



**ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19
22º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19
ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO.**

ALUNO (A): _____ **5º ANO:** _____
PROFESSOR: DENISE TERESINHA BRESCIANI **5º ANO A**
MARIA DE FATIMA DA SILVA **5º ANO B**
ROSANGELA ANTONIA KIKUCHI **5º ANO C**
DENISE TERESINHA BRESCIANI **5º ANO D**

COMPONENTES CURRICULARES: LÍNGUA PORTUGUESA, MATEMÁTICA, GEOGRAFIA, HISTÓRIA, CIÊNCIAS E ENSINO RELIGIOSO.

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: DE 02 a 06 DE AGOSTO 2021.

VÍDEO OU ÁUDIO DO PROFESSOR

Veja o vídeo ou ouça o áudio que sua professora postou no grupo antes de realizar as atividades.

O QUE VAMOS ESTUDAR?

- ◆ **Língua Portuguesa:** Escuta de textos orais; Substantivo próprio, substantivo comum, substantivo coletivo.
- ◆ **Matemática:** Problemas de adição e de subtração: números naturais e racionais; Estratégias de cálculo: mental, estimativa e algoritmos; Operações de Multiplicação e divisão no conjunto dos números naturais e racionais: algoritmos e estratégias pessoais; Problemas envolvendo mais do que uma operação: adição, subtração, multiplicação e divisão.
- ◆ **Geografia:** Coordenadas geográficas (linhas imaginárias: paralelos, meridianos, trópicos, linha do Equador).
- ◆ **História:** Organização política e econômica no Brasil colônia.
- ◆ **Ciências:** Importância da alimentação para promoção e manutenção da saúde. Distúrbios nutricionais: obesidade, subnutrição, etc.
- ◆ **Ensino Religioso:** Textos sagrados orais e escritos nas diferentes religiões (contemplando as quatro matrizes: Indígena, Ocidental, Africana e Oriental).

PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?

- ◆ **Língua Portuguesa:** Escutar, com atenção histórias narradas (oralmente ou por mídia) a fim de fazer reescrita, observando os elementos que constituem a narrativa; Diferenciar substantivos, flexão e número de modo a ampliar, gradativamente, seu conhecimento lexical.
- ◆ **Matemática:** Resolver e elaborar problemas de adição e subtração com números naturais e com números racionais, cuja representação decimal seja finita, utilizando estratégias diversas, como cálculo por estimativa, cálculo mental e algoritmos; Construir estratégias pessoais de cálculo, com registro, para resolver problemas envolvendo adição e subtração; Resolver e elaborar problemas de multiplicação e divisão com números naturais e com números racionais cuja representação decimal é finita, utilizando estratégias diversas, como cálculo por estimativa, cálculo mental e algoritmos; Construir estratégias pessoais de cálculo, com registro, para resolver problemas envolvendo multiplicação e divisão com um ou mais algarismos no divisor; Elaborar e resolver problemas envolvendo mais do que uma operação, incluindo multiplicação e divisão; Resolver problemas de caráter investigativo, criando estratégias diferenciadas e registros das respostas e processos desenvolvidos.
- ◆ **Geografia:** Reconhecer e identificar as coordenadas geográficas.
- ◆ **História:** Conhecer as primeiras formas de exploração econômica no território brasileiro: extração do pau-brasil, cana-de-açúcar, mineração e mão-de-obra escravizada.
- ◆ **Ciências:** Discutir a ocorrência de distúrbios nutricionais (como obesidade, subnutrição, etc.) entre crianças e jovens a partir da análise de seus hábitos (tipos e quantidade de alimento ingerido, prática de atividade física, etc.).
- ◆ **Ensino Religioso:** Reconhecer a importância da tradição oral para preservar memórias e acontecimentos religiosos.

COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?

- ◆ Através de leitura e interpretação de textos. Resolução de questionários escritos e com alternativas e resolução de desafios matemáticos.

COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS

- ◆ No próprio roteiro de atividades e no livro didático.



1- Leia:

O substantivo coletivo é o nome comum que se dá a um conjunto de seres ou coisas da mesma espécie.

2- A alternativa que contém somente substantivos **coletivos de animais** é:

- (a) Fauna e alcateia
- b) esquadrilha e cardume
- c) biblioteca e boiada
- d) Revoada e réstia
- e) cáfila e colmeia

3- Observe os **substantivos derivados** abaixo e escreva o de qual substantivo ele foi gerado/
substantivo primitivo:

Folhagem: _____ Terreiro: _____

Macarronada: _____ Ventania: _____

Formigueiro: _____ Fogueira: _____

Pedregulho: _____ Caçada: _____

Jornalista: _____ Floricultura: _____

Maremoto: _____ Limoeiro: _____

4- Os substantivos primitivos são palavras que não derivam de outras. De acordo com isso, a alternativa abaixo que **contempla um substantivo primitivo e um derivado** é:

- a) anel - papel
- b) pedras - rochas
- c) árvores - plantas
- d) sapato - sapataria
- e) profissão - carreira

5-Complete a fábula com os artigos indefinidos **um, uma, uns, umas**:

A POMBA E A FORMIGA

Forçada pela sede, _____ formiga desceu até _____ riacho; arrastada pela corrente ela se viu a ponto de morrer afogada.

_____ pomba que se encontrava em _____ galho de _____ árvore viu a urgência: pegou _____ raminho da árvore, aproximou-se da correnteza e alcançou a formiga que subiu no ramo e se salvou.

A formiga, muito agradecida, assegurou à sua nova amiga que se acontecesse alguma situação ela devolveria o favor, ainda que sendo tão pequena. A pomba não conseguia imaginar como a formiga poderia ser útil a ela.

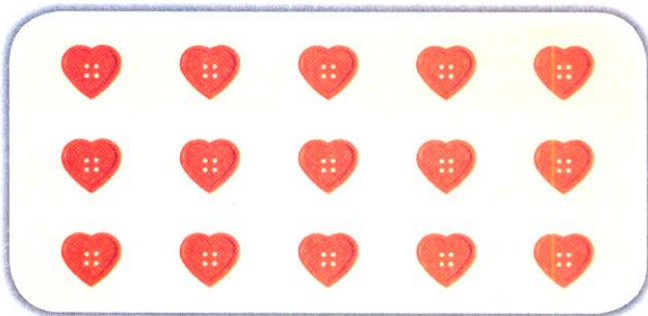
Pouco tempo depois, _____ caçador de pássaros avistou a pomba e mirando-a com _____ rifle a ponto de matá-la, aguardava o momento certo. Vendo o perigo em que se encontrava a pomba, a formiga rapidamente entrou na bota do caçador e picou o seu tornozelo, fazendo-o soltar a sua arma.

O rápido instante foi aproveitado pela pomba para levantar voo, e assim a formiga pôde devolver o favor à sua amiga.

Moral da história: Sempre alguém pode ajudar ao outro, mesmo que haja _____ diferença enorme de tamanho. Não se pode menosprezar a ajuda, por pequena que possa parecer.

