



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

20º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL MARIA TEIXEIRA GEORG.

PROFESSORAS: Fernanda Assis de Almeida e Nilcéia Lonardoní Pizzaia

TURMAS: 4ºs ano A e B

COMPONENTES CURRICULARES: Língua Portuguesa, Matemática, Geografia, Ciências e Ensino religioso.

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 21/09/2020 a 25/09/2020.



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**. Para não ocorrer o acúmulo de atividades sugerimos que as realizem diariamente. 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.

Um abraço,
Professoras Fernanda e Nilcéia

O QUE VAMOS ESTUDAR?

Língua Portuguesa

- Compreensão e interpretação de texto
- Ampliação de vocabulário

Matemática

- Estimativa
- Combinatória
- Resolução de problemas

Ensino Religioso

- Ideias de divindade (oriental)

Geografia

- Unidades político-administrativas do Brasil.



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

Ciências

- Fluxo de matéria e energia no ambiente: fotossíntese e cadeia alimentar (revisão).

PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?

- Ler e interpretar as ideias explícitas e implícitas do texto.

- Determinar de maneira aproximada uma quantidade.

Permitir que se descubram as mais variadas possibilidades de uma possível combinação de variáveis.

- Conhecer as principais ideias de divindades orientais.

- Ampliar o vocabulário.

- Identificar as unidades federativas do Brasil, destacando seu estado e a capital do país- Resolver problemas e desafios envolvendo as ideias da multiplicação e outras problematizações.

- Revisar o que é fotossíntese e cadeia alimentar.

COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?

- Organize seus estudos.

- Em seu caderno de casa coloque a data em que ira realizar as atividades.

- Realize as atividades com atenção e capricho.

SEGUNDA-FEIRA 21/09/2020

COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

- Com atividades diversificadas de acordo com o conteúdo trabalhado.

- **SUGESTÃO: no youtube você poderá acessar as aulas de Língua Portuguesa (dia 07.09) e Matemática (dia 07.09) para o 4º ano. CANAL TV ESCOLA CURITIBA- ENTRAR NA PLAYLIST, CLICAR EM MATEMÁTICA E LÍNGUA PORTUGUESA E APARECERÃO TODAS AS AULAS JÁ DADAS COM AS RESPECTIVAS DATAS. Não é obrigatório, é apenas mais um recurso disponível para auxiliar na aprendizagem do aluno.**

Língua Portuguesa

De olho no ritmo

Você sabe por que as pessoas costumam dizer que é importante praticar atividades físicas?

De maneira geral, é porque nos sentimos bem quando o corpo está em atividade física dentro de um ritmo confortável. Mas não é só isso!

Fazer atividades físicas regularmente pode nos trazer vários benefícios: para o coração, os vasos sanguíneos e para os músculos: torna-se mais fácil controlar o peso, melhora a coordenação dos nossos movimentos, adquirindo melhor flexibilidade.

Não se esqueça de que junto das atividades físicas devemos manter uma alimentação saudável, nos alimentando com alimentos naturais, evitando na medida do possível os alimentos industrializados, pois contem grande teor de conservantes.

Então! Comece a se exercitar e se alimentar bem e fique de olho no ritmo.





ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

1. Responda de acordo com o texto:

a. Por que é importante a prática de esportes juntamente com uma boa alimentação?

2. Leia o texto e depois separe os alimentos em duas colunas de acordo com as informações.

Alimentos naturais – são obtidos diretamente de plantas ou animais e não sofrem qualquer alteração após deixar a natureza.

Alimentos industrializados – são aqueles que, em geral, passam por uma série de etapas, técnicas e também a adição de outros ingredientes e químicos. A maioria desses produtos necessita de uma grande quantidade de procedimentos, e como o próprio nome diz, eles são produzidos diretamente nas indústrias e de lá passam para a nossa mesa.

tomate	carne	feijão	ovos	alface	iogurte
biscoito recheado			manteiga	macarrão	peixe

Alimentos naturais	Alimentos industrializados
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

MATEMÁTICA

1- Em cada operação, estime e pinte o resultado mais provável. (depois de feito o exercício use a tabuada para comprovar).



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

	Coluna 1	Coluna do meio	Coluna 2
16 : 4	4	5	3
36 : 6	7	6	9
49 : 7	8	2	7
63 : 9	8	7	5
81 : 9	9	8	7
15 : 3	4	5	3
21 : 7	3	1	4
42 : 6	2	7	9
35 : 5	6	3	7
72 : 8	4	9	5
18 : 9	2	3	9
12 : 3	7	4	6
63 : 7	9	7	3
48 : 8	5	7	6
54 : 9	8	6	7
45 : 9	5	4	2
24 : 4	7	3	6
28 : 7	4	8	5
10 : 2	3	5	1
14 : 7	8	9	2
15 : 5	3	7	4

TERÇA- FEIRA 22/09/2020

Com atividades diversificadas de acordo com o conteúdo trabalhado.

