

## “EU QUERIA FALAR E NÃO CONSEGUIA”: a escrita de diários como possibilidade de expressão nas aulas de Educação Física

OLIVEIRA, Sara Hingrid Ramos Gonçalves de <sup>1</sup>  
GALVÃO, Kaillany dos Anjos Serra <sup>2</sup>  
BARBOSA, Brunna Fernanda da Rocha <sup>3</sup>  
SILVA, Gustavo Monroe Garcez da <sup>4</sup>  
COSTA, Mary Cidia Monteiro Sousa <sup>5</sup>  
SILVA, Anamarília Viana <sup>6</sup>

**RESUMO:** Este trabalho trata-se de um relato de experiência feito pelo grupo do PIBID - Educação Física (UFMA), realizado em uma escola pública de rede municipal, localizada em São Luís (MA), com estudantes do 8º e 9º ano do ensino fundamental (anos finais) no turno matutino. Os diários das emoções foram utilizados como método avaliativo a partir do conteúdo de Práticas Corporais de Aventura (PCA), para tanto foram lidos 131 diários, sendo que as palavras mais utilizadas foram medo (11 vezes), vergonha (4 vezes), ansiedade (4 vezes). Ao fazermos as leituras de cada um deles, foi possível observarmos palavras ligadas aos sentimentos dos alunos que se repetiram em boa parte dos diários. Os trechos citados, foram selecionados após a leitura porque apresentavam algumas das ideias mais destacadas pelos estudantes como um todo. Nota-se certa relevância dos diários das emoções como grande instrumento de avaliação e principalmente, de registros dos movimentos que entram na composição da subjetividade do aluno-escritor.

**PALAVRAS-CHAVE:** Diário; avaliação; escola; emoções

### INTRODUÇÃO

Este estudo consiste em um relato de experiência produzido pelo Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), subprojeto Educação Física

---

<sup>1</sup> Graduanda de Licenciatura em Educação Física, Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência, UFMA, São Luís, sara.hingrid@discente.ufma.br.

<sup>2</sup> Graduanda de Licenciatura em Educação Física, Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência, UFMA, São Luís, kaillany.galvao@discente.ufma.br.

<sup>3</sup> Graduanda de Licenciatura em Educação Física, Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência, UFMA, São Luís, brunna.frb@discente.ufma.br.

<sup>4</sup> Graduando de Licenciatura em Educação Física, Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência, UFMA, São Luís, gustavo.monroe@discente.ufma.br.

<sup>5</sup> Graduanda de Licenciatura em Educação Física, Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência, UFMA, São Luís, mary.cidia@discente.ufma.br.

<sup>6</sup> Mestranda em Educação pelo PPGE/UFMA, Licenciada em Educação Física pela UFMA, professora de Educação Física da rede municipal de Educação de São Luís - MA; Supervisora PIBID, UFMA, São Luís, anamarilia.vs@gmail.com;

da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), desenvolvido em uma escola pública de rede municipal, localizada em São Luís (MA), sede das vivências, experiências e partilhas dos “pibidianos” com estudantes do 8º e 9º ano do ensino fundamental (anos finais) no turno matutino, apresentando o diário das emoções como método avaliativo em Educação Física, a partir de determinados comportamentos observados.

No cotidiano escolar, diariamente surgem demandas e novas situações, às quais estudantes, professores e “pibidianos” são colocados frente às suas emoções, motivações, condutas positivas ou negativas e, a partir do reconhecimento de que a Educação Física como componente curricular, é de extrema importância para o desenvolvimento integral dos alunos da Educação Básica, cabe ao professor buscar alternativas e estratégias, que permitam uma aprendizagem significativa, motivando seus alunos ao autoconhecimento, controle emocional e respeito ao próximo, de forma a minimizar a ocorrência de conflitos.

O planejamento do quarto bimestre do ano letivo de 2023 foi pensado conjuntamente, de forma a ofertar o conteúdo Práticas Corporais de Aventura (PCA). Ao observar várias condutas hostis entre os alunos, já que, por meio do corpo as emoções são vividas e precisam ser reconhecidas, foi proposta a elaboração do Diário das Emoções como instrumento de avaliação e incentivo para que expusessem seus sentimentos nas aulas de Educação Física, com o intuito de compreender as motivações por trás de comportamentos agressivos e buscar uma intervenção através do controle das possibilidades de descreverem sobre as emoções geradas nas PCA's durante as aulas práticas.

