

4º ROTEIRO

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 15/03/2021 A 18/03/2021

ALUNO (A): _____

TURMA: 4º ANO A () - PROFESSORA GIZELA DILALLO

4º ANO B () - PROFESSORA IYONE LOPES

4º ANO C () - PROFESSORA LUCINÉIA DE PAULA

4º ANO D () - PROFESSORA ANDRÉIA HUSS

COMPONENTES CURRICULARES: LÍNGUA PORTUGUESA, MATEMÁTICA E HISTÓRIA

<p>O QUE VOCÊ VAI ESTUDAR:</p>	<p>LÍNGUA PORTUGUESA:</p> <ul style="list-style-type: none">• ANTECIPAÇÃO, INFERÊNCIAS E VERIFICAÇÃO NA LEITURA (ANTES, DURANTE E DEPOIS DE LER). FORMAS DE REPRESENTAÇÃO DE TEXTOS POÉTICOS VISUAIS E CONCRETOS. CLASSIFICAÇÃO DAS PALAVRAS EM: MONOSSÍLABAS, DISSÍLABAS, TRISSÍLABAS E POLISSÍLABAS. PRODUÇÃO DE TEXTOS EM VERSOS. <p>MATEMÁTICA:</p> <ul style="list-style-type: none">• NÚMEROS NATURAIS: ANTECESSOR E SUCESSOR. AGRUPAMENTOS: UNIDADE, DEZENA, CENTENA E UNIDADE DE MILHAR (VALOR POSICIONAL). AGRUPAMENTOS COMO ESTRATÉGIA DE CONTAGEM DE COLEÇÕES. LOCALIZAÇÃO NO ESPAÇO: MUDANÇAS DE DIREÇÃO (HORIZONTAL E VERTICAL) E SENTIDO (DIREITA, ESQUERDA, PARA FRENTE, PARA TRÁS, DE CIMA PARA BAIXO, DE BAIXO PARA CIMA E VICE-VERSA). PONTOS DE REFERÊNCIA. TRAJETOS, CROQUIS E MAQUETES: DESCRIÇÃO E REPRESENTAÇÃO. <p>HISTÓRIA:</p> <ul style="list-style-type: none">• MEMÓRIA E PATRIMÔNIO HISTÓRICO E CULTURAL DA CIDADE. A CIDADE E SUAS ATIVIDADES: TRABALHO, CULTURA E LAZER.
<p>PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS?</p>	<p>LÍNGUA PORTUGUESA:</p> <ul style="list-style-type: none">• ESTABELECEER EXPECTATIVAS EM RELAÇÃO AO TEXTO QUE VAI LER E/OU OUVIR, APOIANDO-SE EM SEUS CONHECIMENTOS PRÉVIOS SOBRE AS CONDIÇÕES DE PRODUÇÃO E RECEPÇÃO DESSE TEXTO, O GÊNERO, O SUPORTE E O UNIVERSO TEMÁTICO, BEM COMO SOBRE DESTAQUES TEXTUAIS, RECURSOS GRÁFICOS, IMAGENS, DADOS DA PRÓPRIA OBRA. APRECIAR POEMAS VISUAIS E CONCRETOS, OBSERVANDO EFEITOS DE SENTIDO CRIADOS PELO FORMATO DO TEXTO NA PÁGINA, DISTRIBUIÇÃO E DIAGRAMAÇÃO DAS LETRAS, PELAS ILUSTRAÇÕES E POR OUTROS EFEITOS VISUAIS (VERSOS E ESTROFES), A FIM DE COMPREENDER AS FORMAS DE REPRESENTAÇÃO DESSES TEXTOS. IDENTIFICAR O NÚMERO DE SÍLABAS DAS PALAVRAS, A FIM DE CLASSIFICÁ-LAS EM MONOSSÍLABAS, DISSÍLABAS, TRISSÍLABAS E POLISSÍLABAS. PLANEJAR E PRODUZIR TEXTOS EM VERSOS PARA QUE POSSA EXPLORAR RIMAS, SONS E JOGOS DE PALAVRAS DE MODO A APROPRIAR-SE GRADATIVAMENTE DA LINGUAGEM POÉTICA. <p>MATEMÁTICA:</p> <ul style="list-style-type: none">• COMPREENDER O VALOR POSICIONAL DOS ALGARISMOS EM UM NÚMERO, ESTABELECENDO AS RELAÇÕES ENTRE AS ORDENS: 10 UNIDADES = 1 DEZENA; 10 DEZENAS = 1 CENTENA; 10 CENTENAS = 1 UNIDADE DE MILHAR/ MEIA DEZENA/MEIA CENTENA. IDENTIFICAR O ANTECESSOR E SUCESSOR DOS NÚMEROS NATURAIS ATÉ QUATRO ORDENS EM DIFERENTES CONTEXTOS. ORGANIZAR AGRUPAMENTOS PARA FACILITAR A CONTAGEM E A COMPARAÇÃO ENTRE COLEÇÕES QUE ENVOLVEM QUANTIDADES ATÉ AS UNIDADES DE MILHAR. DESCRVER E REPRESENTAR, POR MEIO DE ESBOÇOS DE TRAJETOS OU UTILIZANDO CROQUIS E MAQUETES, A MOVIMENTAÇÃO DE PESSOAS OU DE OBJETOS NO ESPAÇO, INCLUINDO MUDANÇAS DE DIREÇÃO E SENTIDO, COM BASE EM DIFERENTES PONTOS DE REFERÊNCIA. <p>HISTÓRIA:</p> <ul style="list-style-type: none">• ENTENDER O CONCEITO DE PATRIMÔNIO RELACIONANDO À IDEIA DE PERTENCIMENTO, VALORIZAÇÃO E PRESERVAÇÃO DA MEMÓRIA DO MUNICÍPIO E IDENTIFICAR OS PATRIMÔNIOS HISTÓRICOS E CULTURAIS DE SUA CIDADE COMPREENDENDO SEUS SIGNIFICADOS. CONHECER OS SÍMBOLOS MUNICIPAIS RELACIONANDO-OS À HISTÓRIA DO MUNICÍPIO. CONHECER OS PODERES QUE CARACTERIZAM A ORGANIZAÇÃO ADMINISTRATIVA DO MUNICÍPIO.
<p>COMO VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS?</p>	<ul style="list-style-type: none">• VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS ATRAVÉS DE RESPOSTAS ESCRITAS NA FOLHA DE ATIVIDADES, RELATOS ESCRITOS E ORAIS, CÁLCULOS ESCRITOS E MENTAIS, ATRAVÉS DE ILUSTRAÇÃO, OBSERVAÇÃO DE TEXTOS E IMAGENS, INTERPRETAÇÃO DE TEXTO. TIRE UMA FOTO DA ATIVIDADE 1 DA AULA DE MATEMÁTICA DE QUARTA-FEIRA - 17/03/2021 E MANDE NO WHATSAPP DA PROFESSORA.