- **SUGESTÃO:** no youtube você poderá acessar as aulas de Matemática (dia 08.09), Ensino Religioso (dia 09.09) e Língua Portuguesa (dia 10.09) para o 4º ano. CANAL TV ESCOLA CURITIBA- ENTRAR NA PLAYLIST, CLICAR EM ENSINO RELIOSOS, MATEMÁTICA E HISTÓRIA E APARECERÃO TODAS AS AULAS JÁ DADAS COM AS RESPECTIVAS DATAS. Não é obrigatório, é apenas mais um recurso disponível para auxiliar na aprendizagem do aluno.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

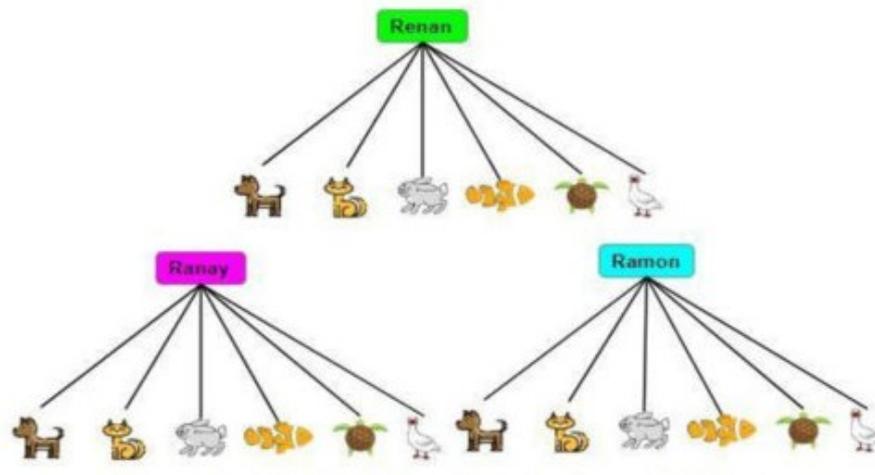
Matemática

Exemplo:

Renan, Ranay e Ramon são afilhados do Tio Fábio. Como adoram animais, ele resolveu presentear cada um deles, com um animal diferente. As opções eram: cão, gato, coelho, peixe, tartaruga e pato.



Com quais possíveis combinações diferentes Tio Fábio pode presentear cada sobrinho?

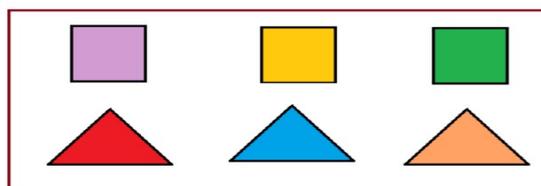


Pela multiplicação $3 \times 6 = 18$ ou seja dezoito possibilidades diferentes ou $6 \times 3 = 18$

1- Agora é sua vez:



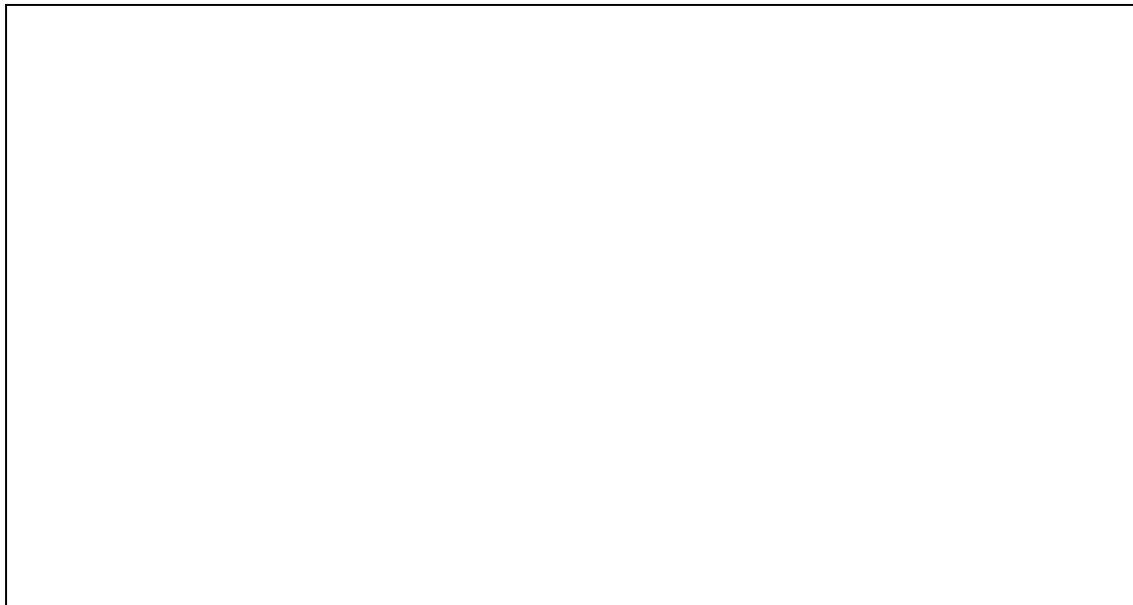
PAULINHO TEM QUE DESCOBRIR QUANTAS CASINHAS SÃO POSSÍVEIS DE CONSTRUIR COM AS SEGUINTE PEÇAS: 1 TRIÂNGULO VERMELHO, 1 TRIÂNGULO AZUL, 1 TRIÂNGULO COR DE LARANJA, 1 QUADRADO LILÁS, 1 QUADRADO AMARELO E 1 QUADRADO VERDE. QUANTAS CASINHAS SÃO POSSÍVEIS DE SEREM CONSTRUÍDAS COM TRIÂNGULOS E QUADRADOS?





ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

Faça como no exemplo acima , ligando as figuras para descobrir o número de possibilidades:



ENSINO RELIGIOSO

Leia o texto abaixo:

Hoje vamos dar continuidade à aula da semana passada.

Quem já ouviu falar em BUDA?

BUDA não é o nome de uma pessoa ou um Deus, mas um título. Significa: “Aquele que sabe a verdade” aplicado á alguém que atingiu um nível superior de entendimento, muita gente não sabe, mas não há um único BUDA.

No Budismo, os Deuses são apenas seres celestiais que habitam temporariamente em mundos celestiais de grande felicidade, tais seres porém não são eternos nessa forma e estão sujeitos a morte e eventual renascimento em reinos inferiores da existência.

O XINTOÍSMO, assim como o BUDISMO são religiões bastante difundidas no Oriente. Xintoísmo significa “caminho dos deuses” também é uma religião oriental, politeísta e animista.

No vídeo da TV Curitiba do dia 09/09/2020 aparece os nomes e as imagens de alguns Deuses da cultura japonesa.

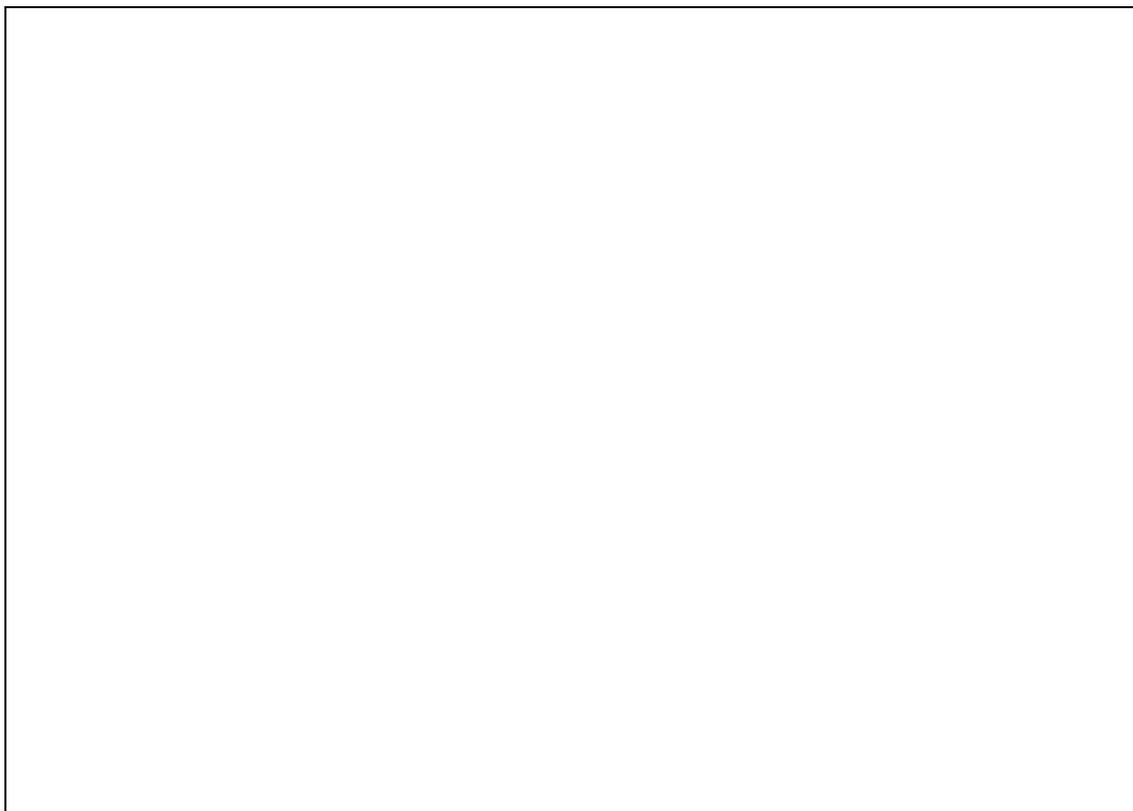
Na China que também é um país que faz parte do Oriente a mitologia também tem uma importância muito grande.

