

3º ROTEIRO DE ATIVIDADES REMOTAS – COVID 19

TURMA: 4º Ano A



ESCOLA MUNICIPAL ARTHUR DA COSTA E SILVA.

ALUNO(A): _____

Nº DO CELULAR PARA CONTATO VIA WHATSAPP: () - _____

PROFESSORA: MIRIAN

**COMPONENTES CURRICULARES: CIÊNCIAS - LÍNGUA PORTUGUESA – MATEMÁTICA
– ARTE – EDUCAÇÃO FÍSICA – LÍNGUA INGLESA**

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: DE 08 A 12 DE MARÇO DE 2021

Prezados Pais e responsáveis!

Contamos muito com a participação de vocês nesse Plano de Estudos Dirigidos. Primeiro, reserve um local para que seu (sua) filho (a) possa estudar com tranquilidade. Depois leia com atenção as orientações que seguem. Nela descrevemos de forma simples o que vamos estudar, para que, como e de que forma faremos os registros da aprendizagem. Também podemos estar mais próximos pelo aplicativo “whatsApp”. Caso tenha dúvidas, estarei no horário de aula, disponível para ajudar. Não se esqueça de que estamos em um momento de reclusão social devido ao vírus COVID-19, por isso mantenha os cuidados necessários para a sua proteção e da sua família.

Um abraço.

**COMO VAMOS ESTUDAR OS
CONTEÚDOS?**

Através das atividades diárias enviadas pela professora a serem realizadas no caderno de casa, livro ou em folhas xerocadas.

COMO VAMOS REGISTRAR O

Por meio de desenhos, escrita no caderno/roteiro.

QUE APRENDEMOS?	
PARA QUÊ VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?	<p>Língua Portuguesa: Identificar a função social de diferentes gêneros discursivos que circulam em campo da vida social dos quais participa cotidianamente (a casa, a rua, a comunidade, a escola) e nas mídias impressa e oral, de massa e digital, de modo a reconhecer, progressivamente, seu contexto de produção: para que foram produzidos, onde circulam. Localizar informações implícitas e explícitas em diferentes textos. Organizar com a mediação do professor, gênero textual (Lista). Reconhecer Verbo Imperativo em receitas (passo a passo). Identificar o uso do M e N intermediário, reconhecer quando uso E ou I nas palavras.Palavras com R e RR. Classificação das palavras.</p> <p>Matemática: Resolver problemas e operações de multiplicação de forma simplificada e por decomposição. Composição, decomposição, escrita de numerais, antecessor, sucessor, sequência numérica.Calcular operações de subtração com reagrupamento. Comparar medidas de massa (Kg e grama).</p>

08/03- Segunda-feira

Língua Portuguesa

Leia:

Texto 1:

Lista de supermercado

Um pacote de feijão Cariquinha
Uma lata de óleo de soja
Um pacote de flocão de milho Nutrivita
Duas latas de leite Ninho
Uma caixa de sabão Omo
Um shampoo Seda
Um suco de uva
Dois quilos de tomates
250 gramas de queijo

Lista de Compras

Higiene	Limpeza
Papel Higiénico	Desinfetante
Creme Dental	Desengordurante
Sabonete	Sabão em pó
	Amaciante
Mantimentos	Limpa Vidro
Farinha de Trigo	
Arroz	Congeladas
Feijão Rinha	Nuggets
Óleo	Hamburguer
Apicor	Batata Frita
Fubá	

Lista material escolar

3 cadernos capa dura
2 cadernos de desenho
1 caixa de lápis de cor
1 régua
1 lápis com borracha
1 tabuada
1 caixa de pincel hidrocor
1 resma de papel chamex A4

Lista material de construção

6 sacos de cimento
2 metros de areia
1 milheiro de tijolos
20 metros de cerâmicas
1500 telhas
1 caixa d'água de 500 litros
4 metros de cano pvc 20 mm

Texto 2:

BOLO DE FUBÁ

INGREDIENTES:

- 2 XÍCARAS DE AÇÚCAR
- 3 GEMAS
- 3 CLARAS BATIDAS EM NEVE
- 1 XÍCARA DE ÓLEO
- 2 XÍCARAS DE FARINHA DE TRIGO
- 1 XÍCARA DE FUBÁ
- 1 COPO DE LEITE
- 1 COLHER DE FERMENTO

MODO DE FAZER:

COLOQUE O AÇÚCAR E A GEMA NA BATEDEIRA E BATA ATÉ FICAR CLARO, EM SEGUIDA ACRESCENTE O ÓLEO E DESLIGUE A BATEDEIRA.