O diário é um gênero textual no qual o aluno-escritor descreve suas ideias, sentimentos e suas experiências (Alves, 2018). Ademais, o mesmo foi utilizado como método de avaliação, de forma que cada estudante fizesse o seu, possibilitando uma aproximação da professora e dos “pibidianos” com suas especificidades no que diz respeito às emoções. Além disso, permitiu nos aproximar mais da realidade do educando e reconhecer suas necessidades. Conseqüentemente, isso contribuiu para o processo ensino-aprendizagem e principalmente no contexto afetivo, tornando-se mais significativos.

## 2 METODOLOGIA

Os diários das emoções foram pensados como uma forma de avaliação a partir do conteúdo de PCA, sendo associado aos sentimentos tanto por conta de estarem presentes nessas práticas, quanto pelo comportamento dos alunos. Por isso, em algumas das reuniões semanais, houveram conversas sobre o comportamento dos alunos durante as aulas de Educação Física, onde foram destacadas pelos “pibidianos” e professora supervisora, diversas situações, como: ansiedade, grande agitação, medo, vergonha, pouca interação com os colegas de turma. Além disso, foram observadas também diversas falas racistas, homofóbicas, misóginas e invasivas vindo de alguns alunos, o que nos fez pensar em alguma forma de intervenção, já que tais comportamentos nos deixou bastante pensativos.

Nesse viés, tivemos que repensar todo o planejamento, mesclando o conteúdo do bimestre com a questão dos sentimentos e emoções vividos no dia a dia dos estudantes no ambiente escolar e assim concordamos em utilizar o diário das emoções como método de avaliação do bimestre em questão. Para tanto, foi pedido aos alunos que escrevessem sobre o sentimento deles durante todas as aulas que ocorreram naquele bimestre, sendo elas: uma aula onde foi pedido aos estudantes que escrevessem em uma cartolina o que mais sentiam em seu dia a dia no ambiente escolar (mediante conceito escrito no quadro), uma aula teórica sobre as PCA's, uma teórico-prática sobre o parkour e por fim foi feita uma sessão de cinema em sala de aula com o filme “Divertidamente”, que é associado às emoções. Importante ressaltar que ao final de todas as aulas era sempre perguntado o que eles sentiram e o que observaram, além de sempre serem lembrados de colocar essas informações em seus diários.

De modo geral, para o presente relato, foram lidos todos os diários entregues, fazendo um quantitativo geral e frisando as palavras mais citadas em cada um. Dessa forma foram lidos 131 diários (todos os que foram entregues de todas as seis turmas) sendo que as palavras mais utilizadas foram medo (22 vezes), vergonha (5 vezes), ansiedade (6 vezes), alegria (11) e felicidade (12). Vale destacar que foi pedido para que os estudantes fizessem relação dos sentimentos não só com as práticas realizadas, mas também com cada aula ministrada no bimestre. Para isso, destacamos quatro excertos retirados de determinados diários, em que os alunos foram nomeados por aluno A, aluno B, aluno C, aluno D e aluno E.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A utilização dos diários das emoções como método avaliativo se deu por meio do conteúdo previsto para o quarto bimestre do ano letivo. Primeiramente, foi elaborado em conjunto um conteúdo que visa fugir dos que os estudantes já são familiarizados, tais como futebol, handebol, voleibol e basquete, pois conforme Tahara e Darido (2016) os professores tendem a abordar apenas aqueles conteúdos que possuem maior domínio, o que torna, muitas vezes, as aulas de Educação Física restritas e vinculadas a esses esportes coletivos, deixando de lado outros componentes relevantes da cultura corporal de movimento.

Trabalhando apenas com o Ensino Fundamental anos finais (8º e 9º ano), percebemos comportamentos agressivos da maioria dos alunos entre si e com outros professores. Por esse motivo, pensamos em aproveitar as possibilidades que o conteúdo das Práticas Corporais de Aventura nos proporciona, possibilitando, assim, um espaço de fala por meio de diários, no qual cada estudante teria um momento de externar sentimentos e emoções que, conforme Moraes e Castro (2018), se manifestam como instrumentos para captar a realidade percebida pelo autor, pois esses diários possibilitam o registro de uma escrita mais visceral, permitindo que sentimentos e percepções sobre eventos cotidianos e subjetivos se expressem. Logo, esse momento poderia ser uma possibilidade de compreender a motivação por trás de comportamentos e falas hostis.