LÍNGUA PORTUGUESA

Vamos ler com atenção para aprendermos um pouco mais sobre o Gênero Textual "POEMA", para depois realizarmos as atividades:

GÊNERO TEXTUAL POEMA

P O E M A

A PALAVRA **POEMA** SIGNIFICA "FAZER, CRIAR, COMPOR".

- ♥ É UM TEXTO ELABORADO E ESTRUTURADO EM **VERSOS** (CADA LINHA) E **ESTROFES** (CONJUNTO DE VERSOS).
- ♥ PODE APRESENTAR RIMAS E SER LIDO COM RITMO E MUSICALIDADE.
- ♥ UM POEMA PODE OU NÃO SER POÉTICO, EXPRESSANDO SENTIMENTOS.

15 DE MARÇO – DIA DA ESCOLA

ESCOLA É VIDA

ISABEL CRISTINA SILVEIRA SOARES

QUANDO O DIA AMANHECE
ACORDO FELIZ EM PRECE
AGRADEÇO PELA ESCOLA
ONDE A VIDA ACONTECE!

E NESTE DIA ILUMINADO
MESMO QUE EU TROPECE
NADA ME DEIXA TRISTE
A ESCOLA ME FORTALECE!



1) Leia o poema " A casa e o seu dono" e complete as lacunas com os donos de cada casa. (Não se esqueça de observar as ilustrações pra descobrir quem é o dono da casa para poder preencher).



A CASA E O SEU DONO

ESSA CASA É DE CACO

QUEM MORA NELA É O _____



ESSA CASA É TÃO BONITA

QUEM MORA NELA É A _____



ESSA CASA É DE CIMENTO

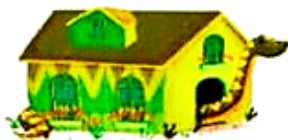
QUEM MORA NELA É O _____



ESSA CASA É DE TELHA
QUEM MORA NELA É A _____



ESSA CASA É ELEGANTE
QUEM MORA NELA É O _____



ESSA CASA, BELA OBRA,
QUEM MORA NELA É A _____



E DESCOBRI DE REPENTE
QUE NÃO FALEI EM CASA DE _____

ELIAS JOSÉ. LUA NO BREJO COM NOVAS TROVAS.
PORTO ALEGRE: FORMATO, 2010.

2) Releia estes versos do poema "A casa e o seu dono", e responda:



a) Você acha importante ter uma casa para morar? Por quê?

R: _____

b) Pensando nisso, preencha as informações abaixo com a ajuda da sua família:

MINHA CASA



O nome da minha rua é:



O número da minha casa é:



O nome do bairro onde minha casa se localiza é:



Um ponto de referência:

LEMBRE-SE:

PONTOS DE REFERÊNCIA

OS PONTOS DE REFERÊNCIA SÃO ELEMENTOS QUE NOS ORIENTAM, PARA CHEGARMOS A DIFERENTES LUGARES, QUE NÃO CONHECEMOS AINDA. POR EXEMPLO: UMA PADARIA, UM MERCADO, UMA PRAÇA ETC. QUE FICA PRÓXIMO À NOSSA CASA.



O contato telefônico do responsável que cuida de mim é:



Um contato para recados em caso de emergência é:

MATEMÁTICA

Números naturais: antecessor e sucessor Lembrando:



Antecessor de um número natural é o número que vem imediatamente antes dele na sequência, tem **uma unidade a menos**.



Sucessor de um número natural é o número que vem imediatamente depois dele nessa sequência, tem **uma unidade a mais**.

1. Complete com o antecessor e o sucessor:

- O número antecessor do número 756 é _____
- O sucessor do número 354 é _____
- Estamos no ano de 2021, o ano passado foi _____
- Hoje é terça-feira, amanhã será _____

Valor posicional ou relativo de um algarismo



O **valor relativo** ou **posicional** de um número depende da ordem em que o algarismo se encontra. Por exemplo:



O algarismo **2** no número **297** ocupa a **3º ORDEM**, isto é, a casa das **CENTENAS**. Assim, **SEU VALOR RELATIVO É 200**. Algarismos iguais podem formar números distintos.