VÁ COLOCANDO AOS POUCOS A FARINHA E O FUBÁ, MEXENDO COM UMA COLHER. ACRESCENTE O LEITE, AS CLARAS EM NEVE E, POR ÚLTIMO, O FERMENTO. DESPEJE NUMA ASSADEIRA UNTADA E ASSE EM FORNO PRÉ-AQUECIDO.



Atividade 1:

A) Lendo os textos acima podemos concluir que a finalidade do **Texto 1**, é:

- () registrar e organizar itens () divertir o leitor () convidar

B) O **texto 2** é:

- () uma lista de compras () uma receita

C) Escreva os itens da Lista de Compras abaixo em ordem alfabética:

Farinha- arroz- feijão- óleo- margarina- açúcar

D) Imagine que sua mãe quisesse fazer um bolo de chocolate para você e não tivesse os ingredientes em sua casa.

Observe a lista de ingredientes do Bolo de Fubá acima e faça **uma lista** para a receita do **Bolo de Chocolate** que a mamãe quer fazer:

E) As palavras grifadas do modo de fazer da receita do Bolo de Fubá abaixo, são verbos. Chamamos de Verbos Imperativos os verbos usados para dizer o passo a passo da receita.

Veja:

Coloque o açúcar e a gema na batedeira e **bata** até ficar claro, em seguida **acrescente** o óleo e **desligue** a batedeira.

Agora assinale a alternativa em que há somente verbos imperativos:

() amasse – bacia- coloque

() despeje- asse- bata

() forno- fermento- desligue

F) Complete com **M** ou **N**:

u__tada

i__gredientes

ferme__to

co__pras

i__posto

e__baixo

tro__co

seme__te

mora__go

ma__dioca

li__peza

pime__ta

G) Observe a classificação das palavras quanto ao número de sílabas:

8)



(1,6)

Separe as sílabas e dê a classificação.

1 sílaba = **monossílaba**

3 sílabas = **trissílaba**

2 sílabas = **dissílaba**

4 sílabas ou mais = **polissílaba**

Agora é com você. Separe em sílabas e dê a classificação da palavra.

Já comecei:

batedeira= **ba- te-dei-ra = polissílaba**

poucos= _____

claro= _____

último= _____

gema= _____

aquecido= _____

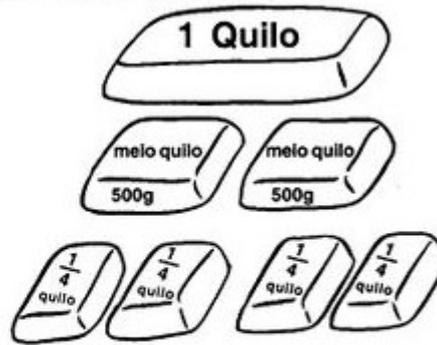
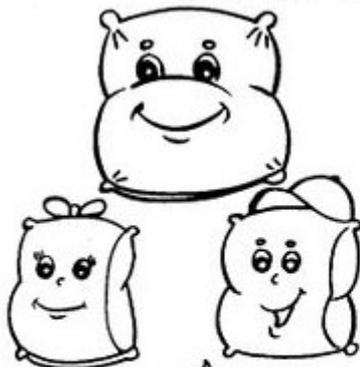
pré= _____

Matemática-08/03

Atividade 1:

A) Medidas de Massa

Falando de Gramas



Em 1 quilo temos **2 meios quilos**.

