



**Prefeitura de  
Rolândia**



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19**

**25º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19**

**ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO.**

ALUNO (A): \_\_\_\_\_

**Professores:** Elessandra M. R. Goes Turma: 4º ANO A  
Kelly T. de Souza Freitas Turma: 4º ANO B  
Rosangela A. Kikuchi Turma: 4º ANO C  
Kelly T. de Souza Freitas Turma: 4º ANO D

**COMPONENTES CURRICULARES: LÍNGUA PORTUGUESA, MATEMÁTICA E ENSINO RELIGIOSO.**

**PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 26/10/2020 À 29/10/2020**

**O QUE VAMOS ESTUDAR?**

**Português:** Gênero textual – Artigo de divulgação científica. Registro formal/informal/gíria. Palavras terminadas em -isar e -izar.

**Matemática:** Agrupamentos e reagrupamentos: dezena, centena, unidade de milhar e dezena de milhar; Problemas de adição e de subtração no conjunto dos números naturais.

**Ensino religioso:** idéias de divindades (afro).

**PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?**

**Português:** Compreender aspectos relacionados à composição do gênero textual. Identificar informações explícitas e implícitas no texto. Identificar regras ortográficas referentes à escrita de palavras terminadas em -isar e -izar.

**Matemática:** Compreender os agrupamentos de 10 em 10 como característica do Sistema de numeração decimal (10 unidades = 1 dezena, 10 dezenas = 1 centena, 10 centenas = 1 unidade de milhar e 10 unidades de milhar = 1 dezena de milhar). Resolver e elaborar problemas com números naturais envolvendo adição e subtração, utilizando estratégias diversas, como cálculo, cálculo mental e algoritmos, além de fazer estimativas do resultado.

**Ensino religioso:** conhecer sobre as diversidades da religião africana.

**COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?**

Vamos estudar os conteúdos através de plano de aula elaborado e enviado por mídia social (whatsapp) com áudios e/ou vídeos explicativos. Antes de realizar as atividades, os alunos deverão ouvir/assistir, áudios/vídeos explicativos enviados pelas professoras. Os alunos irão realizar as atividades do roteiro na folha onde contém os espaços e essas serão devolvidas na próxima semana para ser feito a correção., fazer margem e escrever o cabeçalho e iniciar as atividades diariamente de acordo com as explicações das professoras.

**COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?**

Através da realização das atividades nesta folha de roteiro nos espaços destinados abaixo, da leitura e interpretação de textos e da capacidade de acompanhar e cumprir as etapas do roteiro de estudos.



**SEGUNDA-FEIRA 26/10/2020**

**Aula de português**

**Gênero textual artigo de divulgação científica**

Os artigos de divulgação científica são compostos de textos e por uma série de outros recursos: desenhos, fotografias, mapas, gráficos, etc. A combinação entre esses recursos resulta em um interessante material de leitura. Sua finalidade é transmitir conhecimentos de natureza científica. Costumam ter um registro formal, sem gírias ou expressões que usamos no dia a dia com pessoas com quem temos intimidade.

1 – Leia o artigo de divulgação científica a seguir.

**A mosca cospe na comida!**

Com uma visão de 360 graus, ela enxerga tudo. Por isso é tão difícil acertá-la!

Ela está por toda parte, nas cidades ou nas áreas rurais, e adora um lixo. Aparentemente inofensiva, a mosca pode transmitir muitas doenças para nós. E já reparou o quanto é difícil matar uma mosca? Isso porque ela tem visão de quase 360 graus. Ela enxerga tudo!

**Visão 360 graus**

Os olhos são formados por milhares de pequenas lentes. Ela não enxerga muitos detalhes, mas a visão é de praticamente 360 graus.

**Plano maligno?**

Ela está sempre esfregando as mãos por questão de higiene! Depois das refeições, a mosca cospe nas patas e começa a limpeza, já que as cerdas (parecem pelos) dessas extremidades são as responsáveis por captar cheiro e sabor da comida preferida.

**Bate que bate**

A mosca bate as asas cerca de 330 vezes por segundo enquanto voa! Isso é quatro vezes mais que o beija-flor, o recordista entre os pássaros. Um segundo par de asas menor ajuda a mosca nas manobras aéreas.