AULA DE MATEMÁTICA - PROPRIEDADES DA MULTIPLICAÇÃO – PROPRIEDADE COMUTATIVA

Uma quantidade de botões foi organizada em uma cartela da seguinte forma:

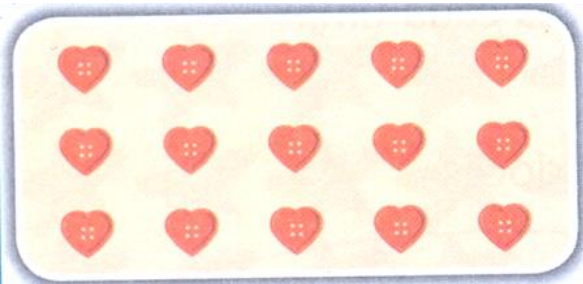


a) Quantos botões há nessa cartela? Calcule a quantidade de botões da cartela multiplicando:

- o número de linhas pelo número de colunas.

- o número de colunas pelo número de linhas.

b) Que resultado você obteve nos dois casos?



Veja se você fez assim:

$$3 \times 5 \text{ botões} = 15 \text{ botões}$$

$$5 \times 3 \text{ botões} = 15 \text{ botões}$$

Portanto, em cada cartela há 15 botões.

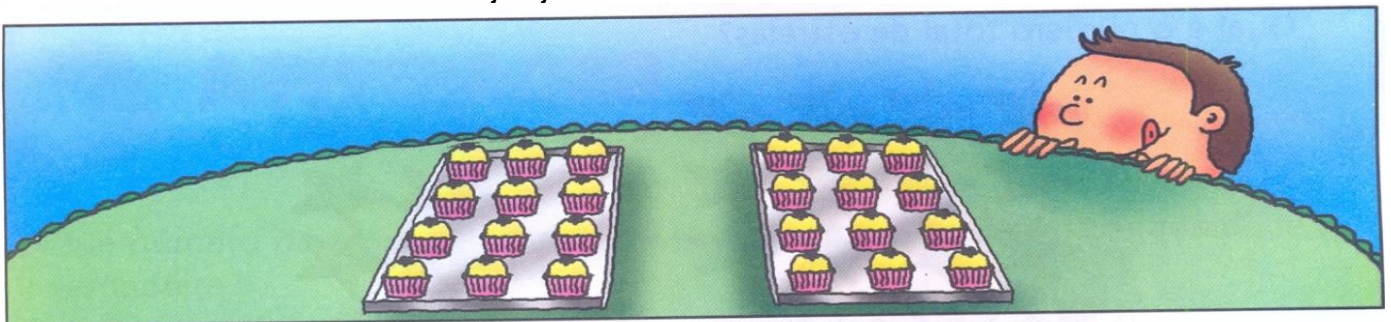
VOCÊ PERCEBEU?

$$3 \times 5 = 5 \times 3 = 15$$

ALTERANDO A ORDEM DOS FATORES, O RESULTADO NÃO SE MODIFICA. ESTA É A PROPRIEDADE COMUTATIVA DA MULTIPLICAÇÃO.

Propriedade associativa da multiplicação

Quantos doces há nas duas bandejas juntas?



a) Calcule o total de doces de cada bandeja. _____

b) Junte os dois resultados. Quantos doces você obteve? _____

c) Indique outra maneira de calcular o total de doces. _____



Podemos calcular a quantidade de doces de duas formas. Veja:

1ª forma

2 bandejas de (3 x 4) doces cada uma

ou

$$2 \times (3 \times 4) \text{ doces} = 2 \times 12 \text{ doces} = 24 \text{ doces}$$

2ª forma

(3 + 3) colunas de 4 doces cada uma

(2 x 3) colunas de 4 doces cada uma

$$(2 \times 3) \times 4 \text{ doces} =$$

$$6 \times 4 \text{ doces} = 24 \text{ doces}$$



VOCÊ PERCEBEU?
 $2 \times (3 \times 4) = (2 \times 3) \times 4 = 24$
EM UMA MULTIPLICAÇÃO, PODEMOS ASSOCIAR VÁRIOS FATORES DE DIFERENTES MANEIRAS E AINDA ASSIM O RESULTADO NÃO SE ALTERA. ESTA É A PROPRIEDADE ASSOCIATIVA DA MULTIPLICAÇÃO.

Os resultados obtidos pelas duas formas são iguais. Há 24 doces nas duas bandejas juntas.

Propriedade distributiva da multiplicação

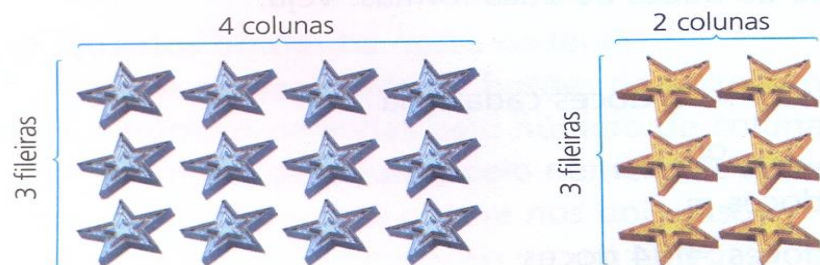
Qual é o número total de estrelas?



a) Calcule o número de estrelas azuis e junte com o número de estrelas amarelas. Quantas estrelas você encontrou no total? _____

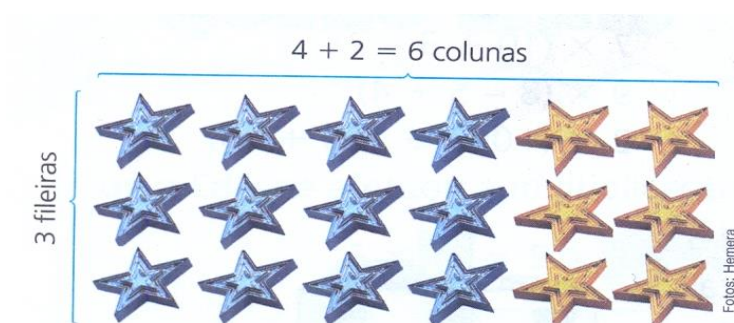
Vamos calcular o total de estrelas de dois modos diferentes. Veja:

1º modo: calculando separadamente e depois juntando os resultados



$$3 \times 4 + 3 \times 2 = 12 + 6 = 18$$

2º modo: juntando as estrelas azuis com as amarelas



$$3 \times (4 + 2) = 3 \times 6 = 18$$



VOCÊ PERCEBEU?
 $3 \times (4 + 2) = 3 \times 4 + 3 \times 2$
 SE UM NÚMERO MULTIPLICA UMA ADIÇÃO,
 ENTÃO ELE MULTIPLICA CADA PARCELA DESSA
 SOMA. É A PROPRIEDADE DISTRIBUTIVA
 DA MULTIPLICAÇÃO.



Os resultados obtidos pelas duas formas são iguais. Há um total de 18 estrelas.

ATIVIDADES

1) Que número deve ser colocado no lugar de cada ____ para que a igualdade seja verdadeira?

- a) $5 \times 8 = 8 \times$ ____ c) $2 \times 7 \times 3 = 2 \times$ ____
 b) ____ $\times 1 = 1 \times 7$ d) $8 \times ($ ____ $+ 6) = 8 \times 5 + 8 \times 6$

2) Calcule o produto.