A quarta parte do quilo equivale a **250 gramas**.

Quantos pacotes de meio quilo há em:

2 quilos

3 quilos

5 quilos

Quantos pacotes de 250 gramas há em:

2 quilos

3 quilos

5 quilos

B) Operações:

SUBTRAÇÃO COM REAGRUPAMENTO

	D	U
-	7	1
	3	9

	D	U
-	6	1
	4	6

	D	U
-	3	1
	1	8

	D	U
-	9	4
	3	7

	D	U
-	7	4
	3	6

	D	U
-	6	3
	4	5

	D	U
-	8	2
	2	3

	D	U
-	9	5
	2	7

	D	U
-	5	4
	2	8

	D	U
-	7	6
	4	9



	D	U
-	4	5
	2	8

	D	U
-	8	7
	5	9

09/03- Terça -feira

Língua Portuguesa

Leia:

Texto 1:

PETISCARIA MINEIRA

CARDÁPIO

Porções

- Porção de Tilápia R\$ _____
- Porção de Filé de Tilápia R\$ _____
- Porção de Calabresa (acompanhamento: Terradas) R\$ _____
- Porção de Pernal (acompanhamento: Mandioca Frita) R\$ _____
- Porção de Contrafilé (acompanhamento: Mandioca Frita) R\$ _____
- Porção de Frango A Passarinho R\$ _____
- Porção de Fraca R\$ _____
- Porção de Batata Palito R\$ _____
- Porção de Amendoim R\$ _____
- Porção de Tomate, Azeitona e Pãozinho R\$ _____
- Porção de Coxinha R\$ _____
- Porção de Estinho de Mandioca R\$ _____

Caldos

- Caldo de Feijão na Tigela (acompanhamento: Terradas, Ovos e Terraço) R\$ _____
- Caldo de de Meretê na Tigela (acompanhamento: Terradas) R\$ _____
- Caldo de Mandioca na Tigela (acompanhamento: Terraço) R\$ _____

Pizzas

- Pizza de Calabresa R\$ _____
- Pizza de Frango com Catupiry R\$ _____
- Pizza de Presunto e Muçarela R\$ _____

Bebidas

- Suco laranja R\$ _____
- Brahma laranja R\$ _____
- Suco de Cereja R\$ _____
- Brahma de Cereja R\$ _____
- Antártica de Cereja R\$ _____
- Cristal de Cereja R\$ _____
- Heinekken de Cereja R\$ _____
- Suco laranja R\$ _____
- Brahma laranja R\$ _____
- Antártica laranja R\$ _____
- Cristal laranja R\$ _____
- Refrigerante 1,5 litro R\$ _____
- Refrigerante Lata 330ml R\$ _____
- Refrigerante Capulinhos R\$ _____
- Suco Natural de Limão R\$ _____
- Templeo R\$ _____
- Água Tônica R\$ _____
- Água a/ Gás R\$ _____
- Água c/ Gás R\$ _____
- TNT R\$ _____
- Ice R\$ _____

Doces

- Bombom R\$ _____
- Batons R\$ _____
- Flocos R\$ _____
- Palmito chocolate R\$ _____
- Torrone R\$ _____

Outros

- Boladinho (chipa) R\$ _____
- Steack (estufa) R\$ _____

(11) 3525.2198
AV. MAJOR ANTÔNIO A. FERNANDES, Nº45, CENTRO - BOTELHOS-MG

Texto 2:

EXTRATO DE TOMATE ELEFANTE



RENDE TANTO QUE SÓ FOME DE ELEFANTE PARA DAR CONTA.

Elefante com Caldo de Tomate Elefante. Só o Elefante e o Chico juntos para fazerem uma comida tão gostosa para você. Além do Elefante Tradicional, agora você tem o Temperado. Tudo a disposição do Elefante com a deliciosa sabor do Caldo de Tomate Elefante.

