*Termina as amizades.*

*A juventude irá passar*

*Tudo ficará fácil,*

*Da puberdade iremos lembrar*

*E com nossos amigos iremos gargalhar.*

*Autor: Israel.*

## **As emoções na adolescência.**

*Amor é uma emoção*

*Que todo mundo tem*

*Ele é um sentimento*

*Quem nunca se apaixonou por alguém?*

*O medo, quem nunca sentiu?*

*O medo dói mais que um acidente*

*Ninguém aguenta tanta dor*

*Imagina um adolescente?*

*A raiva é uma emoção*

*Que é mais brava que um furacão*

*Até acabar a raiva*

*O adolescente fala palavrão.*

*Autor: Ivan Lucas.*

## **Turbilhão de sentimentos.**

*Desenvolvimento de um novo comportamento*

*Interesse pelas amizades*

*Amadurecimento*

*E muito estranhamento.*

*Sinto raiva pelo bullying*

*Sinto depressão com vergonha*

*Sinto medo com tristeza*

*Sinto tédio com certeza*

*Comportamento novo e aceitação*

*Novas amizades nessa nova fase*

*Mais responsabilidade na puberdade*

*Confusão mental na transformação.*

*Autor: Elias.*

**Os sentimentos.**

*O amor é sentimento*

*É afeto, conhecimento*

*Conquista-nos inteiro*

*Para o amor não existe tempo.*

*Cuidar da mente e do corpo é remédio, injeção é tratamento*

*Quem usa sentimentos tem que ter conhecimento*

*Me ajude no invento*

*Cuidar da mente e do corpo é tratamento.*

*O medo é sentimento*

*Dá calafrios e eu não entendo*

*Para o medo não tem momento*

*Ele assusta até o vento.*

*Autor: Raillander.*

## **O terror na adolescência.**

*O terror é sentimento, tipo conhecimento*

*Esta reconhecido em todos os tempos*

*Já foi reconhecido como amor*

*Quando se junta com a dor pode virar horror.*

*Na pré-adolescência eu sou feliz*

*Mas o bullying do passado*

*Me deixou com cicatrizes.*

*A impulsividade é uma maldade*

*A maldade é o contrário da bondade*

*Também revela a minha verdadeira identidade.*

*Vivo nessa fase com muita felicidade.*

*Autor: Luís*

**Ser adolescente.**

*A puberdade é algo diferente*

*Com ela vem a maturidade*

*Que algo bizarro*

*E inconsciente.*

*O corpo recebe o engrossamento da voz e dos pelos,*

*Sentimentos conturbados, sentimentos adolescentes.*

*Bullying é algo a se pensar*

*Não devemos praticar*

*Nessa fase de emoções*

*Respeito deve se zelar.*

*Autora: Gabrielly*

## **A puberdade.**

*Gravidez na adolescência.*

*Traz medo, emoção e terror*

*Muita confusão nessa fase*

*De transformação e amor.*

*É importante se cuidar*

*Para problemas não arrumar.*

*Cuidar da saúde do corpo*

*Para sempre se prevenir e não remediar.*

*Nessa fase as meninas se apaixonam*

*Os meninos se emocionam*

*Pintou um clima...*

*Tem romance no ar.*

*Autora: Ruthy.*

Escola Marista Santa Marta.

Professora Leslie Nunes

Turma 153.

***Pensamentos...pensamentos!***

***Poemas adolescentes.***

Dezembro de 2019.

**Projeto**

**Adolescência:**

**Transformações e**

**Emoções.**

**3º trimestre- 2019**

# Autores:

Adriel Abdiel da Conceição Bitencourt

Anna Raffaella de Castro Baptista

Aryel Kettes Monteiro

Bruno Santos Nunes

Davi da Silva de Souza

Ederson Gabriel Valder Rodrigues

Elias Andrades Carvalho da Cruz

Emanuely Peres dos Santos

Gabrielly da Silva Fragoso

Genyfer Alves Leal do Nascimento

Guilherme Rodrigues da Silva

Israel do Nascimento Duarte

Ivan Lucas de Oliveira Ferreira

Jardel Virago Marques

Jeferson Luciano dos Santos Celis

João Victor Miler dos Santos

João Vitor Vieira de Amorim

Kauã Oliveira Lima de Moura

Laura Rodrigues da Silva

Lucas Flôres Amorim

Luis Henrique Flores dos Santos

Paulo de Oliveira Silva Santos

Raillander Wesley Vidal da Luz

Richarlyson Mickael dos Santos

Ruthy Aquino Dutra Soares Dornelles

Víctor Mateus da Rocha Farias

Yohanna Garrot Schallemberger

---