Para iniciar o bimestre, a primeira aula foi voltada para a apresentação do conteúdo (por meio de sua conceituação) e do formato de avaliação: a escrita dos diários. Inicialmente, foi exposto no quadro o conceito do conteúdo da seguinte forma: “expressões corporais provocadas por situações de imprevisibilidade, incertezas, vertigem e risco controlado”, logo em seguida foi feito um momento de questionamentos sobre o que haviam entendido do conceito e qual conteúdo imaginavam ser. Posteriormente, foi pedido a eles que escrevessem em uma cartolina quais os sentimentos mais frequentes em seu dia a dia na escola. Entre os vários sentimentos e emoções escritos nas cartolinas, observamos alguns em comum entre as turmas, como: alegria, ódio, medo, tristeza, desgosto, raiva, vergonha, ansiedade e depressão. Em seguida, foi feita uma relação desses sentimentos com o conceito apresentado, para que assim, os estudantes escrevessem, em outra cartolina, o que poderiam sentir durante a prática de

algumas das atividades exemplificadas pela professora, entre tantos citados, os mais frequentes foram: medo de altura, adrenalina e superação.

Na aula seguinte, foi feita uma aula teórica expositiva sobre Práticas Corporais de Aventura (PCA), por meio de slides, abordando o conceito, a classificação, as características e as modalidades (frisando sobre as mais praticadas no estado do Maranhão e na cidade de São Luís), sempre levando imagens e vídeos, como forma de aproximar a prática dos estudantes. Na aula seguinte foi realizada uma aula teórico-prática sobre a modalidade parkour, que é considerado pelos praticantes uma atividade que não existe competição, uma vez que para Oliveira (2023) a prática desta modalidade pode melhorar os aspectos psicológicos (insegurança, medo e criatividade) e altruísmo. Para a aula teórica foi abordado o conceito, a história, as características, os benefícios, os tipos, os principais movimentos e locais em que pode ser trabalhado. Posteriormente, a aula prática foi realizada com movimentos básicos da modalidade, sendo formada pelas respectivas estações: saltar sobre um obstáculo (cadeiras), andar sobre os bancos, rolamento, andar sobre um local elevado e escalar na parede.

Ainda assim, devido à agitação contínua de algumas turmas, surgiu a ideia de proporcionar um momento de escuta para os alunos. Em uma aula oportuna, todos os estudantes, os “pibidianos” e a professora ficaram sentados no chão em círculo e ao serem questionados, foi feito um momento de conversas sobre o comportamento dos alunos em sala de aula. Diversas situações foram observadas, como agitação excessiva, medo, vergonha e pouca interação entre os colegas de turma. Além disso, foram identificadas diversas expressões racistas e invasivas por parte de alguns alunos, o que nos deixou apreensivos e reflexivos sobre essa problemática.

A culminância do bimestre se deu em uma sessão de cinema, na escola, com o filme “Divertidamente” que trata especificamente sobre as emoções, corroborando com Cardeira (2012) que considera que a educação emocional deve ser trabalhada regularmente e permanentemente. Ressalta-se ainda que o filme contribuiu para desmistificar a concepção de que a alegria é a principal emoção que o ser humano deve sentir e contribuiu também para a reflexão de que cada indivíduo possui uma forma peculiar de expressar suas emoções, embora as primárias sejam universais (Santos, 2018).



Após o prazo estipulado para a escrita dos diários, a entrega se deu durante a realização da última aula do bimestre de cada turma, para que pudéssemos ler, avaliar e saber quais os sentimentos dos alunos durante cada aula e assim, perceber aspectos que de alguma forma poderiam estar contribuindo para determinados comportamentos, e até mesmo, desabaços e/ou comentários que os estudantes não conseguiam verbalizar. Ao todo foram entregues 131 diários, que ao fazermos as leituras de cada um deles foi possível observarmos palavras ligadas aos sentimentos dos alunos que se repetiram em boa parte dos diários. Como alguns dos excertos destacados abaixo:

“Hoje eu achei muito dinâmica a aula sobre o parkour, gostei pois eu lembrei de quando eu gostava de ultrapassar os obstáculos, isso me trás a sensação que devo ultrapassar meus limites e não deixar que os obstáculos atropelem meu caminho.” (Diário do aluno A).

“Acho que uma das principais mensagens do filme é a possibilidade de compreender que todas as emoções são importantes, até mesmo a tristeza.” (Diário do aluno B).

“Sobre o parkour, eu não participei, mas também é super interessante, traz um sentimento de medo ao subir nas cordas só de ver, quem participou gostou bastante. Na vida real praticar algumas dessas atividades pode ser um pouco perigoso. Eu não participei por vergonha kkk e por medo de cair praticando alguma.” (Diário do aluno C).

“Eu lembro também do dia que a gente fez a atividade da cartolina, esse dia eu gostei tanto sabe, foi tão legal, eu botei o que eu queria falar e não conseguia, falei que na escola eu fico bem feliz mesmo [...] vou sentir saudades desses momentos incríveis.” (Diário do aluno D).