- a) $(7 \times 3) \times 2$ b) $(9 \times 1) \times 5$ c) $8 \times (4 \times 3)$

3) Célia e Alexandre resolveram de modos diferentes o mesmo exercício.

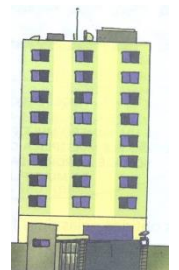
Célia: $3 \times (9 + 4) = 3 \times 9 + 3 \times 4 = 27 + 12 = 39$

Alexandre: $3 \times (9 + 4) = 3 \times 13 = 39$

Faça como Célia e calcule aplicando a propriedade distributiva.

- a) $4 \times (5 + 2)$ _____
 b) $6 \times (8 + 7)$ _____
 c) $9 \times (6 - 3)$ _____
 d) $7 \times (10 + 3 - 2)$ _____
 e) $9 \times (8 - 5 + 4)$ _____
 f) $2 \times (1000 + 100 + 10)$ _____

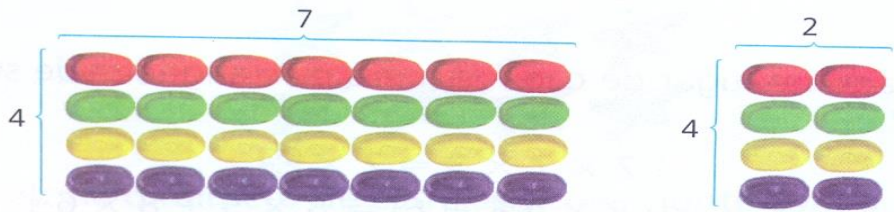
4) Um prédio tem 8 andares e possui 3 apartamentos de frente e 5 apartamentos de fundo. Quantos apartamentos existem nesse prédio?





5) Que resultado se obtém quando se multiplica qualquer número por 1?

6) Quantas balas há no total?



TERÇA-FEIRA 03/08/2021
AULA DE MATEMÁTICA

1) Veja como Edilene efetuou a multiplicação:

$$5 \times 30 = 5 \times 3 \times 10 = 15 \times 10 = 150$$

Você não quer tentar?

- a) 3×40 _____
- b) 7×80 _____
- c) 4×200 _____
- d) 6×500 _____
- e) 8×600 _____
- f) $7 \times 2\,000$ _____
- g) $5 \times 4\,000$ _____
- h) $9 \times 8\,000$ _____

2) Fazendo aparecer o fator 10 é mais fácil efetuar a multiplicação. Veja:

$$5 \times 7 \times 2 = 7 \times 5 \times 2 = 7 \times 10 = 70$$

Agora, troque a ordem dos fatores para multiplicar por 10.

- a) $5 \times 15 \times 2 =$ _____
- b) $2 \times 8 \times 5 =$ _____
- c) $2 \times 4 \times 9 \times 5 =$ _____
- d) $6 \times 2 \times 7 \times 5 =$ _____

3) Um suco é vendido em embalagens de 4 ou 6 unidades.

Quantas embalagens completas preciso comprar para ter:

- a) 8 unidades? _____
- b) 12 unidades? _____
- c) 20 unidades? _____
- d) 16 unidades? _____

4) Sempre é mais fácil multiplicar por 10. Veja:

$$26 \times 11 = 26 \times (10 + 1) = 26 \times 10 + 26 \times 1 = 260 + 26 = 286$$

Então, continue a multiplicar assim:

- a) $35 \times 12 =$ _____
- b) $42 \times 13 =$ _____
- c) $31 \times 11 =$ _____
- d) $24 \times 12 =$ _____



5) Por 100, também é mais fácil multiplicar. Veja:

$$\begin{aligned}
 & 3 \times 150 = \\
 & = 3 \times (100 + 50) = 3 \times 100 + 3 \times 50 = \\
 & \qquad \qquad \qquad = 300 + 150 = \\
 & \qquad \qquad \qquad = 450
 \end{aligned}$$

Agora, continue a multiplicar:

a) $200 \times 13 = 13 \times (100 + 100) = 1300 + 1300 = 2600$.

b) $300 \times 12 =$ _____

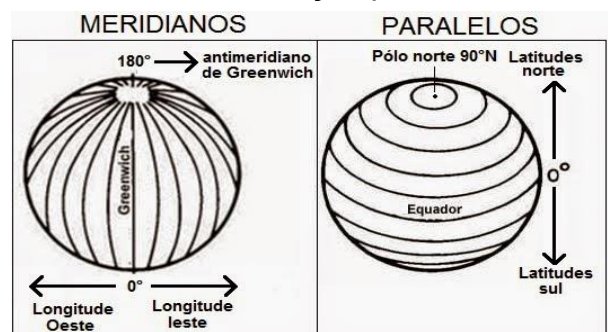
c) $322 \times 20 =$ _____

d) $450 \times 22 =$ _____

AULA DE GEOGRAFIA - COORDENADAS GEOGRÁFICAS

As coordenadas geográficas são importantes elementos de localização. Elas formam um sistema de localização que se estrutura através de linhas imaginárias, traçadas paralelamente entre si nos sentidos norte-sul e leste-oeste, medidas em graus. Com a combinação dessas linhas, criam-se “endereços” específicos para cada ponto do mundo, permitindo a sua identificação precisa.

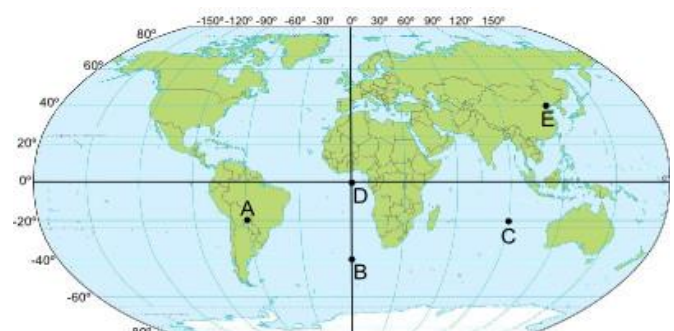
Essas linhas imaginárias são chamadas de **paralelos** e **meridianos**, e suas medidas em graus são, respectivamente, as **latitudes** e as **longitudes**. Os paralelos cortam a Terra horizontalmente, no sentido leste-oeste, enquanto os meridianos cortam a Terra verticalmente. A junção dessas linhas é o fator responsável pela existência das coordenadas geográficas.



O principal paralelo é a **Linha do Equador**, pois representa a faixa da Terra que se encontra a uma igual distância dos polos norte e sul. Já o principal meridiano é o de **Greenwich** e foi escolhido a partir de uma convenção, realizada na cidade de Washington, nos Estados Unidos, no ano de 1884. Essas duas linhas representam o marco inicial da contagem das latitudes e das longitudes.

Por esse motivo, tudo o que se encontra exatamente sobre a Linha do Equador possui uma latitude 0°, aumentando à medida que se desloca para o norte e diminuindo à medida que se desloca para o sul. Assim, **as latitudes são a distância em graus de qualquer ponto da Terra em relação à Linha do Equador**. Suas medidas vão de -90° até 90°.

Da mesma forma acontece com o Meridiano de Greenwich em relação às longitudes. Tudo que estiver sobre essa linha possui 0° de longitude, aumentando à medida que nos deslocamos para leste e diminuindo à medida que nos deslocamos para oeste. Por isso, **as longitudes são a distância em graus de qualquer ponto da Terra em relação**



ao Meridiano de Greenwich. Suas medidas vão de -180° até 180° .