Atividade 1

A) O Texto 1 é :

- () um rótulo () uma poesia () um cardápio

B) O principal objetivo de um cardápio é:

- Divertir o leitor
- Divulgar um estudo científico
- Ensinar uma receita
- Informar e orientar o consumidor sobre os pratos oferecidos pelo estabelecimento

C) O **Texto 2** é:

- uma propaganda
- uma tirinha
- uma fábula

D) Na frase do **Texto 2**, a expressão grifada: **Rende tanto** que só fome de elefante para dar conta.

Significa que o molho de tomate:

- dá para fazer muitos pratos
- é muito saboroso
- tem um sabor muito forte

E) Por que a propaganda não usou a expressão **Fome de leão** no lugar de **Fome de elefante**?

- Porque elefantes comem molho de tomate e leões não
- Porque elefante come mais que leão
- Porque o elefante é o garoto propaganda da marca

F) Agora faça um cardápio desenhando e escrevendo o que você come no café da manhã:



Matemática- 09/03

Atividade 1:

A) Componha os seguintes números. Observe o modelo:

$$1 \text{ unidade de milhar} + 3 \text{ centenas} + 2 \text{ dezenas} + 4 \text{ unidades} = 1.324$$

- a) 2 unidades de milhar + 5 centenas + 8 dezenas + 2 unidades = _____
- b) 6 unidades de milhar + 2 centenas + 9 dezenas + 1 unidade = _____
- c) 4 unidades de milhar + 5 centenas + 7 dezenas + 4 unidades = _____
- d) 8 unidades de milhar + 3 centenas + 2 dezenas + 8 unidades = _____

B) Escreva o antecessor e o sucessor dos números abaixo:

_____	1.245	_____
_____	2.347	_____
_____	8.765	_____

_____	876	_____
_____	239	_____
_____	954	_____

C) Descubra o segredo e complete as sequências:

190	195				
100	120				
1.100	1.200				

D) Decomponha os números, conforme o exemplo:

$$\rightarrow 146 \quad 1 \text{ centena, } 4 \text{ dezenas e } 6 \text{ unidades}$$

164 \rightarrow _____

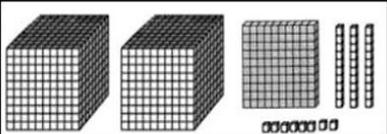
652 \rightarrow _____

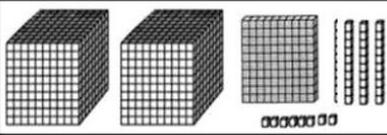
987 \rightarrow _____

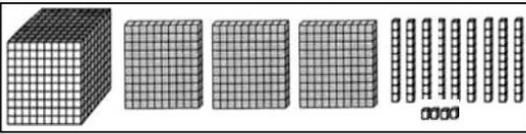
285 \rightarrow _____

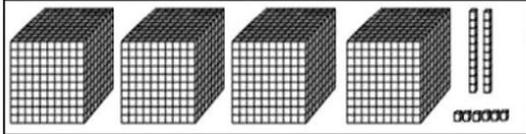
E) De acordo com o material dourado, escreva o número correspondente e, em seguida, escreva-o por extenso:

Lembrando que:  1 unidade de milhar  1 centena  1 dezena  1 unidade

 →

 →

 →

 →

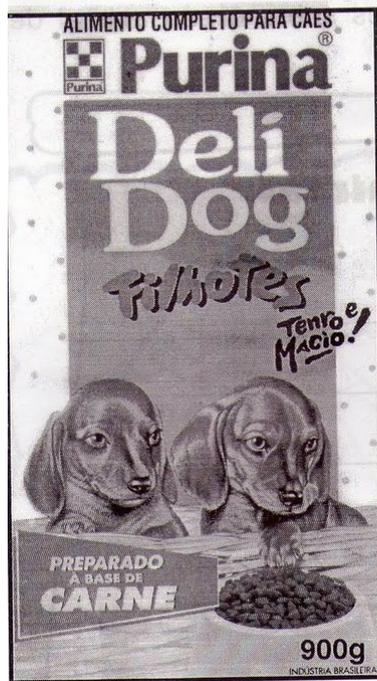
10/03- Quarta-feira

Língua Portuguesa

Lendo os Rótulos podemos descobrir muitas informações do produto.