No Vídeo aparece que existe uma grande amizade entre Brasil e Japão e que o ORIGAMI é uma parte muito importante da cultura japonesa.

1- De acordo com o que lido, e voltando a falar de ORIGAMI, no vídeo da TV CURITIBA é ensinado com fazer o origami de uma raposa. Você poderá fazer o mesmo ou outro diferente, crie um cenário antes de colar o origami no roteiro: Se o espaço for pequeno cole em outra folha e coloque junto com o roteiro na hora de entregar.



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19



LÍNGUA PORTUGUESA

Por que existem roupas especiais para certos esportes?

Para ser um bom atleta, é preciso esforço e dedicação, mas outros fatores também ajudam: ter um lugar adequado para treinar, contar com o acompanhamento de especialistas e até vestir as roupas adequadas. Elas protegem o corpo, facilitam os movimentos e podem ajudar a melhorar o desempenho dos atletas.

Cada esporte pede roupas e acessórios diferentes. Pode reparar! Os jogadores de futebol, por exemplo, usam caneleiras que protegem as pernas. Além disso, suas camisas são largas e feitas com materiais bem leves, capazes de absorver o suor e secar rapidamente.

Tecido assim também são úteis para quem pratica esportes que causam muita transpiração, como corridas. Já os nadadores usam sungas ou maiôs lisos e colados no corpo, o que facilita o deslocamento na água.

Atletas da ginástica artística, por sua vez, precisam de roupas elásticas e flexíveis, mas muito resistentes – elas não podem rasgar em contato com barras, argolas e outros aparelhos durante as mil e uma piruetas e cambalhotas dos ginastas.

Para os surfistas e mergulhadores, o ideal são roupas que não absorvam água. Trajes assim ajudam a manter a temperatura do corpo nem muito fria, nem muito quente, além de diminuir o desconforto que seria causado por um tecido que ficasse molhado por muito tempo.



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

Existem ainda roupas esportivas que protegem contra a radiação solar e impedem a proliferação de fungos e bactérias que poderiam prejudicar a saúde dos atletas. Especialistas estão sempre em busca de tecidos novos para proteger os esportistas e ajudá-los a desenvolverem as suas provas com conforto e segurança. Quem sabe o que mais vão inventar?

Fábia Regina Gomes Ribeiro. Revista “Ciência Hoje das Crianças”. Edição 250. Disponível em: <<http://capes.cienciahoje.org.br>>. (Com cortes).

Questões

Questão 1 – Releia esta passagem do texto:

“Elas protegem o corpo, facilitam os movimentos e podem ajudar a melhorar o desempenho [...]”

A que a autora se refere nessa passagem do texto?

Questão 2 – No segundo parágrafo do texto, o adjetivo “largas” caracteriza:

- () as roupas dos jogadores de futebol.
- () as caneleiras dos jogadores de futebol.
- () as camisas dos jogadores de futebol.

Questão 3 – Em “[...] capazes de absorver o suor e secar rapidamente.”, o termo grifado exprime:

- () modo.
- () lugar.
- () intensidade.

Questão 4 – “[...] precisam de roupas elásticas e flexíveis, mas muito resistentes [...]”. Quem precisa, segundo o texto, desse tipo de roupa?

- () os jogadores de futebol.
- () os nadadores.
- () os atletas da ginástica artística.