C	D	U
Centena	Dezena	Unidade
2	9	7
↓	↓	↓
200	90	7

Observe que, quando trocamos os algarismos de lugar no número 297, surgirem novos números.

C	D	U	C	D	U	C	D	U	C	D	U	C	D	U
3ª	2ª	1ª	3ª	2ª	1ª	3ª	2ª	1ª	3ª	2ª	1ª	3ª	2ª	1ª
2	7	9	7	2	9	7	9	2	9	7	2	9	2	7
200	70	9	700	20	9	700	90	2	900	70	2	900	20	7

Você deve estar se perguntando: **POR QUE ISSO ACONTECEU?**

A resposta está no conteúdo referente ao **VALOR POSICIONAL** ou **RELATIVO** de um algarismo.

2. Observe o exemplo e complete o quadro.

	UM	C	D	U
1 centena + 2 dezenas + 3 unidades		1	2	3
		100	20	3
a) 1 unidade de milhar + 4 centenas + 5 dezenas + 7 unidades				
b) 8 centenas + 9 dezenas + 3 unidades				
c) 5 unidades de milhar + 8 centenas + 6 unidades				

Agrupamentos como estratégia de contagem de coleções

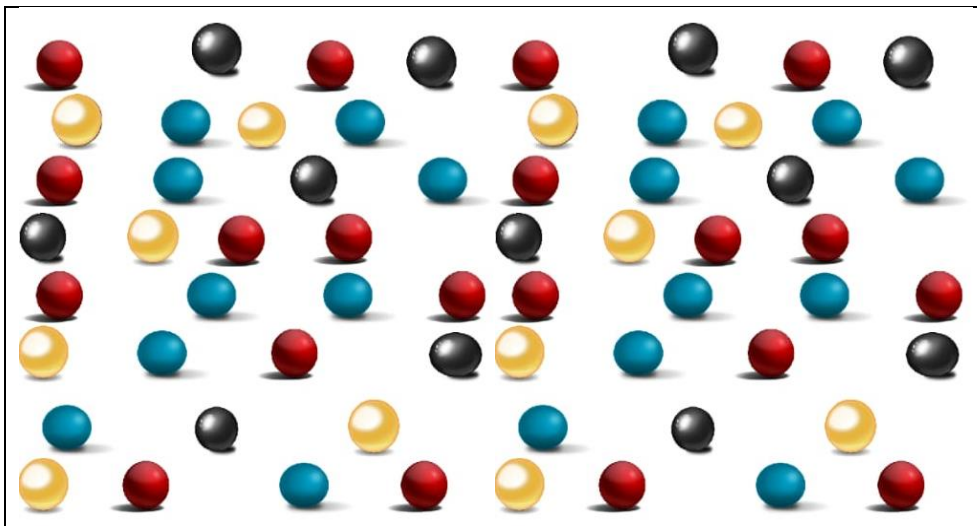
QUEM DE VOCÊS TEM COLEÇÕES
OU JÁ TEVE ALGUMA?

QUAIS TIPOS DE COLEÇÕES
VOCÊS TÊM?

COMO PODEMOS CONTAR
QUANDO TEMOS COLEÇÕES
DIFERENTES?



3. Observe a coleção de bolas de gude e responda:



- a) Quantas bolas tem ao todo? _____
- b) Quantas bolas azuis? _____
- c) Quantas bolas amarelas? _____
- d) Quantas bolas vermelhas? _____
- e) Quantas bolas pretas? _____

4. Você tem ou já teve alguma coleção?

() SIM () NÃO



Se SIM, coleção de que? Conte pra gente!

R: _____

MATEMÁTICA

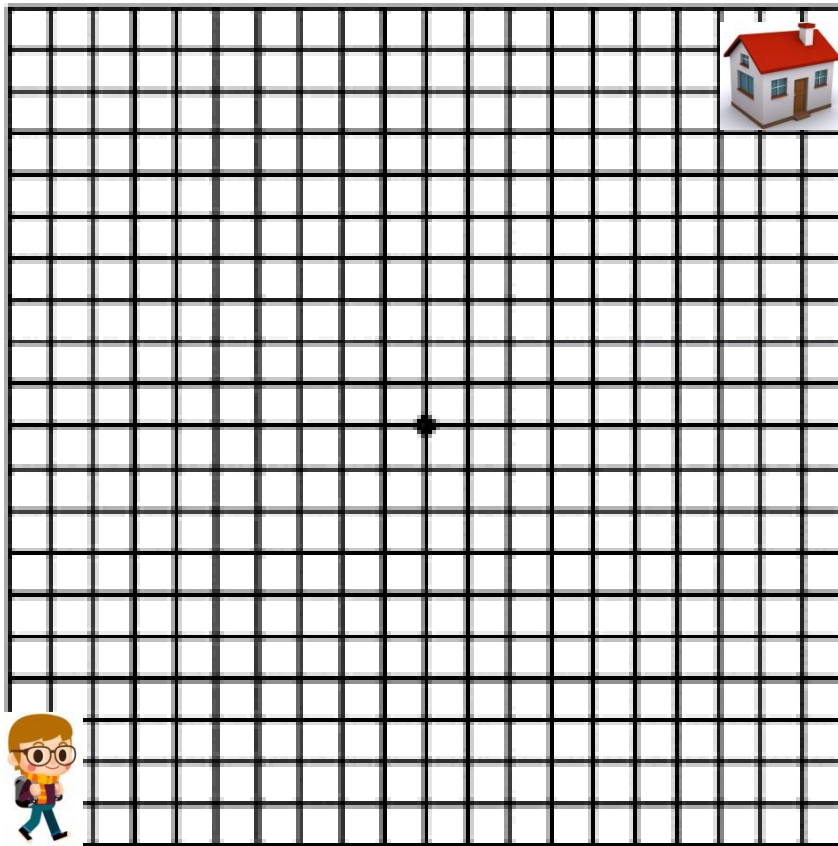
Para se chegar a um lugar pela primeira vez é preciso ter **referências** ou **o endereço correto**. A **localização espacial** trata-se da nossa localização no espaço ou da localização de algum objeto ou construção no espaço.