Leia:

Observando Embalagens



CONSERVAÇÃO
Depois de aberto o pacote de Deli Dog Filhotes deve ser guardado bem fechado para que suas qualidades nutricionais, de textura e sabor, estejam sempre conservadas. Mantenha em lugar fresco e arejado.

RECOMENDAÇÕES
• Mantenha sempre água fresca ao alcance do seu cão.
• Leve o seu cão ao veterinário, ao menos uma vez por ano.

USO PROIBIDO NA ALIMENTAÇÃO DE RUMINANTES

**BRASIL
INSPECIONADO
SP-05510
S.I.F.**

COMPOSIÇÃO BÁSICA DO PRODUTO
CARNE BOVINA DESIDRATADA, ARROZ COZIDO, MILHO COZIDO, FARELO DE SOJA, FARINHA DE SUBPRODUTOS DE FRANGO, GLÚTEN DE MILHO, GORDURA ANIMAL ESTABILIZADA, MIÚDOS DE FRANGO HIDROLIZADOS, FOSFATO BICÁLCICO, CLORETO DE SÓDIO (SAL COMUM), ÁCIDO SÓRBICO, PREMIX VITAMÍNICO E MINERAL.

NÍVEIS GARANTIA

Umidade (máximo)	22,0%
Proteína Bruta (mínimo)	28,0%
Extrato Etéreo (mínimo)	8,0%
Matéria Fibrosa (máximo)	4,0%
Matéria Mineral (máximo)	10,0%
Cálcio (máximo)	2,0%
Fósforo (mínimo)	1,0%

Atividade 1:

A) Lendo o rótulo desse produto podemos observar uma lista de ingredientes na composição básica dele.

Vamos escrever alguns desses ingredientes:

Já comecei para você:

- 1- Carne bovina desidratada
- 2- _____
- 3- _____
- 4- _____
- 5- _____
- 6- _____
- 7- _____
- 8- _____

B) Qual é a marca do produto dessa embalagem?

C) Qual é o peso desse produto?

D) Qual é o número de controle desse produto?

E) Quais recomendações aparecem na embalagem?

R: _____

F) Esse alimento é completo para:

() cães () gatos () passarinhos

G) Complete as palavras com **E** ou **I** :

sempr____ pacot____ carn____

d__sidratada ____nspcionado veterinár__o

filhot____ entr____ rád__o

Matemática- 10/03

Atividade 1:

A) Faça as operações de multiplicação:

<table border="1"><tr><th>C</th><th>D</th><th>U</th></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>1</td></tr><tr><td>(x)</td><td></td><td>3</td></tr><tr><td colspan="3">-----</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	C	D	U	2	3	1	(x)		3	-----						<table border="1"><tr><th>C</th><th>D</th><th>U</th></tr><tr><td>2</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>(x)</td><td></td><td>3</td></tr><tr><td colspan="3">-----</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	C	D	U	2	2	3	(x)		3	-----						<table border="1"><tr><th>C</th><th>D</th><th>U</th></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>2</td></tr><tr><td>(x)</td><td></td><td>4</td></tr><tr><td colspan="3">-----</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	C	D	U	2	1	2	(x)		4	-----						<table border="1"><tr><th>C</th><th>D</th><th>U</th></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>1</td></tr><tr><td>(x)</td><td></td><td>5</td></tr><tr><td colspan="3">-----</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	C	D	U	1	2	1	(x)		5	-----						<table border="1"><tr><th>C</th><th>D</th><th>U</th></tr><tr><td>1</td><td>1</td><td>0</td></tr><tr><td>(x)</td><td></td><td>6</td></tr><tr><td colspan="3">-----</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	C	D	U	1	1	0	(x)		6	-----					
C	D	U																																																																													
2	3	1																																																																													
(x)		3																																																																													

C	D	U																																																																													
2	2	3																																																																													
(x)		3																																																																													