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

QUARTA-FEIRA 23/09/2020

COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

- Com atividades diversificadas de acordo com o conteúdo trabalhado.
- **SUGESTÃO: no youtube você poderá acessar as aulas de Língua Portuguesa (08.09) e Geografia (dia 09.09) para o 4º ano. CANAL TV ESCOLA CURITIBA- ENTRAR NA PLAYLIST, CLICAR EM LÍNGUA PORTUGUESA E GEOGRAFIA APARECERÃO TODAS AS AULAS JÁ DADAS COM AS RESPECTIVAS DATAS. Não é obrigatório, é apenas mais um recurso disponível para auxiliar na aprendizagem do aluno.**

Língua Portuguesa

Para responder as questões abaixo faça novamente a leitura do texto **“Por que existem roupas especiais para certos esportes?”**

Questão 5 – No período “Tecido assim também são úteis para quem pratica esportes que causam muita transpiração, como corridas.”, a palavra destacada indica:

- () importância
- () exemplo
- () raridade

Questão 6 – Na parte “[...] sungas ou maiôs lisos e colados no corpo [...]”, a autora do texto cita as roupas usadas:

- () pelos nadadores.
- () pelos surfistas.
- () pelos mergulhadores.

Questão 7 – Grife, neste fragmento do texto, as palavras que indicam os benefícios que a “roupas esportivas” proporciona ao atleta.

“Existem ainda roupas esportivas que protegem contra a radiação solar e impedem a proliferação de fungos e bactérias que poderiam prejudicar a saúde dos atletas.”

Questão 8 – Na frase “Quem sabe o que mais vão inventar?”, as palavras em destaque podem ser substituídas por:

- () “inventaram”.
- () “inventam”.
- () “inventarão”.



Geografia

Atualmente a **divisão político-administrativa do Brasil** está configurada em unidades de federação, onde se encontram os Estados e o Distrito Federal, e Municípios.

O Brasil possui 27 Unidades de Federação, sendo 26 Estados e um Distrito Federal.

O Distrito Federal é onde se encontra a sede do governo brasileiro, no qual estão concentrados os três poderes federais (Executivo, Judiciário e Legislativo), localizado em Brasília, no Estado de Goiás, é no Distrito Federal que está a Capital do país, daí sua importância política para o país.

ESTADOS BRASILEIROS



AC - ACRE
AL - ALAGOAS
AM - AMAZONAS
AP - AMAPÁ
BA - BAHIA
CE - CEARÁ
DF - DISTRITO FEDERAL

ES - ESPÍRITO SANTO
GO - GOIÁS
MA - MARANHÃO
MG - MINAS GERAIS
MS - MATO GROSSO DO SUL
MT - MATO GROSSO
PA - PARÁ

PB - PARAÍBA
PE - PERNAMBUCO
PI - PIAUÍ
PR - PARANÁ
RJ - RIO DE JANEIRO
RN - RIO GRANDE DO NORTE
RO - RONDÔNIA

RR - RORAIMA
RS - RIO GRANDE DO SUL
SC - SANTA CATARINA
SE - SERGIPE
SP - SÃO PAULO
TO - TOCANTINS

1. Agora localize no mapa o seu estado “PARANÁ” e a capital do Brasil e pinte com uma cor de sua preferência.



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

QUINTA-FEIRA 24/09/2020

COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

- Com atividades diversificadas de acordo com o conteúdo trabalhado.
- **SUGESTÃO: no youtube você poderá acessar as aulas de Matemática (dia 11.09) e Ciências (dia 10.09) para o 4º ano. CANAL TV ESCOLA CURITIBA- ENTRAR NA PLAYLIST, CLICAR EM CIÊNCIAS E LÍNGUA PORTUGUESA E APARECERÃO TODAS AS AULAS JÁ DADAS COM AS RESPECTIVAS DATAS. Não é obrigatório, é apenas mais um recurso disponível para auxiliar na aprendizagem do aluno.**

MATEMÁTICA

- 1- Tenho 2 centenas e meia de figurinhas e meu irmão tem o dobro. Quantas figurinhas temos juntos.

R= _____

- 2- José foi comprar uma máquina de lavar. Deu de entrada R\$ 550,00 e o restante parcelou em 3 vezes de R\$150,00. Qual o valor total da máquina que José comprou?

R= _____

CIÊNCIAS

Fotossíntese

Fotossíntese é um processo realizado pelas plantas para a produção de energia necessária para a sua sobrevivência.

Como acontece?