Vamos realizar as atividades sobre posição e localização, mas antes vamos assistir a um vídeo.

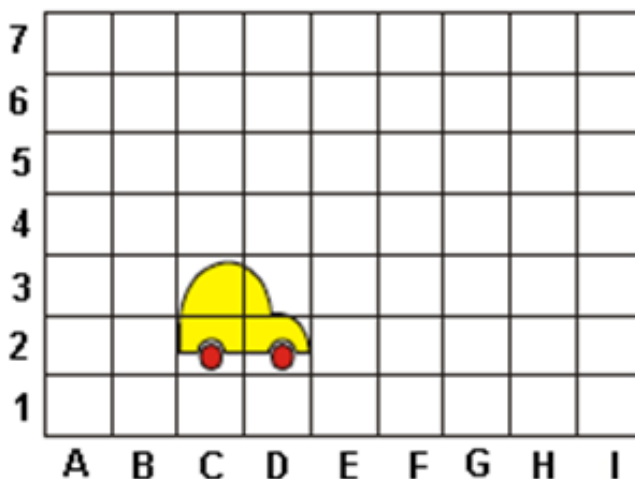
<https://youtu.be/iRtjl9ciqzs>



1. Desenhe, seguindo as linhas, um caminho comprido para a casa do João.

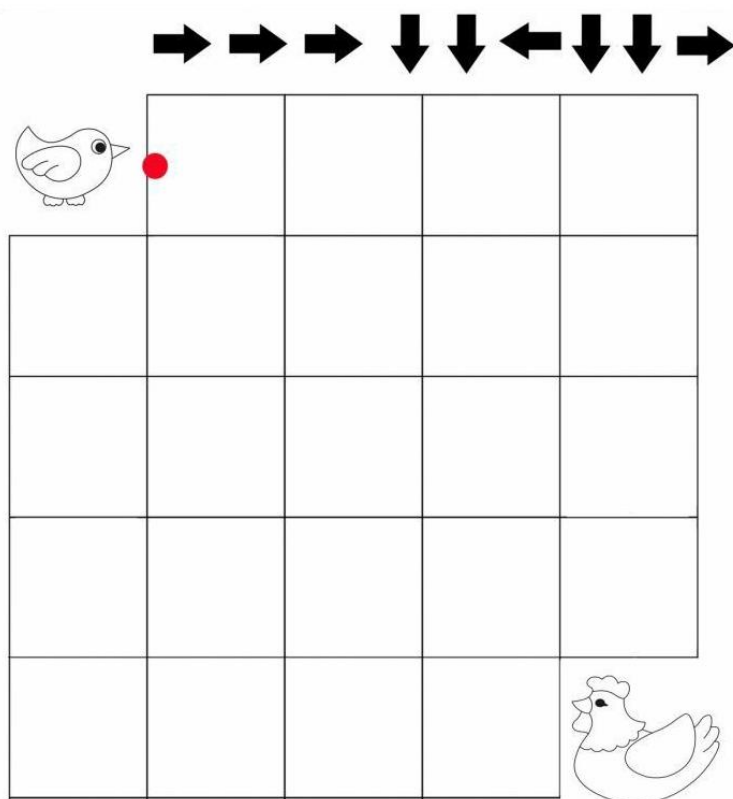


2. Observe a figura abaixo. Em qual posição está a roda da frente do carro? Marque **X**:



- (A) C1
- (B) D3
- (C) C3
- (D) D2

3. Observe a imagem abaixo e faça o que se pede.



➔ Partindo do ponto em que se encontra o pintinho, leve-o até galinha utilizando todas as setas de acordo com suas posições e quantidades.

LÍNGUA PORTUGUESA

Vamos ler o texto abaixo para lembrarmos sobre a **divisão silábica** e só então realizar as atividades propostas.

Divisão silábica

Sílaba é uma letra ou um conjunto de letras que se pronunciam numa só emissão de voz. As palavras podem ser constituídas por uma ou mais sílabas.

Exemplo:

Mar: 1 sílaba

Rocha: 2 sílabas

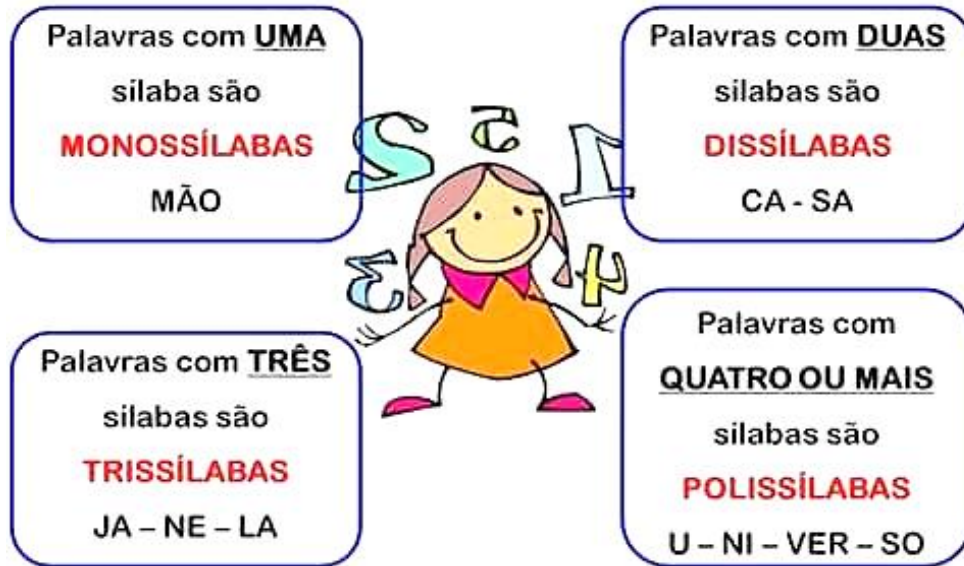
Podes dividir as palavras em sílabas.

Exemplos:

ro • mã ; ca • sa • co ; com • pu • ta • dor



Classificação das palavras quanto ao número de sílabas



1) Separe as sílabas das palavras abaixo e depois faça um **X** de acordo com a quantidade das sílabas de cada palavra:



caramujeira

Quantas sílabas?

monossílaba dissílaba trissílaba polissílaba



coruja

Quantas sílabas?

monossílaba dissílaba trissílaba polissílaba



sol

Quantas sílabas?

monossílaba dissílaba trissílaba polissílaba



pate

Quantas sílabas?

monossílaba dissílaba trissílaba polissílaba

2) Agora é sua vez de tentar.

Separe em sílabas as palavras e depois classifique quanto ao número de sílabas (**monossílabo**, **dissílabo**, **trissílabo** e **polissílabo**) como no exercício anterior.



Palavra	Separação	Classificação
• janela →		
• pé →		
• alegria →		
• fantasia →		
• castelo →		
• mel →		
• bicicleta →		
• mala →		

QUINTA-FEIRA - 18/03/2021

LÍNGUA PORTUGUESA

Poema é um texto literário composto de versos, e que podem conter rimas ou não.

Estrutura do poema

Verso corresponde a cada linha do poema. Os versos organizam-se em estrofes.

Estrofe é um agrupamento de versos.

QUEM SOU EU?

1) Leia o poema com atenção e tente adivinhar sobre quem o poema está falando.

Sou feita de madeira,
Ferro, vidro, metalon.
Em quase todos os lugares,
Estou sempre presente.

Por mim passam muitas pessoas
Que trabalham ou ali moram.
Posso ser de muitas cores
E de variadas formas.

Leves ou pesadas,
Grandes ou pequenas, não importa.
Fecho a frente de tudo,
Casas, prédios e escolas.

Agora é sua vez
De tentar adivinhar.
Quem sou eu?
Eu sou a _____.



2) Agora é sua vez! Escolha uma das palavras abaixo e crie um poema utilizando a mesma ideia do poema acima.

janela

telhado

portão

bicicleta

Blank writing area with horizontal lines for creating a poem.

HISTÓRIA

- Observe as imagens e leia o texto com atenção:

Memória e patrimônio histórico e cultural da cidade



O que é Patrimônio Histórico-Cultural?

Pode-se entender tudo aquilo que se relaciona com a identidade e a memória de um povo, todas as manifestações materiais ou imateriais que diferenciam um grupo dos demais, que representam simbolicamente suas particularidades. Essas manifestações podem ser de origem material (aquilo em que se pode tocar), como os objetos, monumentos, edifícios, documentos, ou de origem imaterial (aquilo que não se pode tocar), como o idioma, os costumes e as comemorações populares coletivas.