C	D	U																																																																													
2	1	2																																																																													
(x)		4																																																																													

C	D	U																																																																													
1	2	1																																																																													
(x)		5																																																																													

C	D	U																																																																													
1	1	0																																																																													
(x)		6																																																																													

<table border="1"><tr><th>C</th><th>D</th><th>U</th></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>2</td></tr><tr><td>(x)</td><td></td><td>2</td></tr><tr><td colspan="3">-----</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	C	D	U	2	1	2	(x)		2	-----						<table border="1"><tr><th>C</th><th>D</th><th>U</th></tr><tr><td>1</td><td>1</td><td>1</td></tr><tr><td>(x)</td><td></td><td>8</td></tr><tr><td colspan="3">-----</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	C	D	U	1	1	1	(x)		8	-----						<table border="1"><tr><th>C</th><th>D</th><th>U</th></tr><tr><td>1</td><td>1</td><td>1</td></tr><tr><td>(x)</td><td></td><td>9</td></tr><tr><td colspan="3">-----</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	C	D	U	1	1	1	(x)		9	-----																																					
C	D	U																																																																													
2	1	2																																																																													
(x)		2																																																																													

C	D	U																																																																													
1	1	1																																																																													
(x)		8																																																																													

C	D	U																																																																													
1	1	1																																																																													
(x)		9																																																																													

B) Veja o preço destes alimentos no supermercado e calcule:

SUPERMERCADO	
Maçã ou pera – o quilograma	R\$ 4,00
Uva – o quilograma	R\$ 6,00
Caqui – a dúzia	R\$ 2,00
Alface crespa – o pé	R\$ 1,00
Batata – o quilograma	R\$ 4,00
Cebola – o quilograma.....	R\$ 2,00
Ovos – 6 unidade.....	R\$ 2,00

Quanto gastarei se comprar 2Kg de maçã?

R: _____

E se eu comprar 6 Kg de batatas, quanto gastarei?

R: _____

Se eu comprar 5 pés de alface, quanto gastarei?

R: _____

Quanto gastarei se comprar 3 dúzias de caqui?

R: _____

11/03- Quinta -feira

Língua Portuguesa

Leia:



Atividade1:

A) Esse texto narra uma história por meio de imagens e texto escrito, organizados em quadinhos. Como é chamado esse gênero textual?

- () Poema () Receita () História em Quadrinhos

B) Observe os desenhos do cenário e marque um **X** no lugar onde essa história acontece:

() na escola () na casa da Magali () na feira

C) Porque a Magali mordeu a televisão?

() porque estava com fome

() porque achou a receita do bolo irresistível

D) Como vocês viram a receita do texto acima foi escrita por falas, comum em História em quadrinhos.

Agora você fará a Lista dos ingredientes do Bolo da História como aparece em uma receita.

Bolo de Baunilha

Ingredientes:

E) Complete as palavras abaixo com **R** ou **RR**:

i__esistível xíca__a la__anja fa__inha
te__ível chu__asco ga__afa __olo

Leia:

ANIMAIS VERTEBRADOS E INVERTEBRADOS

O que são animais vertebrados?

Os animais vertebrados são os seres vivos que possuem o organismo mais avançado em nosso planeta. Eles possuem como característica principal: medula espinhal e coluna vertebral (formada por vértebras).

Exemplos de animais vertebrados: peixes, cobra, tartaruga, pássaro e outras mais.

O que são animais invertebrados?

Os animais invertebrados são aqueles que não possuem crânio, nem coluna vertebral. Em muitos casos, possuem corpo mole. Os animais invertebrados podem ser classificados em: terrestres e aquáticos.

Exemplos de animais invertebrados: formiga, minhoca, polvo e outras mais.