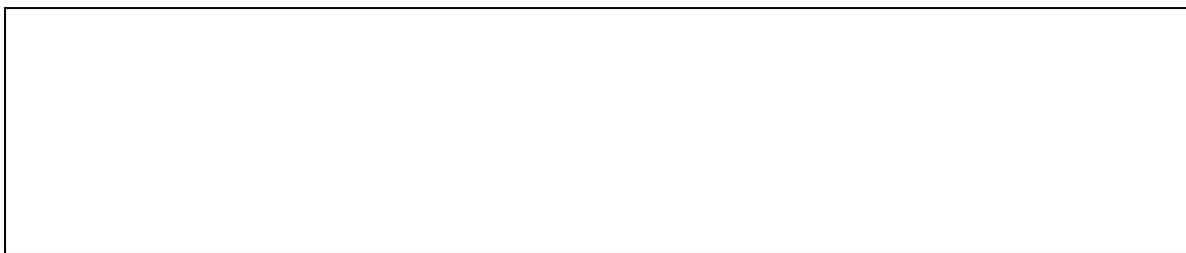
A água e os sais minerais são retirados do solo através da raiz da planta e chega até as folhas pelo caule em forma de seiva, denominada seiva bruta. A luz do sol, por sua vez também é absorvida pela

ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

folha, através da clorofila, substância que dá a coloração verde das folhas. Então a clorofila e a energia solar transformam os outros ingredientes em glicose. Essa substância é conduzida ao longo dos canais existentes na planta para todas as partes do vegetal. Ela utiliza parte desse alimento para viver e crescer; a outra parte fica armazenada na raiz, caule e sementes, sob a forma de amido.

A fotossíntese também desempenha outro importante papel na natureza: a purificação do ar, pois retira o gás carbônico liberado na nossa respiração ou na queima de combustíveis, como a gasolina, e ao final, libera oxigênio para a atmosfera.

1- De acordo com a explicação dada acima faça um desenho representando o processo da fotossíntese:



O que os seres vivos retiram do ambiente eles devolvem. Tem sido assim desde do início da existência da vida da terra, até os dias de hoje. Trata-se de um ciclo eterno.

A este ciclo damos o nome de CADEIA ALIMENTAR.

Na cadeia Alimentar, a energia vai sendo transferida de um ser vivo a outro. Para representar uma cadeia alimentar usamos setas.

Os componentes da cadeia alimentar são os seres:

- **Produtores** - são todos os seres que fabricam o seu próprio alimento, através da fotossíntese, sendo neste caso as plantas, sejam elas terrestres ou aquáticas.
- **Animais** - os animais obtém sua energia e alimentos comendo plantas ou outros animais, pois não realizam fotossíntese, sendo, portanto incapazes de fabricarem seu próprio alimento.
- **Decompositores** - apesar da sua importância, os decompositores nem sempre são muito fáceis de serem observados em um ecossistema, pois sendo a maioria formada por seres microscópicos, a constatação da sua presença não é uma tarefa tão fácil. As bactérias e os fungos são seres decompositores.

CICLO CADEIA ALIMENTAR



20º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES

ESCOLA MUNICIPAL MARIA TEIXEIRA GEORG

PROFESSORA: ADRIANA MARCUZ

TURMA: 4º E 5º ANOS

ALUNO: _____

COMPONENTE CURRICULAR: ARTE

PERÍODODEREALIZAÇÃO: 21 A 25 DE SETEMBRO DE 2020

O QUE VAMOS ESTUDAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Matrizes Estéticas e Culturais: artista nacional – Tarsila do Amaral; • Elementos da linguagem visual: cores e composição artística com referência em obras da artista.
PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer e analisar a influência de distintas matrizes estéticas e culturais da arte visual nas manifestações artísticas presentes em obras de arte nacionais; • Conhecer e apreciar obras da artista Tarsila do Amaral; • Produzir uma composição artística retratando a brasilidade e as cores da Pátria.
COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?	Organizando os estudos e assistindo aos vídeos explicativos da professora, fazendo as atividades e, complementando a aprendizagem acessando os links propostos em cada roteiro.
COMO VAMOS REGISTRAR?	Fazendo as atividades propostas nos roteiros, utilizando os materiais escolares comuns, como: papel sulfite ou caderno, régua, borracha, tesoura, cola, lápis de escrever, tintas, lápis de cor ou giz de cera.