É a partir das longitudes que são traçados os fusos horários.

Diante desse conceito, podemos concluir que as latitudes negativas estão sempre se referindo a lugares localizados no Hemisfério Sul, também chamado de Austral ou Meridional. As latitudes positivas, obviamente, referem-se a lugares posicionados no Hemisfério Norte, também chamado de Boreal ou Setentrional.

Já as longitudes negativas fazem referência a pontos posicionados no Hemisfério Oeste ou Ocidental, enquanto as longitudes positivas são relativas a pontos localizados no Hemisfério Leste ou Oriental.

Atividades:

1) Relacione cada termo à sua respectiva definição.

A- Coordenadas geográficas

B- Paralelos

C- Linha do Equador

D- Meridiano de Greenwich

E- Latitude

F- Longitude

G- Meridianos

() Linhas imaginárias que circundam a Terra no sentido leste-oeste, paralelas à linha do Equador.

() Principal paralelo e divide o planeta Terra em dois hemisférios: Norte e Sul.

() Sistema de localização estruturado através de linhas imaginárias, traçadas nos sentidos norte-sul e leste-oeste.

() Linhas imaginárias traçadas de um polo a outro, de norte a sul.

() É a distância entre qualquer ponto da superfície terrestre e a linha do equador.

() É a distância entre um ponto qualquer na superfície terrestre e o Meridiano de Greenwich.

() Divide a Terra em dois hemisférios: Leste e Oeste.

2) Encontre as palavras grifadas (da atividade 1) no caça palavras abaixo:





AULA DE HISTÓRIA – ECONOMIA NO BRASIL COLONIAL

Tradicionalmente, os historiadores esquematizaram a economia colonial em três grandes ciclos, que foram: **ciclo do pau-brasil**, **ciclo do açúcar** e **ciclo do ouro**. Uma importante observação é que dizer que a colonização ficou marcada por esses três grandes ciclos não significa que não houve nenhuma outra atividade econômica no Brasil.

Esses três ciclos corresponderam às principais atividades econômicas da colonização, no entanto, a América Portuguesa tinha uma grande variedade de atividades econômicas. Era praticada a pecuária, a agricultura, sobretudo voltada para a subsistência, e havia também outros itens produzidos para exportação, como o fumo.

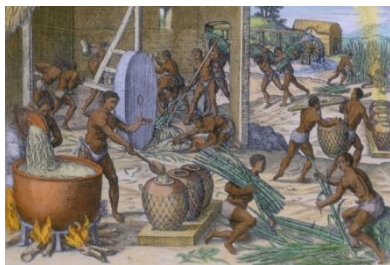
Havia também um pequeno comércio, exceção feita para o comércio de escravizados, consideravelmente próspero. Apesar dessa diversificação, não havia nenhuma espécie de manufatura no Brasil, uma vez que não era permitido por Portugal.

Vejam algumas observações a respeito desses três grandes ciclos:

- **Pau-brasil:** como vimos, sua exploração visava ao corante extraído da madeira. Sua extração era realizada pelos índios, e o pagamento dava-se pelo escambo, ou seja, pela troca: o trabalho indígena era pago pelos portugueses com objetos e ferramentas.
- **Açúcar:** o açúcar foi o produto mais importante produzido no Brasil durante parte do século XVI e durante todo o XVII. Até onde se sabe a intenção dos portugueses de instalar engenhos no Brasil para produzir açúcar remonta ao ano de 1516, mas só em 1535 foram instalados os primeiros engenhos no Brasil (na capitania de Pernambuco).
- **Ouro:** terceiro grande ciclo econômico durante a colonização. Quantidades expressivas de ouro foram encontradas em Minas Gerais, em 1695, e as primeiras pedras de diamante foram encontradas em 1730. O ouro atraiu milhares de pessoas ao Brasil e transformou Minas Gerais no grande centro da América Portuguesa. Houve também quantias expressivas de ouro em Goiás e no Mato Grosso. Os portugueses regulavam a extração do ouro por meio de impostos, como o quinto.



Escravidão



A colonização do Brasil foi um empreendimento em que Portugal explorou os recursos existentes no território brasileiro, além de vidas humanas. A principal mão de obra utilizada pelos portugueses durante a colonização foi a dos **escravizados indígenas e africanos**. Estima-se que a escravidão tenha sido **implantada no Brasil na década de 1530**.

Isso aconteceu, portanto, quando os portugueses decidiram pela ocupação e exploração mais sistemática da América Portuguesa. O primeiro grupo escravizado no Brasil foram os indígenas, principalmente porque estavam disponíveis em grande quantidade para que os portugueses pudessem escravizá-los.

A escravidão foi uma instituição violenta que colocava seres humanos em condições cruéis. Milhões de indígenas e africanos morreram por toda a violência que sofreram dos portugueses durante os três séculos de colonização. A escravização dos indígenas foi proibida pelo marquês de Pombal, em 1757, e a escravização de africanos e seus descendentes só acabou em 1888, mais de 66 anos depois de conquistada nossa independência.

Os índios foram a principal mão de obra escrava até meados do século XVII, quando então começaram a ser superados em número pelos escravizados africanos. Uma série de questões contribuiu para a substituição da mão de obra indígena pela africana. Os historiadores argumentam que a **redução da população indígena e questões biológicas** contribuíram para que os africanos se tornassem mais importantes.

Assim, a alta procura por escravizados, a redução da população indígena e a lucratividade do tráfico negreiro contribuíram para que os africanos se tornassem o principal grupo escravizado no Brasil. A escravização de africanos feita pelos portugueses não foi iniciada no Brasil, pois, no século XV, os portugueses já compravam africanos para ser escravizados em Lisboa.

O tráfico negreiro foi uma das atividades mais lucrativas (e cruéis) da colonização e foi responsável pela chegada de **quase cinco milhões de africanos** ao Brasil. O tráfico negreiro trouxe africanos escravizados para o Brasil por três séculos, sendo proibido somente em 1850. Já no caso indígena, os maiores responsáveis por capturá-los para revendê-los como escravos foram os **bandeirantes**.

Os bandeirantes eram sertanistas que penetraram no interior da América Portuguesa, explorando as terras, principalmente **à procura de riquezas e de indígenas**. Os indígenas eram violentamente capturados e revendidos, sobretudo em São Paulo, por sua grande demanda.

Os bandeirantes também eram contratados para **capturar escravizados africanos que fugiam**, eles organizavam expedições que atacavam quilombos, assentamentos formados por escravos fugidos. O caso mais conhecido de nossa história foi o Quilombo dos Palmares. Por fim, os bandeirantes também foram responsáveis por localizar ouro em diversas partes do Brasil.

ATIVIDADE:

1) Responda:

a) Quais foram os três grandes ciclos da economia colonial brasileira?

R: _____

b) Qual foi a principal mão de obra utilizada pelos portugueses durante a colonização?

R: _____

c) O primeiro grupo escravizado no Brasil foram os _____.

2) Marque X nas alternativas corretas:

() O pau-brasil foi a primeira riqueza brasileira a ser explorada.