Atividade 1

1- Relacione adequadamente os animais no quadro abaixo:

Água-viva	Elefante	Coelho	Aranha	Mosquito
Estrela do mar	Caracol	Lagosta	Onça	Cavalo- marinho

ANIMAIS VERTEBRADOS	ANIMAIS INVERTEBRADOS

3º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES

ESCOLA MUNICIPAL ARTHUR DA COSTA E SILVA

PROFESSORA: MARIA RITA SALMAZO

COMPONENTE CURRICULAR: ARTE

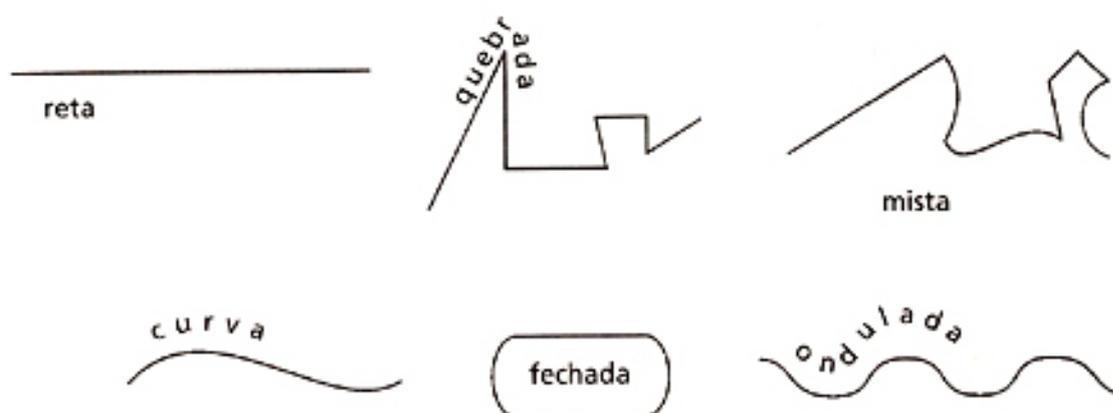
PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 08 a 12 de Março de 2021.

ALUNO(A): _____ TURMA: 4º _____

O QUE VAMOS ESTUDAR?	➤ Elementos da Linguagem Visual: Linhas e as Cores.
PARA QUE VAMOS ESTUDAR?	➤ Reconhecer e explorar alguns dos elementos da linguagem visual (linhas e as cores) e, seu uso em composições artísticas; ➤ Experimentar procedimentos de desenho, recorte e pintura.
COMO VAMOS ESTUDAR?	➤ Organizando os estudos, assistindo aos vídeos explicativos da professora e fazendo as atividades.
COMO VAMOS REGISTRAR?	➤ Fazendo as atividades propostas nos roteiros, utilizando os materiais escolares comuns, como: papel sulfite ou caderno, régua, borracha, lápis de escrever, lápis de cor, canetinhas (se tiver), dentre outros que forem necessários.

ARTE

RECORDANDO: A partir de um ponto podemos traçar uma **linha**. A linha é uma sequência de pontos. Essa linha deve ser entendida como força e direção e não apenas como linha de contorno. Isso quer dizer que as linhas direcionam o nosso olhar diante da imagem. Assim, elas também podem gerar sensações psicológicas como paz, agitação, etc. Para visualizarmos os diferentes tipos de linhas e suas sensações, **vejamos a linha na arte.**



ATIVIDADE: “CABELO MALUCO”

Agora é com você!! Nessa atividade iremos inserir as linhas para formar cabelo maluco. Você poderá desenhar a cabeça ou recortar a imagem da mesma de uma revista, jornal ou um livro usado. Os fios dos cabelos serão as linhas que estão acima, você poderá usar todas elas:

reta, curva, ondulada, quebrada, mista e fechada. Depois que desenhou o cabelo maluco use as cores de sua preferência com muita criatividade.

Sei que você vai dar um show!



REGISTRE AQUI SEU DESENHO.

A large, empty rectangular box intended for the student to draw and register their own hairstyle design.