**Dieta nojenta**

A mosca adora fezes, vegetais em decomposição, feridas com pus e até cadáveres de animais. O cheiro forte dessas “opções culinárias” atrai mais esse inseto. Deu nojo, né?

**Banguela**

Pois é: a mosca não tem dentes. Por isso, ela criou algumas estratégias para se alimentar. Primeiro, cospe sobre o alimento para a saliva decompô-lo e depois lambe.

**Leva e traz sujeira**

A mosca doméstica é capaz de passar muitas doenças. Com uma dieta rica em alimentos estragados e até fezes, ela transmite diarreia, tuberculose, conjuntivite e muitos outros males prejudiciais ao homem. Sai pra lá!

**Mosca vampirinha**

Cuidado! Algumas espécies de moscas, como as de estábulo, de chifre e mutucas, gostam de sangue humano. Elas possuem até um bico pontiagudo para furar a pele e facilitar a sugada. Urgh!



**Números da mosca**

- **65 milhões de anos:** segundo os cientistas, ela já existia na época dos dinossauros!
- **30 dias:** é o tempo de vida de uma mosca.
- **900 ovos:** a mosca é capaz de botar tudo em sua breve vida - e ela só acasala uma vez!

Fonte: Revista Recreio



**2-** Responda.

a) Que informação é dada no título do artigo de divulgação científica a seguir?

R: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

b) O artigo “**A mosca cospe na comida!**” apresenta informações reais ou criadas pela imaginação?

R: \_\_\_\_\_

c) Uma das funções do **título** é despertar a curiosidade para a leitura do texto. Na sua opinião, o título desse texto cumpre essa função?

R: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

d) A leitura do texto fez você refletir sobre a importância de não deixar alimentos expostos? Por quê?

R: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**3)** Os textos de divulgação científica são organizados para mostrar, passo a passo, um conhecimento científico ao leitor que não é um especialista no assunto.

- Compare os trechos e marque em qual deles há uma explicação para o título.

(     ) **Dieta nojenta**

A mosca adora fezes, vegetais em decomposição, feridas com pus e até cadáveres de animais. O cheiro forte dessas “opções culinárias” atrai mais esse inseto. Deu nojo, NE?

(     ) **Banguela**

Pois é: a mosca não tem dentes. Por isso, ela criou algumas estratégias para se alimentar. Primeiro, cospe sobre o alimento para a saliva decompô-lo e depois lambe. [...]

(     ) **Visão 360 graus**

Os olhos são formados por milhares de pequenas lentes. Ela não enxerga muitos detalhes, mas a visão é de praticamente 360 graus.



**Prefeitura de  
Rolândia**



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19  
SISTEMA DE NUMERAÇÃO DECIMAL**

O nosso sistema de numeração é **decimal**.

No sistema de numeração decimal os elementos são agrupados de 10 em 10.

**10 unidades** agrupadas formam **uma dezena**.

**10 dezenas** agrupadas formam **uma centena**

No sistema de numeração decimal usam-se dez símbolos, chamados algarismos, para grafar os numerais. São eles: 0,1,2,3,4,5,6,7,8,9.

O lugar ocupado por uma algarismo no numeral indica a ordem desse algarismo no número. Ex:

4 6 9

1ª ordem – unidades simples  
2ª ordem – dezenas simples  
3ª ordem – centenas simples

Observe:

<b>3ª ordem</b>	<b>2ª ordem</b>	<b>1ª ordem</b>
<b>Centena</b>	<b>Dezena</b>	<b>Unidade</b>
<b>4</b>	<b>6</b>	<b>9</b>

Cada três ordens forma **uma classe**.

A classe formada pelas três primeiras ordens chama-se **classe das unidades simples**.

<b>1ª CLASSE</b>		
<b>CLASSE DAS UNIDADES SIMPLES</b>		
<b>3ª ordem</b>	<b>2ª ordem</b>	<b>1ª ordem</b>
<b>Centena</b>	<b>Dezena</b>	<b>Unidade</b>
<b>4</b>	<b>6</b>	<b>9</b>



## Prefeitura de Rolândia



### SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19 A CLASSE DOS MILHARES

Cada classe é formada por três ordens: unidades, dezenas e centenas.

A **primeira classe** é a das **unidades simples**.

A **segunda classe** é a dos **milhares**.