“Eu gostei muito das aulas pelo fato da gente se identificar com os sentimentos de Esportes radicais como o Parkour... Esses esportes nos ajudam a lidar com esses sentimentos como adrenalina, ou medo, ansiedade, frio na barriga, também trazem sentimentos bons [...]” (Diário do aluno E).

Esses trechos dos diários foram selecionados após a leitura por apresentarem algumas das ideias mais destacadas pelos estudantes como um todo,

onde foi possível observar como eles próprios puderam transformar em palavras as aprendizagens experimentadas durante cada aula, além de fazerem relação do conteúdo com as suas experiências fora do ambiente escolar. Nesse contexto, Alves (2018) destaca que os diários abrem maiores possibilidades de escrita, as quais valorizam o processo de expressão de cada aluno-escritor, diferentemente dos métodos tradicionais como atas de aula e/ou relatórios.

O diário é um gênero textual de caráter narrativo e descritivo, em que o escritor relata seu modo próprio de se expressar, pensar, significar e aprender. Para tanto, vale destacar que os diários foram feitos individualmente e tem como principal objetivo expressar as emoções sentidas, trazendo suas particularidades sobre o que eles sentiram e entenderam a cada aula vivenciada, por esse motivo nomeamos como “diário das emoções”. Ao dar vez e voz à expressividade dos alunos, no traço, daquilo que os afeta e os leva ao encontro com a escrita, os diários colocam em cena sentimentos e expressões que por vezes são impedidas de serem externalizadas.

A experiência de escrita dos diários se constitui como espaço de passagem e acontecimento, pois o aluno-escritor se permite, nos traços de sua escrita, compartilhar aquilo que lhe afeta, produzindo afetos e inscrevendo marcas, vestígios e efeitos que movimentam sua subjetividade (Alves, 2018). A exemplo, nos fragmentos observados, foram registrados tanto sentimentos positivos como negativos, dentre os quais: amor, superação de limites, que correspondem às emoções positivas, dos negativos foram identificados nervosismo, insegurança e ódio. Conseguimos observar a frequência em que os sentimentos negativos foram citados pelos estudantes, nos fazendo refletir sobre a importância de levar em consideração o cotidiano que os discentes estão inseridos. A escola deve estar preparada para acompanhar e compreender a relação dialética que existe entre o desenvolvimento da vida individual de cada aluno e das relações de vida que se estabelecem em diferentes instâncias sócio-culturais das quais os educandos participam no cotidiano (Kunz, 1999).

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A utilização dos diários das emoções como forma de expressão escrita nas aulas de Educação Física, serviu não só para a obtenção de nota, mas também, e principalmente, como um espaço de fala para os estudantes. Durante as aulas, os

alunos foram encorajados a expressar suas emoções em relação às práticas do Parkour que em diversos momentos e contextos guardavam para si mesmos sentimentos e emoções por falta de chances de escuta no ambiente escolar.

Sendo assim, concluímos que o objetivo de entender as motivações inseridas em determinados comportamentos por meio da intervenção com o conteúdo das PCA's, como propunha o presente trabalho, foi alcançado, uma vez que na maioria dos diários, os estudantes conseguiram escrever pensamentos que não conseguiam expor verbalmente. Oportunizar esse espaço de comunicação, por meio da escrita dos diários das emoções, dentro das nossas aulas possibilitou uma melhora na relação entre estudantes, professora e “pibidianos”.

## REFERÊNCIAS

ALVES, Flávio Soares. Reflexões sobre o uso de diários dos alunos em uma pesquisa docente. **Movimento**, v. 24, p. 215-226, 2022.

KUNZ, Elenor. A imprescindível necessidade pedagógica do professor: o método de ensino. **Motrivivência**, ano XVI, nº 23, p. 64-80, nov., 1999.

MORAES, Ana Cristina de; CASTRO, Francisco Mirtiel Frankson Moura. Por uma estetização da escrita acadêmica: poemas, cartas e diários envolvidos em intenções pedagógicas. **Revista Brasileira de Educação**, v. 23, p. e230091, 2018.

OLIVEIRA, Vinícius Wakugawa de. **O parkour como meio de desenvolvimento corporal**. Trabalho de conclusão de curso, PUC-Goiás, 2023.

SANTOS, Daniela Pereira Batista de Paulo. Vamos falar sobre Educação Emocional? O uso do filme “Divertidamente” como dispositivo para o(a) psicólogo(a) escolar. *In*: V CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, n. 5., 2018, João Pessoa. **Anais**. Campina Grande: Realize Editora, 2018, p. 1-12.

TAHARA, A. K; DARIDO, S. C. Práticas Corporais de Aventura em aulas de Educação Física na Escola. **Conexões Campinas**, SP v. 14 n. 2 p. 113-136 abr./jun. 2016.