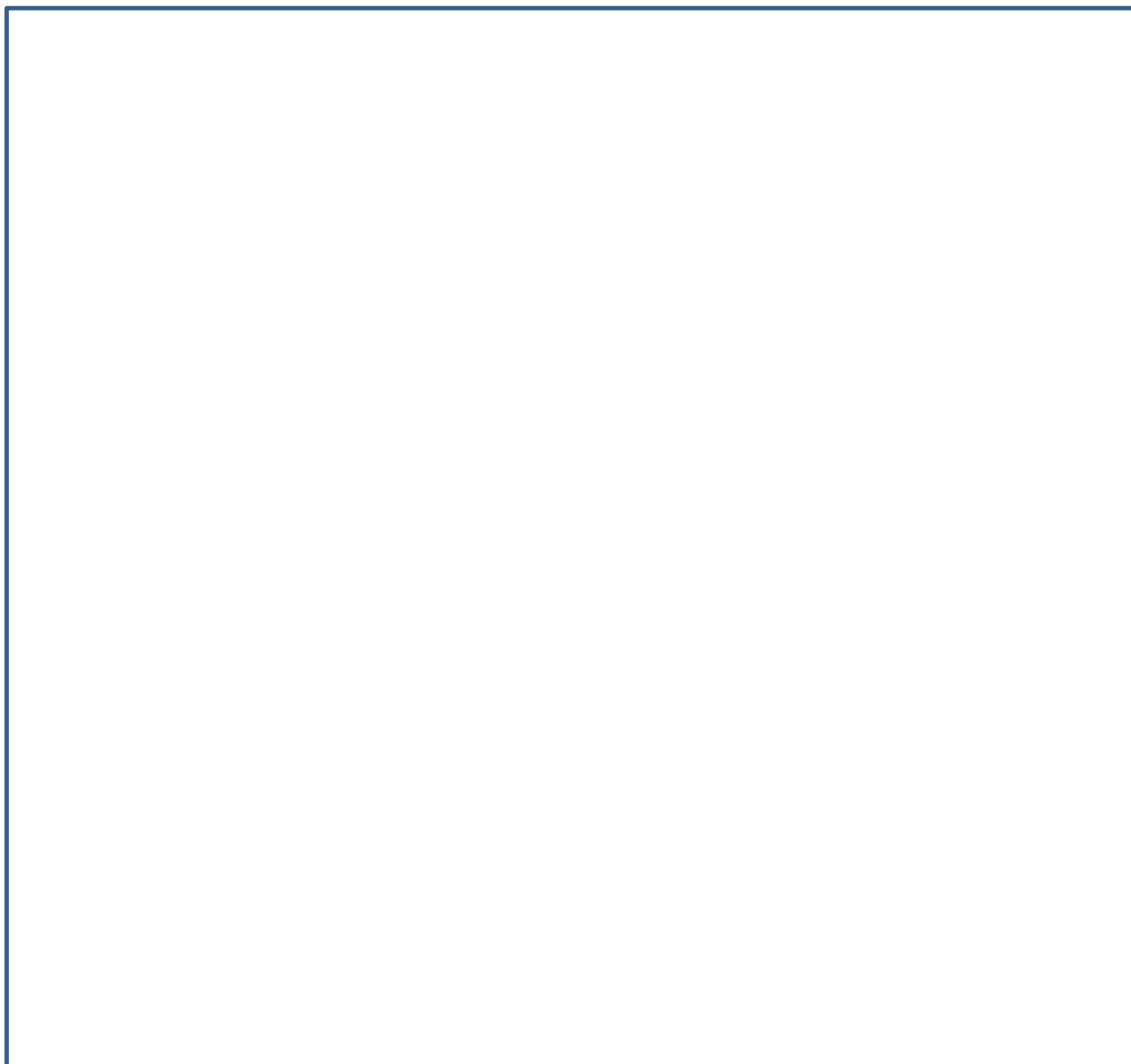
Rolândia, mesmo possuindo uma história considerada recente, tem nas suas próprias raízes os traços culturais trazidos das mais diferentes partes do mundo e regiões do Brasil, através das pessoas que aqui vieram morar. Durante décadas, essas culturas foram sendo miscigenadas e adaptadas à nossa região, dando origem então à identidade cultural do povo Rolandense.

Segue abaixo um pouco da história cultural do município de Rolândia.

- Estátua Roland
- Cemitério São Rafael
- Capela São Rafael
- Museu Agrícola Japonês
- Praça da Igreja Matriz
- Lago São Fernando
- Portal na entrada de Rolândia
- Fazenda Bimini
- Feira da Lua na Praça Castelo Branco

1) Escolha algum patrimônio cultural de Rolândia que você conheça ou que tenha vontade de conhecer e escreva uma frase.

2) Agora, represente o patrimônio escolhido acima através de desenho.



4º ROTEIRO

ARTE

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 15/03/2021 A 18/03/2021





ALUNO (A): _____

TURMA: 4ºANO A () B () C () D ()

PROFESSORAS RESPONSÁVEIS: MARIA ALMEIDA E FRANCIELE S. DE OLIVEIRA DIAS

COMPONENTE CURRICULAR: ARTE

SEGUNDA-FEIRA – 15/03/2021

O QUE VAMOS ESTUDAR?	 ELEMENTOS DA LINGUAGEM VISUAL: AS FORMAS E AS CORES PRIMÁRIAS E SECUNDÁRIAS.
PARA QUE VAMOS ESTUDAR?	 RECONHECER E EXPLORAR ALGUNS DOS ELEMENTOS DA LINGUAGEM VISUAL FORMAS E CORES PRIMÁRIAS E SECUNDÁRIAS E, SEU USO EM COMPOSIÇÕES ARTÍSTICAS; EXPERIMENTAR PROCEDIMENTOS DE DESENHO E PINTURA;
COMO VAMOS ESTUDAR?	 ORGANIZANDO OS ESTUDOS, ASSISTINDO AOS VÍDEOS OU OUVINDO OS ÁUDIOS EXPLICATIVOS DA PROFESSORA DE ARTE E FAZENDO AS ATIVIDADES.
COMO VAMOS REGISTRAR?	 FAZENDO AS ATIVIDADES PROPOSTAS NOS ROTEIROS, UTILIZANDO OS MATERIAIS ESCOLARES COMUNS, COMO: PAPEL SULFITE OU CADERNO, RÉGUA, BORRACHA, LÁPIS DE ESCREVER, LÁPIS DE COR, CANETINHAS (SE TIVER), DENTRE OUTROS QUE SE FIZEREM NECESSÁRIOS.



OLÁ, MEUS AMORES! TUDO BEM COM VOCÊS?

NA AULA DE HOJE VAMOS ESTUDAR SOBRE AS **FORMAS E AS CORES PRIMÁRIAS E SECUNDÁRIAS**.

LEMBRANDO QUE:

DE UM PONTO SURGE AS LINHAS E QUANDO ESTAS SE FECHAM SURGEM FORMAS COMO O TRIÂNGULO, O QUADRADO, O CÍRCULO, O RETÂNGULO, DENTRE VÁRIAS OUTRAS. E, PARA DEIXAR AS FORMAS AINDA MAIS BELAS, TEMOS AS CORES.