**1 unidade de milhar** tem **1.000 unidades**.

**1 dezena de milhar** é 10 vezes maior que a unidade de milhar, ou seja,  $1000 \times 10 = 10.000$  unidades. Lê-se: **dez mil unidades**.

**1 centena de milhar** é 10 vezes maior que a dezena de milhar, isto é, 100 vezes maior que a unidade, ou seja,  $1.000 \times 100 = 100.000$  unidades. Lê-se: 100 mil unidades.

Observe os numerais no quadro posicional:

2ª classe			1ª classe		
Milhares			Unidades simples		
6ª ordem	5ª ordem	4ª ordem	3ª ordem	2ª ordem	1ª ordem
Centena de	Dezena de	Unidade de	centena	dezena	unidade

### ATIVIDADE

1– Observe o numeral **973** e responda: o algarismo que ocupa a 2ª ordem? \_\_\_\_\_

- a) Qual o algarismo que ocupa a 1ª ordem? \_\_\_\_\_
- b) O algarismo 7 ocupa a \_\_\_\_\_ ordem.
- c) Como se chama a 1ª classe? \_\_\_\_\_
- d) Como se chama a 1ª ordem? \_\_\_\_\_
- e) Como se chama a 2ª ordem? \_\_\_\_\_
- f) Como se chama a 3ª ordem? \_\_\_\_\_

2 – Complete o quadro posicional com os números do quadro.

256 – 897 – 1 005 – 3 367 – 18 – 14 123 – 9 345 – 702 – 2 100 – 12 390
---





**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19**

1) Observe a última sílaba destacada das palavras abaixo. Depois escreva o verbo derivado de cada uma dessas palavras, terminados em **-isar** e **-izar**:

AVISO ↓	ÚTIL ↓

- LEIA.
- Quando a palavra primitiva tem **s** na última sílaba, as derivadas mantêm o **s** e terminam em **-isar**. Veja.

LISO      →      ALISAR

- A terminação **-izar** é usada quando a palavra primitiva **não tem S** na última sílaba. Assim:

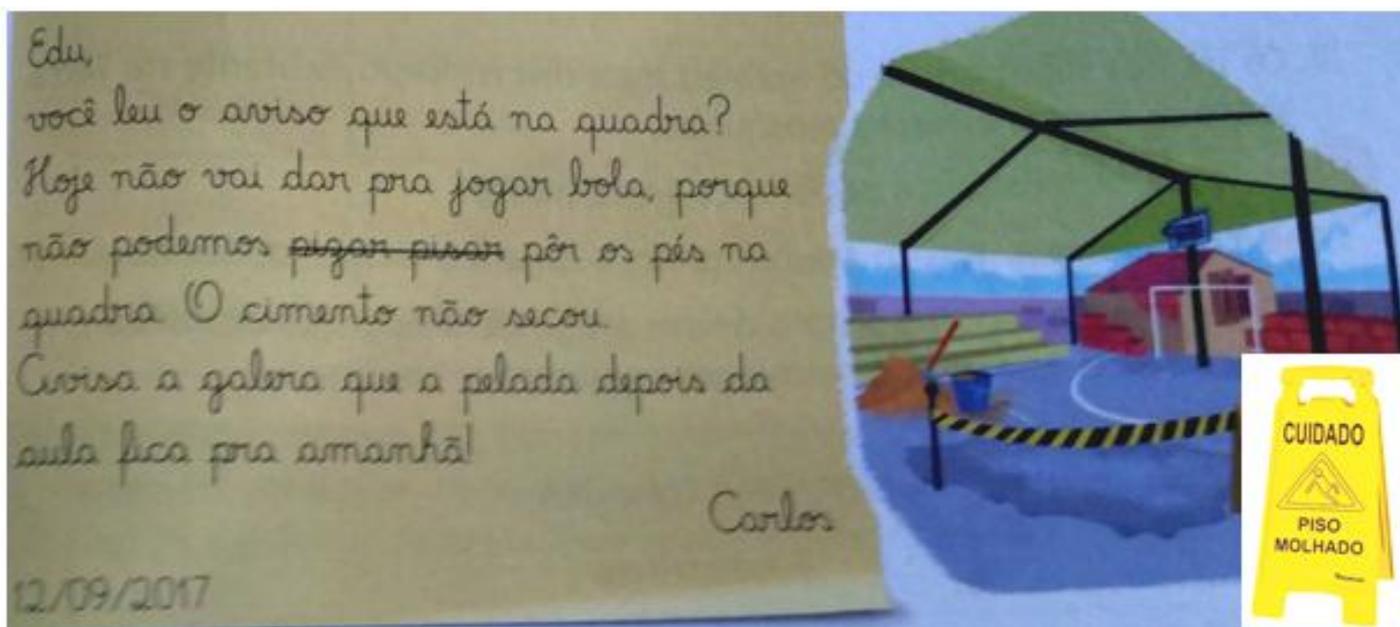
FINAL      →      FINALIZAR

- Releia as palavras que você escreveu e corrija-as se necessário.

2) De acordo com o que você aprendeu, escreva palavras derivadas terminadas em **-isar** ou **-izar**.

PESQUISA	LISO	MOTOR
UNIFORME	SUAVE	AVISO

3) Leia o bilhete.





a) A palavra em que Carlos teve dúvida de escrever o bilhete é derivada de um substantivo primitivo escrito na faixa. Qual é esse substantivo?

R: \_\_\_\_\_

b) A palavra no cartaz é escrita com **S** ou com **Z**?

R: \_\_\_\_\_

c) Como deve ser grafada a palavra que deixou Carlos em dúvida?

R: \_\_\_\_\_

d) Que dica você daria para Carlos não ter dúvida na grafia de palavras terminadas em **-isar** e **-izar**?

R: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

e) Agora reescreva o bilhete corretamente, adequando as palavras, se atentando aos erros.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

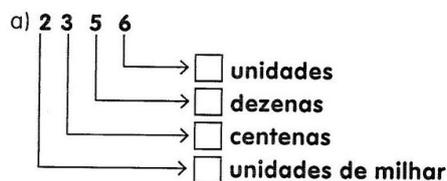
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**QUARTA-FEIRA 28/10/2020**

**AULA DE MATEMÁTICA – SISTEMA DE NUMERAÇÃO DECIMAL**

1 – Decomponha os números.





**SITUAÇÕES PROBLEMAS**

1 – Mamãe deu a seu filho Fábio, 325 reais para pagar as contas: 118 reais de energia elétrica, 57 reais de telefone e 90 reais de água. Será o suficiente para pagar as contas? Sobrou dinheiro? Quanto?

R- \_\_\_\_\_

Cálculo:

2 – Joaquim é colecionador de selos, tem 567 selos. Deu 45 para Kátia, 39 para Beto e 27 para Beatriz. Quantos selos ele ficou?

R- \_\_\_\_\_

Cálculo:

**AULA DE ENSINO RELIGIOSO- IDÉIAS DE DIVINDADE (AFRO)**

Representações de divindade africanas.

As divindades africanas são representadas também na literatura, apesar das religiões de matriz africanas não terem um livro sagrado que é seguido, eles tem alguns livros que contam as histórias dessas divindades, que falam um pouco dessa cultura, dessa religiosidade.

Uma canção do grupo **AFOXÉ OYÁ ALAXÉ**, lá de Pernambuco, dizia o seguinte: “SEM FOLHA NÃO TEM ORIXÁ”. Essa canção era dedicada ao orixá das matas, Oxóssi. Além dessa representação na música, temos várias músicas, principalmente a música popular brasileira que traz alguns elementos dessa religiosidade africana e trazem também essas canções nomes dessas divindades e falam sobre elas.

Nas religiões de matriz africana, as folhas são utilizadas em diferentes ritos e são parte importante da devoção às divindades, essas folhas são usadas para fazer banhos, rituais, chás, inúmeras coisas, e cada uma dessas folhas representam um orixá. Cada folha tem uma função, vamos conhecer um pouco de algumas dessas folhas que representam os orixás.

**Pata de vaca:** tem duas formas de encontrá-la, com a flor branca ou com a flor roxa, a branca é usada para os banhos e abodiou, monlu, e nanã, a roxa é usada

Pata oiá, o chá dessa folha também é usado como complemento pra quem tem diabetes, além de ser uma folha que representa alguns orixás também é usada para alguns tratamentos médicos.

