



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

**ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19
3º ROTEIRO**

ESCOLA MUNICIPAL LUIZ REAL

PROFESSORA: Roberta Ferreira Sandoli TURMA:4º ANO

**COMPONENTES CURRICULARES: LÍNGUA PORTUGUESA, MATEMÁTICA E
EDUCAÇÃO FÍSICA**

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 11 a 15 de maio

Senhores pais e responsáveis

Vocês estão recebendo as **Atividades Complementares de Estudo para o período de isolamento-COVID 19**. Necessito muito de sua participação para que essas atividades sejam realizadas pelo seu filho. Os senhores precisam organizar um tempo, em casa, para a realização das atividades e para que seu filho possa estudar com tranquilidade.

No roteiro a seguir estão as atividades e todas as orientações para sua execução. Tudo está descrito de forma simples. Mas se houver alguma dúvida podem entrar em contato comigo pelo *WhatsApp*, estarei à disposição para ajudar.

Seu filho deverá realizar todas as atividades no **caderno de casa**. Ele terá o período de 11 a 15 de maio para concluir essas atividades. Na sexta-feira, dia 15, enviarei as respostas para que vocês possam realizar a correção e verificarem os erros e acertos.

Cuidem-se e cuidem de sua família. Em breve tudo estará bem.

Bjks,





Tia Rô

APRESENTAÇÃO DO PROFESSOR	Olá querido (a), aluno (a)! Você deve ouvir o áudio explicativo que está disponível em nosso grupo antes de realizar as atividades.
O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR:	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Língua Portuguesa→ Gênero informativo (curiosidades), Verbos na 3ª pessoa do Plural terminados em ãO (Futuro)/ AM (Passado). ➤ Matemática→ Medidas de comprimento: metro e centímetro ➤ Educação Física→ Ginástica



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

<p>PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Diferenciar o uso do ãO/AM em verbos; ➤ Ler textos de curiosidades; ➤ Encontrar informações; ➤ Conhecer novas palavras; ➤ Compreender a importância das medidas padronizadas; ➤ Diferenciar metros de centímetros. ➤ Conhecer e compreender o próprio corpo, as habilidades, estruturas e coordenação motoras, orientação e estruturação espaço temporal, esquema e percepção corporal
<p>COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?</p>	 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Textos e vídeos sobre curiosidades e atividades escritas envolvendo os conteúdos!!! ➤ Realizando as atividades físicas que envolvem o aquecimento e o alongamento corporal.
<p>COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?</p>	 <ul style="list-style-type: none"> ➤ Para isso, vocês realizarão as atividades no caderno de sala e assistirão o vídeo. Coloquem sempre a data e as repostas de acordo com as atividades propostas. Ah! Podem também usar uma caneta bem legal e colorida para por o cabeçalho ➤ Em educação física, coloque a data em que irá realizar as atividades! O aluno deverá colocar a data, escrever Atividade de Educação Física: aquecimento e alongamento, e descrever ou desenhar a atividade que foi realizada.

ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

SEGUNDA-FEIRA, 11 DE MAIO DE 2020

LÍNGUA PORTUGUESA

Leia o texto de curiosidades a seguir:

Cuidado! Esta lista contém informações e imagens explícitas...



de baratas!!!!