ARTE

❖ **ATIVIDADE DA SEMANA: COMPOSIÇÃO ARTÍSTICA COM AS CORES DA NOSSA PÁTRIA**

SAIBA: *Tarsila de Aguiar do Amaral foi uma pintora, desenhista e tradutora brasileira e uma das figuras centrais da pintura e da primeira fase do movimento modernista, em 1922, com a Semana de Arte Moderno Brasil. Influenciada por técnicas europeias, cria um estilo próprio, explorando formas, temas e cores na busca por uma pintura com cores mais ousadas e pinceladas mais marcadas de caráter tipicamente brasileiro.*

ACESSE OS LINKS ABAIXO PARA APRENDER AINDA MAIS:

- SOBRE ARTISTA: <https://www.youtube.com/watch?v=EHDS6H9Bwco&feature=youtu.be&abo>
- OBRAS ARTISTA: <https://www.youtube.com/watch?v=TyHrhkrEbuU&feature=youtu.be&abo>

2-AGORA, É COM VOCÊ:

- **ASSISTA AO VÍDEO DA PROFESSORA E REGISTRE A APRENDIZAGEM DE HOJE:**
 - Pense bastante sobre o que você já sabe ou conhece sobre as belezas do nosso Brasil;
 - Faça uma belíssima composição artística, retratando por meio de desenhos e pintura essas belezas nacionais;
 - Desenhe explorando bem o espaço da folha;
 - Pinte usando somente as cores de nossa Pátria, como: o verde, amarelo, azul e branco. Use tintas (se tiver) ou outro material alternativo que tenha em casa como o lápis de cor ou giz de



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

cera.

- Não esqueça: a **data e o nome** da atividade: “20º ROTEIRO: COMPOSIÇÃO ARTÍSTICA COM AS CORES DA NOSSA PÁTRIA”;

NOME DA ATIVIDADE: _____

- Seja criativo (a), capriche e envie fotos para a professora de arte!!



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

20º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL MARIA TEIXEIRA GEORG

PROFESSORA ALDECIR CRISTINA IANKOSKI BETANIM

PROFESSOR CARLOS APARECIDO SANTOS

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA TURMA: 4º ANO

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 21 A 25 DE SETEMBRO DE 2020.

ALUNO(A): _____

- 1- O que vamos aprender:** Práticas Corporais de Aventura – jogos de aventura: PARKOUR
- 2- Para que vamos estudar esses conteúdos:** Experimentar e fruir diferentes jogos de aventura, baseados em práticas corporais de aventuras urbanas e da natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como a dos demais, reconhecendo e respeitando a pluralidade de ideias e a diversidade cultural humana (PR.EF04EF.n.4.17).
- 3- Como vamos estudar esse conteúdo?** Nessa aula trabalharemos o PARKOUR, realizando atividades que preparam o corpo para a prática do esporte. A palavra é um jeito diferente de escrever parcours – “percurso” em francês. O objetivo do PARKOUR é se deslocar de um ponto a outro (daí o nome) de modo rápido e direto, sem desviar de obstáculos como muros, vãos ou carros. Eles devem ser transpostos com manobras que envolvem saltos, escaladas e nenhum equipamento além do próprio corpo. O espaço ideal para a prática é a paisagem urbana. Existem técnicas específicas que marcam o Parkour como esporte: saltos, rolamentos, aterrissagens e equilíbrio. Segue uma lista com os principais movimentos:

1) Saltos:

- Salto do gato: Quando o objetivo é pendurar e se fixar em algum lugar;
- Drop, Kitty: Quando, após um salto, o traceur deixa seu corpo cair levemente em direção a um lugar mais baixo;
- Salto com distância: Salto com a intenção de locomover o corpo de um local a outro, atravessando uma fenda. É geralmente seguido de um rolamento no solo;
- Salto de precisão: Salto que requer muito equilíbrio, pois ocorre quando o praticante passa de um local em que está imóvel a outro, para também permanecer estático. Geralmente são feitos de locais pequenos para locais pequenos, por isso o nome “precisão”;
- Passagem de obstáculo reversa: Salto em que as duas mãos são utilizadas como apoio no solo, enquanto o corpo faz uma volta de 360 graus.

2) Desmonte: Quando o praticante se solta do seu local para outro;

3) Aterrissagem: Queda branda com o intuito de minimizar lesões;

4) Equilíbrios:

- Simples: Manter o corpo sobre locais de pequeno apoio;
- Equilíbrio do Gato: Manter o corpo sobre local de pequeno apoio em quatro apoios, ou seja, imitando um gato;



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

- 5) Passagem por baixo da barra: Quando o praticante faz a passagem por baixo de locais baixos;
- 6) Passagem de Muros: Impulsão com os pés na parede, para se agarrar no topo e, depois, fazer o movimento de subida;
- 7) Subida: subir em algum local, sem o auxílio das pernas, apenas a partir das forças dos braços.

O que precisa para praticarmos?

Espaço a qual não tenha objetos ponte agudos, dois pares de sapatos.