**Folha de fortuna:** é usada para orixás fufum que só aceitam a cor branca e para ori, obrigações de cabeça essa folha pode ser usada externamente em machucados, em algumas outras situações de doenças como tosse, infecções internas e ela possui substâncias antibacterianas.

**Baunilha de nicuri:** é usada para banhos e Abodiossaim, usada também para fazer essências para fins culinários, uma planta usada para dar sabor à algumas comidas e doces bem gostosos.

**Erva capitão:** é usada para banhos e abodioxum, banhos que representam prosperidade e serve como recipiente para servir a comida do orixá oxum, as suas folhas são bem grandes.



**Prefeitura de  
Rolândia**



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19**

**Oripépé:** usada para abodiexu, as folhas e as flores, e o pó também é utilizado, essa erva é usada também para abodioxum apenas as folhas, a folha pode ser usada para infecções de garganta e para várias outras questões medicinais.

**Romã:** muito conhecida pela sua fruta, e as folhas são usadas para banho e iabodixango e ogum, a fruta é muito utilizada não só dentro dos terreiros de Candomblé e Umbanda mas também para alimentação em geral.

**Umbaúba:** com a flor branca é usada para banhos de iemanjá e Ossaim, a de flor roxa é usada para banhos de xangô, oiá e nanã, o uso interno do sumo das folhas alivia a tosse e ajuda controlar e pressão arterial.

**Picão:** é usado para banhos de exu e essa folha ajuda controlar alguns problemas que as meninas tem quando são mais velhas.

**Mata pasto:** as folhas são usadas para exu, oiá e omolu, é usada para sacudimentos e combate a febres.

**Aroeira:** é usada nos banhos iagos de ogum, oxosse, xangô e ossaim, também é usado como antissépticos. Aqui no Brasil dependendo da região teremos diferenças em quais dessas divindades são cultuadas dentro das casas de Candomblé, por questão de algumas plantas não conseguirem se desenvolver devido alguns climas interferirem.

**Proposta de atividade:**

1) Como você acha que podemos ser generosos com as nossas plantas, com os nossos animais, com a nossa natureza e com as pessoas da nossa casa?

R \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**QUINTA-FEIRA 29/10/2020**  
**AULAS ESPECÍFICAS DE INGLÊS, ARTE E EDUCAÇÃO FÍSICA**



**25º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES**

ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO

PROFESSORAS: GREICE- MATUTINO TURMA: 4º E 5º ANOS  
ANGÉLICA-VESPERTINO

ALUNO (A): \_\_\_\_\_ TURMA: \_\_\_\_\_

**COMPONENTE CURRICULAR: ARTE**

**PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 26 A 30 DE OUTUBRO DE 2020**

O QUE VAMOS ESTUDAR?	<ul style="list-style-type: none"><li>• TEATRO: FIGURINO E MAQUIAGEM</li></ul>
PARA QUE ESTUDAR?	<ul style="list-style-type: none"><li>• DESPERTAR O INTERESSE PELA PRODUÇÃO TEATRAL, DESENVOLVENDO O SENSO CRÍTICO E A CRIATIVIDADE;</li><li>• PRODUIR POR MEIO DE RECORTES, DESENHOS E PINTURAS O FIGURINO E A MAQUIAGEM PARA A PERSONAGEM.</li></ul>
COMO ESTUDAR?	ORGANIZANDO OS ESTUDOS, ASSISTINDO AOS VÍDEOS EXPLICATIVOS DA PROFESSORA E FAZENDO AS ATIVIDADES.
COMO REGISTRAR?	FAZENDO AS ATIVIDADES PROPOSTAS NOS ROTEIROS, UTILIZANDO OS MATERIAIS ESCOLARES COMUNS: TESOURA, COLA, BORRACHA, LÁPIS DE ESCREVER E DE COR OU CANETINHAS (SE TIVER), RECORTES DE REVISTAS.