1. As baratas surgiram há aproximadamente 200 milhões de anos, antes dos dinossauros e continuam aí, firmes;
2. Baratas podem transmitir dezenas de doenças como cólera, febre tifoide, herpes, poliomielite e conjuntivite;
3. Uma barata pode sobreviver durante algumas semanas sem a cabeça, graças à gordura acumulada no corpo, mas acaba morrendo de fome;
4. Se uma perna da barata for arrancada, ela pode se regenerar rapidamente, mas somente se o inseto for filhote. Na fase adulta, isso não é mais possível;
5. Algumas espécies podem resistir a mais de um mês sem beber água;
6. Baratas formam grupos e vivem em bairros;
7. Baratas podem tomar decisões em grupo, mas nada muito complexo...
8. Se uma barata ficar muito tempo sozinha, poderá adoecer. Tadinha!!!
9. Em média, uma barata vive entre cinco e seis meses, mas há espécies que chegam até a quatro anos;
10. Ao contrário do que se diz, as baratas não sobreviveriam a um ataque nuclear, mas são muito mais resistentes que os humanos;
11. O único lugar do mundo onde não existem baratas são os Polos Norte e Sul, pela baixa temperatura;
12. Baratas não dormem, mas se recolhem durante o dia;
13. Elas comem de tudo, de cola a cocô, exceto pepino;
14. Baratas soltam muito pum;
15. Baratas enviadas para o espaço se tornaram mais rápidas, fortes e resistentes do que as da Terra;
16. Ela é a campeã de velocidade no reino animal! As baratas podem percorrer cinco mil metros em uma hora. Se tivessem o tamanho de um ser humano, chegariam a 320 quilômetros por hora ;
17. Uma única barata é capaz de gerar 800 baratinhas;
18. Em diversos países, a barata é um aperitivo servido frito;
19. As baratas podem chegar a ter 9 centímetros de comprimento;
20. Agora, lá vem o vomitão: uma barra de chocolate contém, em média, oito partículas de baratas...Eca!!!



Atividades

- 1) Esse texto traz curiosidades sobre um inseto não muito bem recebido em nossas casas. Por que você acha que isso acontece?



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

R _____

- 2) Das curiosidades que você leu sobre a barata, qual achou mais interessante? Justifique sua resposta:

R _____

- 3) “Se uma perna da barata for arrancada, ela pode se **regenerar** rapidamente, mas somente se o inseto for filhote.” Explique o significado da palavra destacada:

R _____

- 4) Podemos dizer que esse texto é:

() Informativo

() Poético

- 5) Onde podemos encontrá-lo: (Pode marcar mais de uma alternativa)

() Jornais () Revistas () Manuais () Sites () Livros de Receita

- 6) O que o autor do texto quis dizer com essa oração: “Ela é a campeã de velocidade no reino animal”

R _____

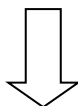
Agora, observe a frase abaixo:

“As baratas **surgiram** há aproximadamente 200 milhões de anos”



A palavra grifada é um **verbo**: ela indica que a ação já aconteceu.

As baratas **surgirão** à noite para pegar os doces da mesa.



A palavra grifada é um **verbo**: ela indica que a ação ainda irá acontecer.

Sendo assim:


Verbos no **PASSADO** terminam em **AM**

Verbos no **FUTURO** terminam em **ÃO**

ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

- 7) Encontre no caça-palavras os seguintes verbos: **dançarão, assistiram, andarão, escorregarão, ficaram, dormirão, pegarão, tomaram, comerão, dormirão, perderam, voarão**. Em seguida, classifique-os na tabela abaixo:



PASSADO	FUTURO
	

ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

MATEMÁTICA

Observem as informações que eu retirei do texto sobre as baratas:

“As baratas podem chegar a ter **9 centímetros** de comprimento”

“As baratas podem percorrer **cinco mil metros** em uma hora.”

“Se tivessem o tamanho de um ser humano, chegariam a **320 quilômetros** por hora”

Todas elas tratam de medidas de **COMPRIMENTO**.

Quando necessitamos medir a altura de uma pessoa, tamanho de uma mesa, comprar uma barra de cano ou de ferro entre outros objetos, utilizamos as medidas de comprimento. A medida de comprimento mais utilizada é o **metro**, mas existem outras que são utilizadas de acordo com a extensão que queremos medir. Algumas medidas de comprimento são maiores (**quilômetro**) e outras menores (**centímetro**) que o metro.

Esses são alguns instrumentos que usamos para medir.



1 metro = 100 cm (centímetro), ou seja, dentro de 1 metro temos 100 centímetros.