() A cana foi o produto brasileiro menos explorado, porque o açúcar não era valorizado na Europa.

() A mão de obra indígena foi o primeiro tipo de exploração humana a ser utilizada.

() Os negros africanos não colaboraram com o desenvolvimento das atividades econômicas brasileiras.

3) Analise as afirmativas abaixo e relacione as colunas.

(1) Extração do pau-brasil

(2) Extração de cana

(3) Criação de gado

(4) Indígena

(5) Negros africanos

() Primeiro tipo de mão de obra a ser utilizada no Brasil Colônia.

() Colaboraram bastante com as atividades econômicas brasileiras.

() O açúcar era um produto muito valorizado na Europa.

() Primeira riqueza a ser explorada no Brasil Colônia.

() Servia de alimento à população da colônia.

QUARTA-FEIRA 04/08/2021

AULAS ESPECÍFICAS

QUINTA-FEIRA 05/08/2021

AULA DE LÍNGUA PORTUGUESA - NÚMERO DO SUBSTANTIVO/ CONCORDÂNCIA NOMINAL

1- Passe as frases para o plural como no modelo:

A fisioterapeuta tem paciente imigrante.

As fisioterapeutas têm pacientes imigrantes.

A- O médico cuida do paciente com covid-19.

R.: _____



ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

B. A menina chegou atrasada na avaliação.

R.: _____

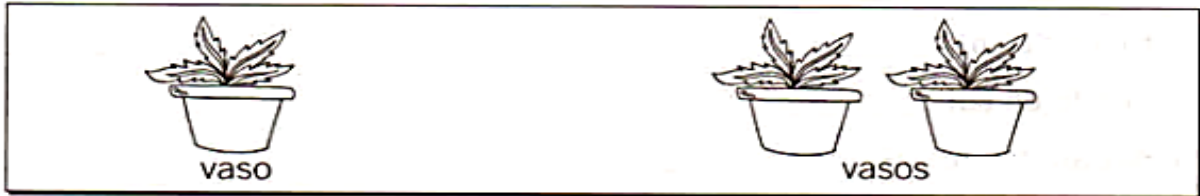
C. O aluno entregou o roteiro de atividade atrasado.

R.: _____

D. O computador foi conectado ao wi-fi da vizinha.

R.: _____

2- Forme o plural, acrescentando **S** no final de cada palavra:



a) sapato _____

d) livro _____

b) bolsa _____

e) mesa _____

c) gato _____

f) maçã _____

3. Forme o plural das palavras terminada em **ÃO** conforme o exemplo:

Acrescentando **-s**

a) irmão _____

d) cristão _____

b) chão _____

e) órgão _____

c) grão _____

f) cidadão _____

Substituindo **-ão** por **-ões**

g) caminhão _____

j) fogão _____

h) canhão _____

k) coração _____

i) limão _____

l) canção _____

Substituindo **-ão** por **-ães**

m) alemão _____

p) pão _____

n) cão _____

q) tabelião _____

o) capitão _____

r) escrivão _____

4- Faça a atividade de caligrafia:



O passeio

Certo dia, na fazenda, onde moravam umas

meninas muito bonitas, que gostavam de passear,

e que resolveram dar umas voltas.

Elas estavam passeando distraídas, quando

encontraram uns gatinhos pretos e outros marrons

abandonados na beira da estrada. Então, as

meninas cuidaram dos gatinhos e todos ficaram

muito felizes.

AULA DE CIÊNCIAS - A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA PREVENIR OBESIDADE

O Brasil continua com uma população acima do peso. De acordo com dados do Ministério da Saúde atualizados em setembro de 2017, nos últimos 10 anos, a obesidade no país aumentou de 11,8% para 18,9%. Com este resultado, significa que quase 19% da população brasileira está acima do peso. O número de pessoas com diabetes e hipertensão também cresceu.

Os dados mostram ainda, que um a cada cinco brasileiros está obeso e a obesidade já é considerada um problema de saúde pública. Devido a esta questão o governo divulgou em 2014 um programa para combater doenças crônicas e um projeto para prevenção de obesidade.

Para conseguir uma melhor qualidade de vida, segundo nutricionistas, é necessário manter uma alimentação adequada, o que muitos brasileiros deixaram de ter a algum tempo. O processo pode ser difícil e já vem sendo muito debatido nos últimos anos, o grande problema segundo os especialistas é iniciar este processo.



Mas como manter hábitos alimentares saudáveis?

Para manter ou iniciar uma rotina com hábitos saudáveis é preciso um pouco de esforço, afinal de contas consumir comidas gordurosas e rápidas é muito mais prático. Antes de qualquer situação, é preciso ter consciência sobre a necessidade de se alimentar bem e fugir dos hábitos alimentares errados. Primeiramente é necessário ter um foco, que é ter qualidade de vida e hábitos saudáveis como prevenção de obesidade entre outras patologias culturais. Deixar de lado aqueles hábitos nada saudáveis como beber refrigerantes, comer balas, doces, chocolates, frituras entre outras refeições e alimentos gordurosos é essencial. Além da quantidade equilibrada de carboidratos, proteínas e lipídios, o organismo precisa também das vitaminas e minerais.



Para iniciar uma dieta saudável é necessário procurar um profissional. Além de procurar um profissional nutricionista, é necessário ter comprometimento com as mudanças propostas e naturalmente ir adquirindo qualidade de vida. Uma pessoa especializada irá acompanhar o paciente e tem conhecimento específico para elaborar um plano alimentar com todas as recomendações diárias de nutrientes. Uma dieta equilibrada também precisa ser fracionada com ingestão hídrica adequada, sucos naturais, frutas e verduras. É preciso evitar alimentos gordurosos, alimentos de fast food, alimentos ricos em açúcar simples, frituras, refrigerantes entre outros. Dietas malucas podem provocar fraqueza, anemia, fadiga no dia a dia ou até mesmo em atividades físicas, bem como deficiências de alguns nutrientes fundamentais ao organismo.

No verão o ideal é fazer lanches rápidos como sanduíche natural, tomar sucos, vitaminas e comer frutas. É importante lembrar sempre que alimentação adequada e atividade física caminham juntas para o sucesso de um bom resultado.

Se as pessoas conseguirem manter estas recomendações, certamente o risco de se tornar uma pessoa obesa, irá diminuir significativamente ou até por completo.

Alimentação no Brasil

Quanto à alimentação dos brasileiros, as pesquisas também apontam dados significativos e que precisam de atenção. As informações mostram que cerca de 34,6% da população do Brasil come em excesso carnes com gordura e 56,9% bebe leite integral, o que resulta em um dos principais fatores para o excesso de peso. Os números ainda assustam, pois apontam que cerca de 29,8% dos brasileiros toma refrigerante cinco vezes por semana e apenas 20,2% consomem a quantidade de cinco porções diárias de frutas e hortaliças, recomendadas pela Organização Mundial de Saúde.

O importante é tentar mudar a rotina de uma alimentação saudável e ir aos poucos se acostumando, pois a vida pode ser ainda mais longa se cuidarmos dela.

ATIVIDADES

1) Encontre no diagrama as palavras grifadas do texto abaixo.

Os **nutrientes** dos alimentos têm três funções em nosso corpo: construção, regulação e energética.