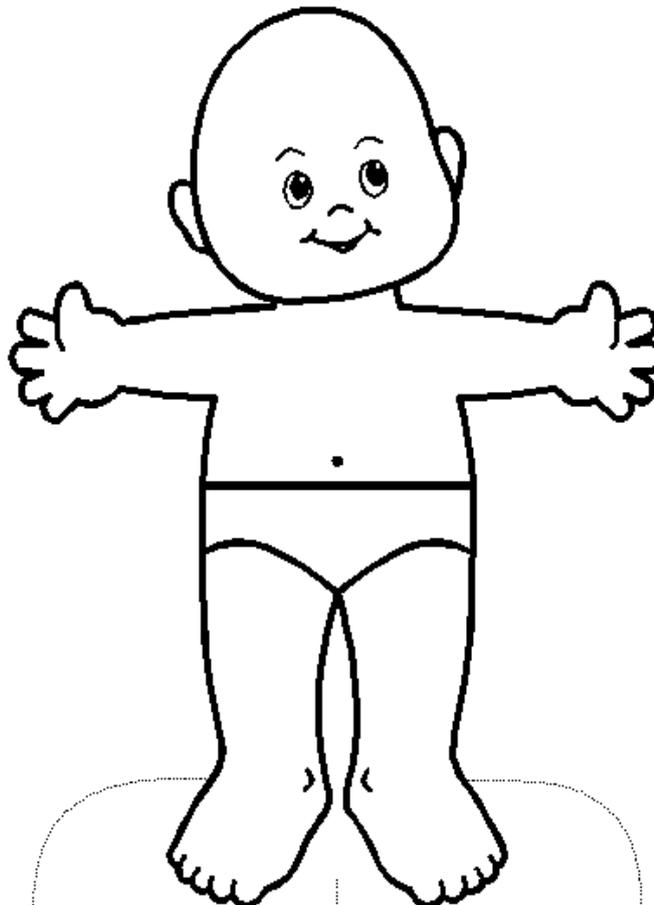
**ARTE**

**SAIBA:** OS ELEMENTOS PRINCIPAIS QUE COMPÕEM UM TEATRO SÃO: O TEXTO, AS PERSONAGENS, CENÁRIO, FIGURINO E MAQUIAGEM. O **FIGURINO** É A VESTIMENTA UTILIZADA PELOS ATORES PARA CARACTERIZAÇÃO DE SEUS PERSONAGENS; E, A **MAQUIAGEM** É EMPREGADA PARA RESSALTAR AS EXPRESSÕES DAS PERSONAGENS OU CARACTERIZÁ-LA.

❖ **ASSISTA AO VÍDEO:** <https://www.youtube.com/watch?v=mlrz8M0bctM>

❖ **ATIVIDADE:** CRIAÇÃO DE MAQUIAGEM E FIGURINO PARA A PERSONAGEM.

- 1) OBSERVE BEM A SILHUETA ABAIXO E TRANSFORME-A NUM PERSONAGEM BEM LEGAL, COMO UM PIRATA, PALHAÇO, DANÇARINA, PENSE NOS CABELOS, NA MAQUIAGEM, SE SERIA HOMEM OU MULHER, ETC;
- 2) ENTÃO, DESENHE E PINTE EM OUTRO PAPEL AS ROUPAS E ACESSÓRIOS PARA VESTIR ESTA PERSONAGEM, OU RECORTE E COLE GRAVURAS DE ROUPAS E OUTROS ADEREÇOS DE REVISTAS OU LIVROS VELHOS.



**SEJA CRIATIVO (A), CAPRICHE E ENVIE FOTOS PARA A PROFESSORA DE ARTE!!**



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19**



**25º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19**

**ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO**

**PROFESSORES: ALINE JANAINA QUINHONE DA SILVA**

**DAIANE APARECIDA DE JESUS OLIVEIRA**

**ALUNO(A): \_\_\_\_\_**

**TURMA: 4º ANO \_\_\_\_\_**

**COMPONENTE CURRICULAR: LÍNGUA INGLESA**

**PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 14 A 16 DE OUTUBRO DE 2020.**

<b>VÍDEO DO(A) PROFESSOR(A)</b>	Olá querido(a) aluno(a)! Ouça o vídeo do(a) professor(a) para entender como realizar a atividade.
<b>O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR:</b>	- Repertório lexical relacionado aos materiais escolares – pen, book, eraser, pencil, school bag, ruler, scissors, pencil sharpener.
<b>PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?</b>	- Conhecer e compreender, com o apoio do(a) professor(a), o significado de palavras que nomeiam os materiais escolares que servirão de subsídio para a aquisição do próprio repertório lexical.
<b>COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?</b>	- Assista ao vídeo explicativo do professor e faça a leitura e compreensão dos vocábulos que nomeiam os materiais escolares em inglês.
<b>COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?</b>	- Vamos registrar pela resolução do exercício no qual os alunos irão escolher a opção correta.