A COR É UMA SENSAÇÃO VISUAL QUANDO EXISTE LUZ E, TUDO TEM ORIGEM EM APENAS 3 CORES FUNDAMENTAIS CHAMADAS DE **CORES PRIMÁRIAS: AMARELO, VERMELHO E AZUL**. ELAS SÃO CONHECIDAS POR “CORES PURAS”, QUE NÃO SE FORMAM POR NENHUMA MISTURA DE OUTRAS CORES. PORÉM, QUANDO MISTURA-SE DUAS CORES PRIMÁRIAS, OBTEMOS AS **CORES SECUNDÁRIAS QUE SÃO: ROXO, LARANJA E VERDE**.

PINTE, A SEGUIR, AS MANCHAS COM AS CORES PEDIDAS PARA MELHOR ENTENDER:


Cores primárias



Cores secundárias




ATIVIDADE:

 SABEMOS QUE AS FORMAS ESTÃO PRESENTES EM TODOS OS LUGARES: NA NATUREZA, NUMA ARQUITETURA, DENTRO DA NOSSA CASA E ATÉ MESMO EM JOGOS VIRTUAIS. ISSO NÃO É DEMAIS?

 O JOGO **MINECRAFT** É FORMADO EM MUNDO TOTALMENTE COM FORMAS GEOMÉTRICAS.

 ISSO É FAMILIAR PARA VOCÊ?

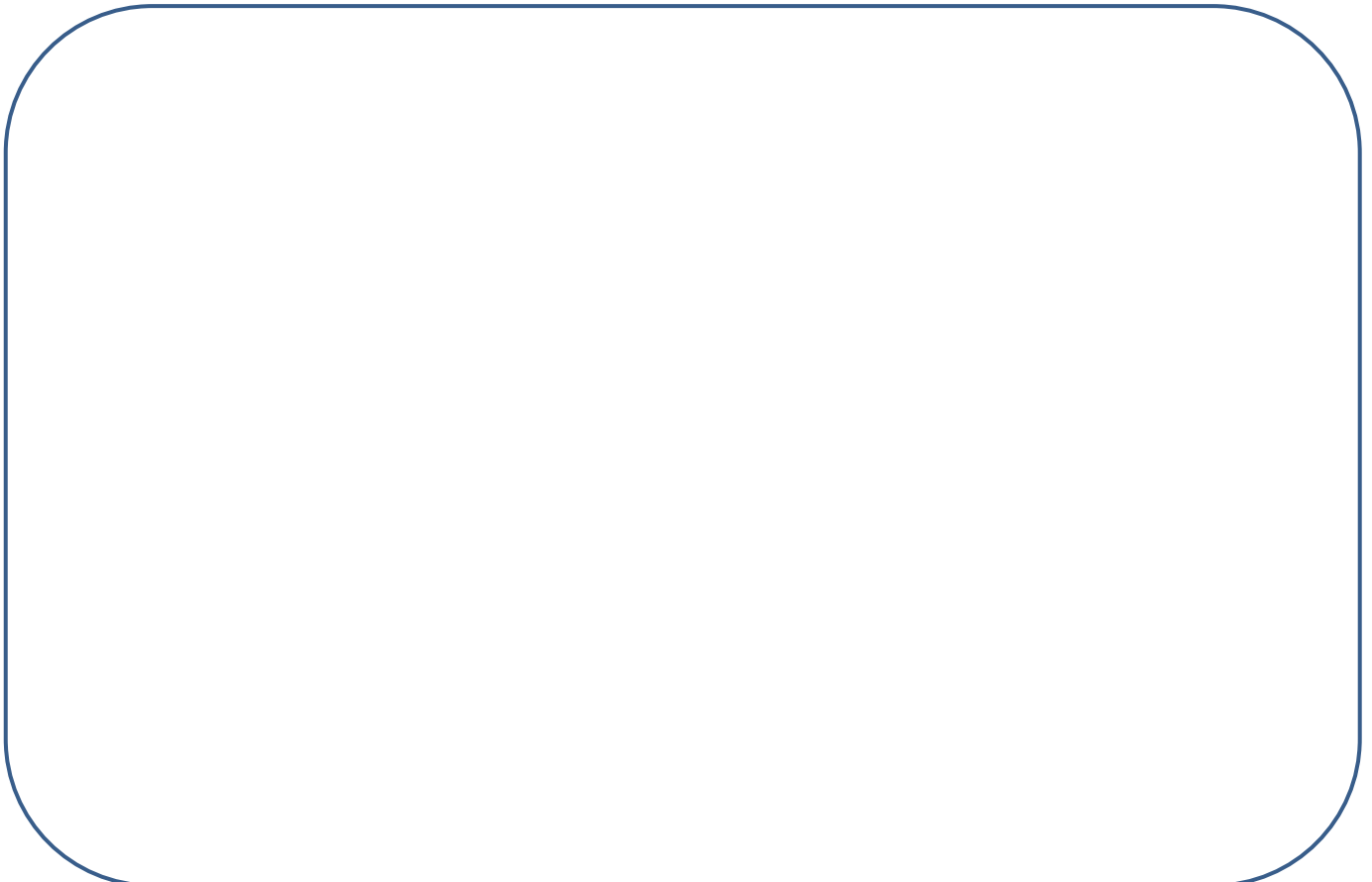
 NA ATIVIDADE DE HOJE VOCÊ CRIARÁ UMA CIDADE OU UMA PAISAGEM COM PERSONAGENS EM FORMAS GEOMÉTRICAS.

LEGAL, NÃO É MESMO?