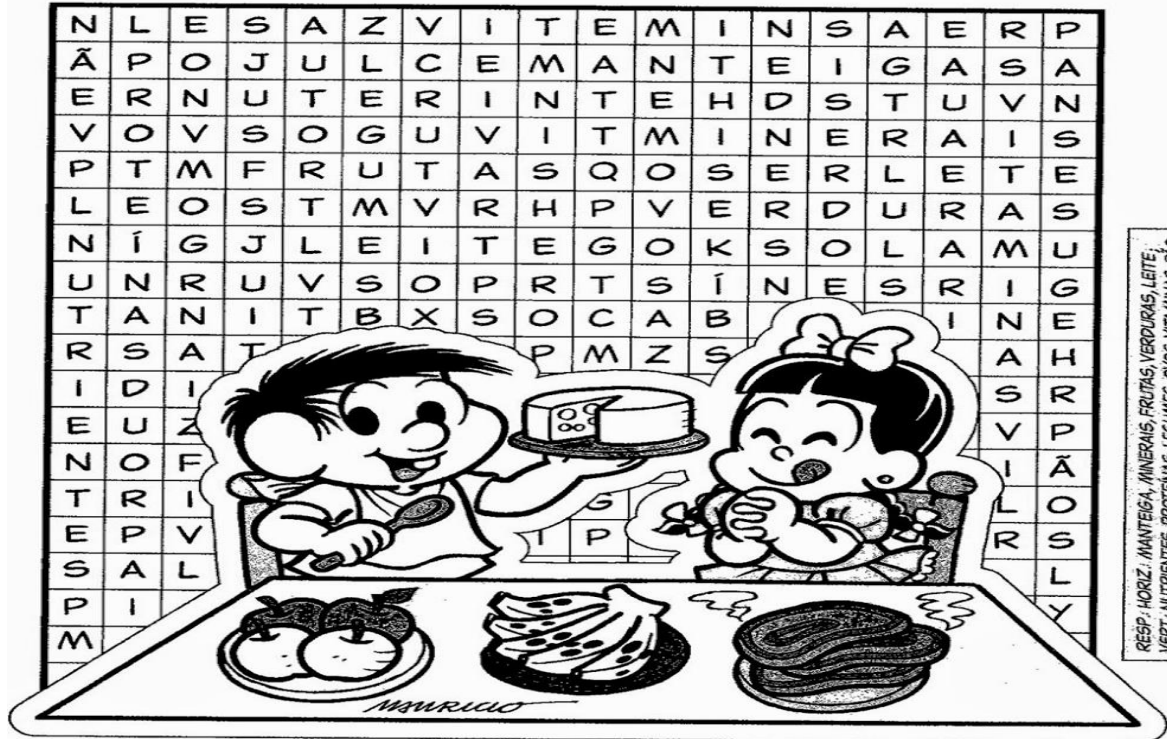


Os alimentos construtores são ricos em **proteínas** e garantem o crescimento do corpo e a renovação das células. São eles: carnes, **leite** e derivados, **ovos**, leguminosas (feijão, lentilha).

Os alimentos reguladores têm como nutrientes as **vitaminas** e os **minerais** encontrados em **verduras**, **frutas** e **legumes**, que fortalecem o sistema imunológico e regulam a digestão e o bom funcionamento dos intestinos.

Os alimentos energéticos são os alimentos que fornecem energia ao organismo. São ricos em açúcares (carboidratos) e gorduras (lipídios). Exemplos: **pão**, massas, arroz, **manteiga**, etc.

É importante manter sempre uma alimentação equilibrada.



2) Pesquisa: alimentação.

Escreva em cada espaço um alimento que você gosta. Depois pinte a bolinha na frente de acordo com a legenda.

SAUDÁVEL (VERDE)

NÃO SAUDÁVEL (VERMELHO)

SAUDÁVEL

NÃO SAUDÁVEL

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Menos de 4 - Cuidado! Você precisa melhorar sua alimentação.

DE 6 a 4 - Que tal, experimentar novos alimentos?

DE 7 a 12 - Parabéns! Sua alimentação está nota 10.

SEXTA-FEIRA 06/08/2021**AULA DE MATEMÁTICA - MULTIPLICAÇÃO COM UM DOS FATORES MENORES QUE 10**

Agenor planta laranjas em sua fazenda. Para vendê-las ao supermercado, ele embala as frutas em pacotes de 8. No mês de janeiro, Agenor vendeu 1234 pacotes de 8 laranjas. Quantas laranjas foram vendidas, no total?

Para resolver esse problema podemos calcular usando a decomposição pela adição.

$$1234 \times 8 =$$

$$1234 + 1234 + 1234 + 1234 + 1234 + 1234 + 1234 + 1234 = 9872$$

Também posso usar a **propriedade distributiva** da multiplicação. Veja:

$$8 \times (1000 + 200 + 30 + 4) = 8 \times 1000 + 8 \times 200 + 8 \times 30 + 8 \times 4 = 8000 + 1600 + 240 + 32 = 9872$$

E ainda, de modo mais prático o algoritmo usual da multiplicação.

UM C D U**1 2 3**

1 2 3 4

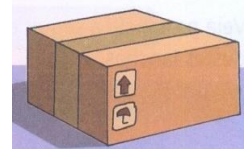
X 8

9 8 7 2**ATIVIDADES**

1) Em um restaurante há 17 mesas e em cada uma cabem 4 pessoas. Qual é o número máximo de pessoas que podem jantar, ao mesmo tempo, nesse restaurante?

R: _____

2) A caixa da figura tem 28 quilogramas de massa. Quantos quilogramas terão 3 caixas iguais a essa?



R: _____

3) Uma empresa comprou os garrafões de água mostrados na figura. Quantos litros de água foram comprados no total?



R: _____

4) Um equipamento gráfico produz 586 agendas por hora. Quantas agendas serão produzidas em: a) 2 h? b) 8 h?

5) Tenho R\$ 750,00; Lia tem o dobro da quantia que possuo; João, o triplo da quantia de Lia. O preço de um carro usado é igual à importância que nós três possuímos juntos. Qual o preço do carro?

R: _____

6) Na biblioteca da escola todas as estantes são do mesmo tamanho. Cada estante tem 5 prateleiras, e em cada prateleira há 64 livros.

a) Quantos livros cabem em cada estante?

b) Quantos livros há ao todo em 10 estantes como essa?



7) De segunda-feira a sexta-feira Rodrigo caminha 5 800 metros por dia. No sábado e no domingo ele caminha 6500 metros em cada dia. Quantos quilômetros Rodrigo caminha por semana?

R: _____

8) Veja na tabela a seguir quantas calorias uma pessoa obtém ao comer cada um destes lanches:


Total de calorias por alimento						
Alimento	 esfiha aberta de carne	 pastel de queijo	 coxinha de frango	 hambúrguer simples	 pizza de mozzarella	 cachorro-quente completo
Porção	1 unidade	1 unidade	1 unidade	1 unidade	1 pedaço	1 unidade
Calorias	127	211	216	230	236	495

- a) Quantas calorias contém um cachorro-quente completo ? _____
- b) Quantas calorias consome uma pessoa que ingerir: Faça os cálculos.
- três coxinhas de frango? _____
 - cinco esfihas de carne? _____
 - quatro pedaços de pizza de mozzarella? _____
- c) Você mantém uma alimentação saudável, consumindo regularmente frutas, verduras e legumes?