**VOCABULARY – SCHOOL OBJECTS**





Date: October, \_\_\_\_\_, 2020.

Exercise

1- Read and choose the correct option (Leia e escolha a opção correta).

- |              |  |  |  |
|--------------|--|--|--|
| A) SHARPENER |  <input type="checkbox"/>   |  <input type="checkbox"/>   |  <input type="checkbox"/>   |
| B) PENCIL    |  <input type="checkbox"/>   |  <input type="checkbox"/>   |  <input type="checkbox"/>   |
| C) SCISSORS  |  <input type="checkbox"/>   |  <input type="checkbox"/>   |  <input type="checkbox"/>   |
| D) BOOK      |  <input type="checkbox"/>   |  <input type="checkbox"/>   |  <input type="checkbox"/>   |
| E) NOTEBOOK  |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |
| F) ERASER    |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |
| G) RULER     |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |
| H) PEN       |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |
| I) CRAYON    |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |
| J) GLUE      |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |
| K) SCHOOLBAG |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |  <input type="checkbox"/> |



**25º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19**

**ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO**

**PROFESSOR: ANDRÉIA TORREZAN**

**MARIA VILMA FAGUNDES**

**ALUNO: \_\_\_\_\_ 4º ANO: \_\_\_\_\_**

**COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA**

**PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 26 A 30 DE OUTUBRO DE 2020.**

Ouçã o áudio e assista ao vídeo no grupo para entender melhor como realizar a atividade.

**O que vamos aprender:** Lutas – CAPOEIRA

**Para que vamos estudar esses conteúdos:** PR.EF35EF13.a.4.03

Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas e seus elementos presentes no contexto comunitário local e regional, reconhecendo seu contexto histórico, social e cultural.

**Como vamos estudar esse conteúdo?**

A **capoeira** ou **capoeiragem** é uma expressão cultural brasileira que mistura arte marcial, esporte, cultura popular, dança e música. Desenvolvida no Brasil por descendentes de escravos africanos, é caracterizada por golpes e movimentos ágeis e complexos, utilizando primariamente chutes e rasteiras, além de cabeçadas, joelhadas, cotoveladas, acrobacias em solo ou aéreas. Uma característica que distingue a capoeira da maioria das outras artes marciais é a sua musicalidade. Praticantes desta arte marcial brasileira aprendem não apenas a lutar e a jogar, mas também a tocar os instrumentos típicos e a cantar. Um capoeirista que ignora a musicalidade é considerado incompleto.

**O que precisa para praticarmos?**

Espaço e som.



**ATIVIDADE 1- GINGA:** Trata-se de um gingado contínuo do corpo de um lado para o outro, preparado para atacar ou defender. Consiste em levar uma perna e o braço do mesmo lado alternadamente para frente e para trás. Começa com uma passada de perna para trás, levando o braço do mesmo lado para frente do rosto, protegendo-se. Logo as pernas são igualadas e a outra vai para trás, levando o braço do mesmo lado para frente do rosto e assim sucessivamente. A cabeça também balança para um lado e para o outro, acompanhando a perna e o braço.

**ATIVIDADE 2 – BÊNÇÃO:** Chute que empurra o adversário. Não se golpeia, apenas empurra com a sola do pé.



**ATIVIDADE 3 – MARTELO:** É necessário um bom alongamento de pernas e equilíbrio. Tal como na *Benção* é necessária a elevação de joelho, mas a movimentação da perna é feita num ângulo diferente.

**ATIVIDADE 4 – AU:** É um movimento de locomoção do capoeirista na roda, que permite aproximar-se ou afastar-se do oponente, armando ataques e executando defesas.

**LINK DA ATIVIDADE:** <https://www.youtube.com/watch?v=DydZ1u-h6cc>

### DE QUE FORMA VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

O aluno deverá colocar a data, o título LUTAS - CAPOEIRA, descobrir qual das sombras abaixo é do capoeirista e circular a figura correspondente.

Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ TÍTULO: \_\_\_\_\_

## SOMBRA

Descubra qual das sombras abaixo corresponde ao capoeirista.

a.



b.



c.



d.