Alongamentos: membros inferiores (pernas) membros superiores(braços).

ATIVIDADE:

- Colocar um calçado separado do outro em uma distância de 1 m. Um calçado será o ponto de início e o outro de queda. Você deverá saltar com os dois pés de um ponto ao outro, sem fazer barulho ao cair com os dois pés. Repetir por 5x. Depois aumentar a distância dos calçados em 1,5m e saltar 5 vezes.
- Saltar no lugar, o mais alto que conseguir, flexionando os joelhos, e a queda deve ser suave. Repetir 5x.

LINK DAS ATIVIDADES: <https://www.youtube.com/watch?v=z3qA3rT44uo&t=329s>

DE QUE FORMA VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

Coloque a data, escreva o componente curricular “Educação Física”, coloque o conteúdo, “Práticas Corporais de Aventura” e responda a questão abaixo:

DATA: ____/____/____

COMPONENTE CURRICULAR: _____

CONTEÚDO: _____

1- Sobre o PARKOUR, assinale a alternativa INCORRETA:

- A- () A prática do parkour é focada em ultrapassar obstáculos, de forma segura e rápida, a partir do uso do próprio corpo e suas capacidades.
- B- () É um esporte realizado na água.
- C- () Pode ser praticado na escola com a supervisão do professor de educação física.
- . D- () O espaço ideal para a prática é a paisagem urbana.



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

20º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL

PROFESSORA:

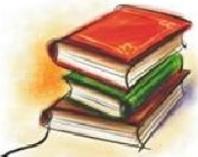
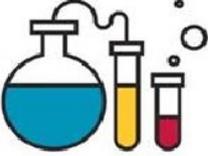
TURMA: 4º ANO

COMPONENTE CURRICULAR: LÍNGUA INGLESA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 21 A 25 DE SETEMBRO DE 2020.

VÍDEO DO(A) PROFESSOR(A)	Olá querido(a) aluno(a)! Ouça o vídeo do(a) professor(a) para entender como realizar a atividade.
O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR:	- Repertório lexical relacionado às disciplinas escolares (School Subjects) – <i>Portuguese, Mathematics, Science, Geography, History, English, Physical Education, Art.</i>
PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?	- Conhecer e compreender, com o apoio do(a) professor(a), o significado de palavras que nomeiam as disciplinas escolares que servirão de subsídio para a aquisição do próprio repertório lexical.
COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?	- Assista o vídeo de sugestão de conteúdo: https://youtu.be/AnZxeX_8mVk - Assista o vídeo explicativo do professor e faça a leitura e compreensão dos vocábulos que nomeiam as disciplinas escolares em inglês.
COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?	- Vamos registrar pela resolução do exercício no qual os alunos irão analisar um cronograma e escolherão a opção correta para cada pergunta após interpretação do cronograma.

SCHOOL SUBJECTS VOCABULARY

 MATH Matemática	 COMPUTER Computação	 ART Arte	 ENGLISH Inglês	 GEOGRAPHY Geografia
 PORTUGUESE Português	 PHYSICAL EDUCATION (P.E.) Educação física	 HISTORY História	 LITERATURE Literatura	 SCIENCE Ciências

DATE: SEPTEMBER, _____, 2020.



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ALUNO: _____

EXERCISE

- 1- **LOOK AT GUSTAVO’S SCHEDULE AND CHOOSE THE CORRECT ALTERNATIVE WITH NA “X”**
(**OLHE O CRONOGRAMA DE GUSTAVO E ESCOLHA A ALTERNATIVA CORRETA COM UM “X”**).

MONDAY SEGUNDA-FEIRA	TUESDAY TERÇA-FEIRA	WEDNESDAY QUARTA- FEIRA	THURSDAY QUINTA-FEIRA	FRIDAY SEXTA-FEIRA
PORTUGUESE	HISTORY	ENGLISH	PORTUGUESE	MATH
ART	GEOGRAPHY	PHYSICAL EDUCATION	LITERATURE	FREE (LIVRE)

- A) What subjects he studies on Wednesday?
(Quais matérias ele estuda na quarta-feira?)
- a) Geography and History
 - b) Portuguesa and Math
 - c) English and Physical Education
- B) What day is Gustavo free?
(Que dia Gustavo está livre?)
- a) Friday
 - b) Tuesday
 - c) Thursday
- C) What class is after History?
(Qual aula é depois de História?)
- a) English
 - b) Geography
 - c) Math
- D) What school subject does he have twice a week?
(Qual disciplina escolar ele tem duas vezes na semana?)
- a) Literature
 - b) Math
 - c) Portuguese