AULA DE LÍNGUA PORTUGUESA - PRODUÇÃO TEXTUAL

Lenda folclórica: As lendas do folclore são um conjunto de mitos e personagens que nasceram da imaginação coletiva de um povo, como uma verdadeira tradição passada de geração para geração.

FICHA TÉCNICA
personagens do folclore brasileiro



Nome: Mula sem cabeça

Principais características: corpo de mula; cor preta ou marrom; ferraduras de aço; solta fogo no lugar da cabeça; relincho alto

Como é encontrado: nas matas ou campos

O que faz: corre assustando os animais e pessoas com seu relincho alto e assustador

- 1- Assista ao vídeo que a professora vai postar no grupo e reproduza a lenda com suas palavras:



<https://www.youtube.com/watch?v=GVrhNSmo2GI>



Religião cristã

Bíblia: é o livro sagrado dos cristãos. Os cristãos acreditam que a Bíblia seja o ensinamento de Deus, escrito para orientá-los. A Bíblia inicia com o livro do Gênesis que narra a criação do mundo e termina com o livro do Apocalipse, que narra o fim dos tempos. É formada por uma coleção de vários livros, que hoje são utilizados por católicos e protestantes, e foram escritos por diversas pessoas e em épocas diferentes. Os livros contêm cartas, mandamentos e histórias sobre as vidas das pessoas. A Bíblia está dividida em duas partes principais: o Velho Testamento e o Novo Testamento.



Religião Afro-brasileira



Nas Tradições religiosas Afro-Brasileiras, nas quais a mensagem sagrada é transmitida de maneira oral, encontram-se mitos, lendas, canções, contos, danças, provérbios, adivinhações e ritos para explicar, vivenciar e perpetuar suas crenças e tradições.

Religião indígena

As pessoas são diferentes e as religiões também. Sendo assim, cada religião tem os seus próprios textos sagrados. Os povos indígenas, que não utilizavam a escrita, tinham a sua religião valorizada e transmitida para as futuras gerações por meio das histórias que eram contadas. Este povo não só narrava seus textos sagrados, como os desenhava, dançava, teatralizava, etc. Desta forma inteligente eles conseguiram preservar a sua religião.



Atividade:

1- Assinale V para verdadeiro e F para falso:

- () Páli Tripitakan: é conhecido como o principal Texto Sagrado budista.
- () A Bíblia é o livro sagrado dos cristãos e budistas.
- () Os livros sagrados, conhecidos como Sutras, com suas parábolas e histórias explicam os ensinamentos de Jesus Cristo
- () A Bíblia inicia com o livro do Gênesis que narra a criação do mundo e termina com o livro do Apocalipse.
- () Nas Tradições religiosas Afro-Brasileiras, a mensagem sagrada é transmitida pelo alcorão.
- () Os povos indígenas, que não utilizavam a escrita, tinham a sua religião valorizada e transmitida para as futuras gerações por meio das histórias que eram contadas.
- () Os Três Cestos da Sabedoria”. Conta a vida de Buda, o “Iluminado”, o príncipe Sidharta Gautama.



22º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES

ESCOLA MUNICIPAL :MONTEIRO LOBATO

PROFESSORA: GREICE MATUTINO ANGÉLICA VESPERTINO

COMPONENTE CURRICULAR: ARTE

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 02/ 08 A 06/08 DE 2021.

ALUNO (A): _____ TURMA: 5º ANO

O QUE ESTUDAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Unidade temática: Artes visuais e Artes integradas. • Objeto de conhecimento: Elementos da Linguagem Visual, Materialidades e Matrizes Estéticas e Culturais. • Conteúdos: composições artísticas tridimensionais com referências em obras do artista Ivan Cruz; Distintas matrizes estéticas e culturais nacional.
PARA QUE ESTUDAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar composição artística aplicando os elementos das artes visuais: cores e formas, recorte e dobradura.
COMO VAMOS ESTUDAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Organizando os estudos, assistindo aos vídeos ou ouvindo os áudios explicativos da professora de arte e fazendo as atividades.
COMO REGISTRAR?	<ul style="list-style-type: none"> • Fazendo as atividades propostas nos roteiros, utilizando os materiais escolares comuns, como: papel sulfite, régua, borracha, lápis de cor, giz de cera, tinta, etc.

22º ROTEIRO DE ARTE

Na aula anterior conhecemos a vida e obra do artista **Ivan Cruz**.

Suas obras são relacionadas às brincadeiras infantis. Ivan Cruz é pintor e escultor.

Tridimensional: Que comporta três dimensões (altura, comprimento e largura).

Observe a escultura abaixo:



Brincadeira de roda retratada em escultura de Ivan Cruz

Faça um x na alternativa correta:

A obra acima é?

() tridimensional () bidimensional

Atividade :

Use as obras do artista Ivan Cruz para se inspirar nas brincadeiras que mais gosta.



**Prefeitura de
Rolândia**

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



Você irá representar através da composição **tridimensional** um brinquedo de sua preferência, pode ser um aviãozinho de papel(dobradura), bolha de sabão, pé de lata, etc..Seja criativo e divirta-se!! Não esqueça de registrar por meio de desenho o seu brinquedo no espaço abaixo.



22º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19

ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO

PROFESSORAS: MARIA VILMA/ ANDRÉIA

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 02 A 08 DE AGOSTO DE 2021. (22ºR)

NOME _____ **TURMA: 5º ANO** _____

UNIDADE TEMÁTICA: ESPORTES.

OBJETO DE CONHECIMENTO: JOGOS ESPORTIVOS DE INVASÃO

CONTEÚDO: FUTSAL.

1-O que vamos aprender: JOGOS ESPORTIVOS DE INVASÃO - “FUTSAL”

2- Para que vamos estudar esses conteúdos: (PR.EF35EF05.a.5.01)

Experimentar e fruir diversos tipos de jogos esportivos de invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo, pelo respeito e pelo protagonismo, por meio de atividades e jogos diversos que se relacionam com os saberes ensinados.

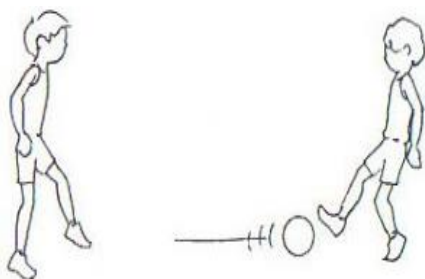
3- Como vamos estudar esse conteúdo?

Como estamos estudando sobre esportes de “invasão”, hoje nós continuaremos a conversar sobre o “**FUTSAL**”. Como vimos na aula passada o **futsal** é um esporte coletivo, disputado em quadra, no qual cada time tem 5 jogadores e o objetivo desse esporte é fazer gols. O tempo total de jogo é de 40 minutos. Ou seja, são dois tempos de 20 minutos com um intervalo de 10 minutos entre eles. O futsal reúne diversos movimentos desde chutes, passes de bola, dribles, cabeceios, etc.