1. Tenho 50 centímetros. Quantos centímetros faltam para completar um metro?

50 centímetros:

40 centímetros:

30 centímetros :

2. Comprei 2 metros de cetim. Minha irmã comprou o dobro. **Quantos metros compramos juntos?**

a. () 6 metros

b. () 8 metros

c. () 4 metros



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

3. Uma peça de tecido tem 20 metros. Quantos metros tem 8 peças iguais a essa?

- a. () 166 metros
- b. () 160 metros
- c. () 150 metros

4. Comprei 36 metros de tecido para fazer 3 toalhas de mesa do mesmo tamanho. Quantos metros terá cada toalha?

- a. () 12 metros
- b. () 13 metros
- c. () 14 metros

5. Coloque um (x) no que pode ser medido com: trena, fita métrica ou régua:

- a. () tecido
- b. () estradas
- c. () ruas
- d. () feijão
- e. () muros
- f. () arroz
- g. () linha

6. A rua da escola Luiz Real mede 46 metros. A rua da casa da Camila mede 34 metros. Quantos metros medem as duas ruas juntas?

- a. () 80 metros
- b. () 60 metros
- c. () 50 metros

7. Comprei 56 metros de tecido para fazer 4 cortinas do mesmo tamanho. Elas serão colocadas na sala de aula da nossa escola. Quantos metros terá cada cortina?

- a. () 12 metros
- b. () 13 metros
- c. () 14 metros

Neste link vcs vão curtir um vídeo com uma série de curiosidades sobre o mundo animal! Ah!!! Podem ficar tranquilos...não tem baratas!!!

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=video&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiK8b7PsJ_pAhUoJrkGHcVhCI4QtwIIJzAA&url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DbBEfAz60i74&usq=AOvVaw10pl-DqLNTVki7mxNklRaw



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

EDUCAÇÃO FÍSICA

- **O aquecimento**, como você já sabe, é um conjunto de atividades que tem como objetivo principal aumentar a temperatura corporal e preparar o corpo para o exercício, evitando lesões.



2- Se aquecendo:

- ✓ 15 pulos no lugar com os dois pés
- ✓ 10 pulos com o pé direito
- ✓ 10 pulos com o pé esquerdo
- ✓ 10 agacha e salta
- ✓ Conte até 30 girando os braços e pulando.

FAÇA NOVAMENTE MAIS 2 VEZES.

3- Quem tem acesso a internet, assista o vídeo e repita a coreografia
https://www.youtube.com/watch?v=1s1c3AWP_VM.

ATIVIDADE 2

1- Alongamento é um conjunto de movimentos lentos, com o objetivo de aumentar a elasticidade e a flexibilidade dos músculos, evitando lesões.

Alongar para quê?

Devemos alongar porque nos **traz** diversos **benefícios**, entre eles estão:

- correção da postura;
- relaxamento do corpo;
- aumento da amplitude de movimentos; (por exemplo, conseguir abrir as pernas totalmente, até que as duas estejam encostadas no chão) ativação da circulação.
- proporciona o bem-estar físico e mental do praticante.

O alongamento pode ser realizado **antes** e **depois** da **atividade física**, em diversas posições, como em pé, sentado ou deitado.

2 – Vamos alongar: Segure cada movimento por 30 segundos (conte até 30 bem devagar)

ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ALONGAMENTO MELHORA A FLEXIBILIDADE DOS MÚSCULOS, PREVENINDO LESÕES, DORES E AUMENTA A AGILIDADE DOS MOVIMENTOS. PRESTAR ATENÇÃO NA RESPIRAÇÃO É FUNDAMENTAL.



PESCOÇO



BRAÇOS



PULSOS

ALONGAMENTO DAS PERNAS

VOU DEIXAR ESSA PARTE COM A AMANHÃ, ELA É MUITO MAIS FLEXÍVEL DO QUE EU.



Pesquisa: agora que todos já sabem o que é aquecimento e alongamento, vocês vão entrevistar alguém da família, perguntado se eles se aquecem e/ou fazem alongamento, quais alongamentos eles sabem fazer?

➤ **Quem tem acesso a internet, poderá acessar o link de alongamento:**

https://youtu.be/vXafbiA9_dg

<https://youtu.be/UJN1cljyhVg>