3º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL ARTHUR DA COSTA E SILVA

PROFESSOR: SILDIMAR

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

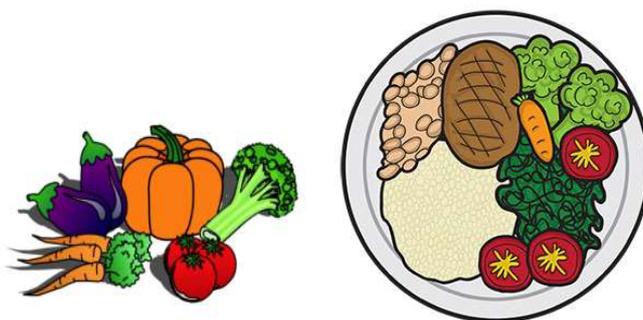
PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 08 A 12 DE MARÇO DE 2021.

NOME: _____ 4º ANO _____

- 1- **O que vamos aprender:** Saúde e qualidade de vida. – **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.**
- 2- **Para que vamos estudar esses conteúdos:** Entender a importância da hidratação do descanso, para recuperação na atividade física e a importância de ter bons hábitos alimentares.
- 3- **Como vamos estudar esse conteúdo:** Através da atividade abaixo e do vídeo sobre esse assunto.

Leia o texto com atenção.

A alimentação se reflete na saúde, por isso, adotar um estilo de vida saudável, além de prevenir doenças, contribui para se alcançar o equilíbrio de que precisamos para nos sentirmos bem com o corpo e a mente. Esse equilíbrio envolve uma alimentação rica, variada e saborosa e a prática de atividade física regular. Os alimentos fornecem nutrientes que são as substâncias que precisamos para nutrir nosso organismo, como: proteínas, carboidratos, gorduras, vitaminas, minerais, fibras e água. Cada um deles possui funções específicas e fundamentais para o seu bom funcionamento. As calorias dos alimentos não devem ser a única referência para a sua decisão de consumi-lo. O valor de fibras, vitaminas e minerais (informação nutricional) indicam o quão importante ele pode ser para a sua saúde, independentemente do número de calorias. Esta é uma forma de garantir que toda a energia que você consumir vai trazer com ela nutrientes que enriquecem o seu corpo, mantendo, assim, a forma física e a saúde em dia.



Link sobre alimentação saudável: <https://www.youtube.com/watch?v=MEz3Z9WoF-U>

- 4- **De que forma vamos registrar o que aprendemos?**

Após ler o texto acima, e assistir os vídeos, os alunos deverão registrar no caderno da seguinte forma:

3º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL ARTHUR DA COSTA E SILVA

PROFESSORA: DAIANA APARECIDA DE JESUS OLIVEIRA

ALUNO(A): _____ TURMA: 4ºANO ____

COMPONENTE CURRICULAR: LÍNGUA INGLESA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 08 A 12 DE MARÇO DE 2021.

ÁUDIO/VÍDEO DA PROFESSORA	Olá querido(a) aluno(a)! Ouça o áudio/vídeo da professora para entender como realizar a atividade.
O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR?	Repertório lexical relacionado à rotina pessoal e escolar sobre Saudações - <i>Greetings</i>
PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?	Conhecer e compreender o significado de palavras e expressões em textos condizentes com a rotina pessoal e ambiente escolar de saudações, ou presentes no cotidiano do aluno, que servirão de subsídios para a aquisição do próprio repertório lexical.
COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?	Sugestão de vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=03XgDWozJOw Realizar as atividades propostas orais e escritas sobre as saudações em Português e Inglês.
COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?	Vamos escrever o nome, a turma, a data, completar a cruzadinha sobre Saudações em Inglês e colorir as imagens relacionadas.

Greetings (Saudações)

Hi! / Hello! – Oi! / Olá!

Good morning! – Bom dia!

Good afternoon! – Boa tarde!

Good evening! – Boa noite! (Ao encontrar-se com alguém à noite)

Good Night! - Boa noite! (Ao despedir-se de alguém à noite)

Welcome! – Bem-vindo!

Date: March/____/2021.

Exercise (Exercício):

- 1- Complete the crossword about Greetings in English and color the images
(Complete a cruzadinha sobre Saudações em Inglês e pinte as imagens)