Fundamentos:

Como vimos em outros esportes, os fundamentos são as ações que os jogadores realizam durante o jogo. No futsal não é diferente. Iremos aprender os principais fundamentos do esporte tais como: Domínio de bola; Recepção; Passe; Drible; Chute. Na aula passada estudamos os fundamentos de **DOMÍNIO DE BOLA/RECEPÇÃO, DRIBLE E CONDUÇÃO**.

Em nossa aula de hoje iremos realizar os fundamentos do **PASSE E CHUTE**. Vamos lá? Antes de começar a realizar os exercícios na prática, precisamos entender o significado desses fundamentos:



- **PASSE:** Um dos fundamentos mais importante e mais executado em uma partida de futsal. Consiste basicamente em passar a bola para outro jogador. Para realizá-lo é necessário ter visão de jogo e precisão para acertar a direção e a força necessária para que seu passe não seja interceptado. O passe pelo chão é o mais utilizado em uma partida de futsal pela rapidez exigida do jogo: pelo chão a bola “corre” mais rápido e por isso tem menor possibilidade de ser roubada pelo adversário. Existe também o passe pelo alto que, apesar de demorar mais para alcançar seu destino,

tem menos possibilidade de ser interceptado. São muitas as variações de passe, como o “passe de letra”, passe de peito, de cabeça, de calcanhar e todos os tipos que a criatividade permita inventar.

O Passe é classificado em: rasteiro, meia altura ou parabólico. Em relação a distância pode ser curto, médio ou longo. Quanto à sua execução pode ser com o interno do pé, externo, solado, de bico e de calcanhar.



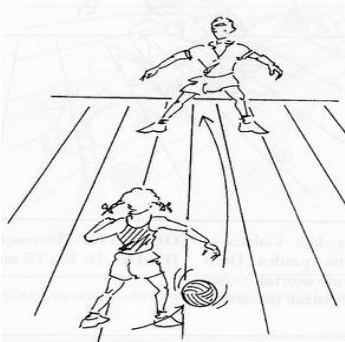
- **CHUTE:** O Chute no Futsal é a ação que se dá para deslocar a bola, é o ato de enviar a bola em uma certa direção. Existem diversas variações de chute, como o feito com a parte interna do pé, com a externa conhecido como trivela, com o peito do pé, calcanhar e de bico. O objetivo pode ser a tentativa de tirar a bola de jogo, acertar outro jogador e, claro, fazer o gol. O chute defensivo é aquele que busca afastar o perigo do ataque adversário, muitas vezes é realizado de qualquer forma sem uma direção específica. Já o chute ofensivo, busca fazer o gol, requer percepção do posicionamento do goleiro adversário, noção de força, precisão e

habilidade.



MATERIAIS NECESSÁRIOS PARA A AULA: 01 BOLA (PODE SER DE PAPEL, SACOLINHA DE MERCADO, MEIA OU OUTRO MATERIAL QUE ACHAR PERTINENTE) , GIZ OU OUTRO MATERIAL PARA MARCAR.

ATIVIDADES:



PASSE:

- Em duplas, manter uma distância de entre vocês de 3 passos largos, passe a bola para o seu parceiro usando a parte interna do pé, fazer parado e depois andando, (não esqueça de fazer o domínio da bola, ou seja, pisar na bola antes de devolver o passe).

- Em duplas, ainda mantendo a distância de 3 passos largos entre vocês fazer o passe alternando os pés, ou seja, uma vez com o pé direito, outra vez com o pé esquerdo, nesse exercício você deverá devolver a bola sem pisar na mesma.

CHUTES:

- Com o giz desenhe uma trave na parede, faça vários X dentro do gol (trave), você deverá vir correndo conduzindo a bola e chutar com a parte de dentro do pé, tentando acertar algum dos X que você marcou dentro do gol.

- Idem ao exercício acima, porém, agora você deverá chutar com a ponta do pé, ou seja, dar a famosa bicuda na bola tentando acertar algum dos X.

- Agora, vamos precisar de um goleiro que deverá tentar defender as bolas que você chutou, depois você vai fazer a função de goleiro.



DE QUE FORMA VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

RESPONDA:

1) Qual o objetivo do futsal? E qual o tempo total de jogo?

R.:

2) . Quais são os tipos de passes utilizado no futsal trabalhados nessa aula?

R.:

BOA AULA!!



**Prefeitura de
Rolândia**

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



**22º ROTEIRO DE ATIVIDADES COMPLEMENTARES DE ESTUDO – COVID 19
ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO**

**PROFESSORAS: ALINE JANAINA QUINHONE DA SILVA
LEDA APARECIDA DE SOUZA**

ALUNO(A): _____ TURMA: 5º ANO _____

COMPONENTE CURRICULAR: LÍNGUA INGLESA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 02 A 06 DE AGOSTO DE 2021.

ÁUDIO/VÍDEO EXPLICATIVO DA PROFESSORA:

Ouçã o áudio/vídeo da professora e assista ao vídeo para entender como realizar a atividade.

O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR?

Objetos de Conhecimento – Funções e usos da língua inglesa: convivência e colaboração em sala de aula e Aquisição de repertório lexical inicial.

Unidade Temática/Prática de Linguagem – Interação Discursiva

Conteúdo: Repertório lexical relacionado à Festa de Aniversário: comidas, bebidas, presentes...

PARA QUE VAMOS ESTUDAR?

Objetivos de Aprendizagem - Conhecer e compreender, com o apoio da professora, o significado de palavras que nomeiam as medidas de tempo na língua inglesa, as quais servirão de subsídio para a aquisição do próprio repertório lexical.

COMO VAMOS ESTUDAR OS CONTEÚDOS?

Assista aos vídeos de sugestão:

<https://www.youtube.com/watch?v=rf0jxpn5uey>

<https://www.youtube.com/watch?v=wcp4yk2wlqa>

Coloque a data e o seu nome no início da página.

Realize as atividades propostas a seguir.

COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?

Realize a leitura do vocabulário em conjunto com o áudio da professora para memorização da pronúncia e execute a atividade proposta de completar a cruzadinha sobre Festa de Aniversário.

BIRTHDAY VOCABULARY (Vocabulário sobre Festa de Aniversário)

balloon – balão	games – jogos
candle – vela	gifts – presentes
candy – doce	ice cream – sorvete
chocolate - chocolate	magic – mágico
clown – palhaço	music – música
cupcake – bolinho	party hat – chapéu de festa
bow – laço	popcorn – pipoca
cake – bolo	prize – prêmio
fireworks – fogos de artifício	punch - ponche

Name: _____ **Class:** 5th _____

Date: August/_____/2021.




Escreva o nome de cada gravura no local indicado.


ATENÇÃO: as flechas mostram a direção da palavra a ser escrita. O banco de palavras servirá de apoio.

Birthday Party


DIRECTIONS: Fill in the puzzle grid with the name of each item following the number and direction indicated. Use the word bank if you get stuck.




1→




5→




7→




9→




11→




16→




12→




2↓




14→




3↓




4↓




6↓




10↓




15→



8↓



11↓



9↓

BALLOON	GAMES
BOW	GIFT
CAKE	ICE CREAM
CANDLE	MAGIC
CANDY	MUSIC
CHOCOLATE	PARTY HAT
CLOWN	POPCORN
CUPCAKE	PRIZE
FIREWORKS	PUNCH