QUANDO VOCÊ CRIAR SUA COMPOSIÇÃO PINTARÁ DA SEGUINTE FORMA:

 A **PAISAGEM** COM **CORES PRIMÁRIAS** E AS **PERSONAGENS** COM **CORES SECUNDÁRIAS**.

 FAÇA SUA COMPOSIÇÃO NO ESPAÇO ABAIXO:



4º ROTEIRO

EDUCAÇÃO FÍSICA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 15/03/2021 A 18/03/2021





ALUNO (A): _____

TURMA: TURMA: 4º ANO A () B () C () D ()

PROFESSORA RESPONSÁVEL: CIDINHA PASCOLATTI

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

SEGUNDA-FEIRA – 15/03/2021

O QUE VAMOS APRENDER:	 SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA. – DOENÇAS HIPOCINÉTICAS (DOENÇAS LIGADAS AO SEDENTARISMO) – EXERCÍCIO FÍSICO.
PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS:	 ENTENDER A IMPORTÂNCIA DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS NA PREVENÇÃO E NO CONTROLE DAS DOENÇAS LIGADAS AO SEDENTARISMO.
COMO VAMOS ESTUDAR ESSE CONTEÚDO:	 ATRAVÉS DA ATIVIDADE ABAIXO, LEITURA DO TEXTO, ÁUDIO OU VÍDEOS SOBRE O ASSUNTO.
DE QUE FORMA VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS:	 FAZENDO AS ATIVIDADES PROPOSTAS NO ROTEIRO, UTILIZANDO OS MATERIAIS ESCOLARES COMUNS, COMO: PAPEL SULFITE OU CADERNO, RÉGUA, BORRACHA, LÁPIS DE ESCREVER, LÁPIS DE COR, CANETINHAS (SE TIVER), DENTRE OUTROS QUE SE FIZEREM NECESSÁRIOS.



LEIA O TEXTO COM ATENÇÃO

DOENÇAS HIPOCINÉTICAS SÃO AQUELAS CAUSADAS PELA FALTA DE ATIVIDADES FÍSICAS, OU SEJA, PELA AUSÊNCIA OU FALTA DE MOVIMENTAÇÃO DO CORPO. PESSOAS SEDENTÁRIAS E QUE NÃO POSSUEM UMA ROTINA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS REGULAR SÃO AS MAIS PROPÍCIAS A DESENVOLVEREM TAIS DOENÇAS. AS DOENÇAS HIPOCINÉTICAS MAIS CONHECIDAS SÃO: OBESIDADE, CARDIOPATIAS (DOENÇAS DO CORAÇÃO), DIABETES, SARCOPENIA, HIPERTENSÃO ARTERIAL, OSTEOPOROSE, ARTERIOSCLEROSE MÚLTIPLA. E PODE OCORRER O SURGIMENTO DE ALTERAÇÕES NO SISTEMA NEUROLÓGICO.

O SEDENTARISMO É UMA SITUAÇÃO EM QUE A PESSOA NÃO PRÁTICA QUALQUER TIPO DE ATIVIDADE FÍSICA REGULARMENTE, ALÉM DE PERMANECER MUITO TEMPO SENTADO E NÃO TER DISPOSIÇÃO PARA REALIZAR ATIVIDADES SIMPLES DO DIA-A-DIA, O QUE TEM INFLUÊNCIA DIRETA NA SAÚDE E BEM-ESTAR DA PESSOA.

BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO NO COMBATE AS DOENÇAS LIGADAS AO SEDENTARISMO: AO REALIZAR UMA ATIVIDADE FÍSICA, É POSSÍVEL NOTAR QUE ESSA PRÁTICA É RESPONSÁVEL NÃO SOMENTE POR AUMENTAR A QUALIDADE DE VIDA DO INDIVÍDUO, COMO TAMBÉM MELHORAR OS NÍVEIS DE ESTRESSE. ENTRE AS SUAS PRINCIPAIS VANTAGENS, PODEMOS RESSALTAR:

- ✈️ REDUÇÃO DA TENDÊNCIA À DEPRESSÃO;
- ✈️ AUMENTO DA SENSAÇÃO DE ENERGIA NÃO SOMENTE PARA O TRABALHO, MAS TAMBÉM PARA APROVEITAR O TEMPO LIVRE;
- ✈️ AUXÍLIO NA REALIZAÇÃO DAS ATIVIDADES DIÁRIAS, ELIMINANDO O CANSAÇO E AUMENTANDO, ASSIM, A PRODUTIVIDADE;
- ✈️ AJUDA A DORMIR E A REPOUSAR MELHOR;
- ✈️ MELHORA DA AUTOIMAGEM;
- ✈️ MELHORA A CIRCULAÇÃO DO SANGUE E MANTÉM OSSOS E ARTICULAÇÕES SAUDÁVEIS;
- ✈️ AJUDA A CONTROLAR O PESO;
- ✈️ AUMENTA A DISPOSIÇÃO NO DIA A DIA;
- ✈️ PROMOVE BEM-ESTAR FÍSICO E MENTAL.

SE POSSÍVEL ACESSE OS LINKS:



DOENÇAS LIGADAS AO SEDENTARISMO: <https://youtu.be/EShesMd4o1c>



A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO: <https://youtu.be/Ta8U10CB-W8>



REGISTRO:

1- O QUE VOCÊ ENTENDEU SOBRE AS DOENÇAS CAUSADAS PELO SEDENTARISMO?

2- QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA?

🤔 **PARA REFLETIR: COMO ESTOU CUIDANDO DO MEU CORPO? SOU UMA CRIANÇA SAUDÁVEL?**



4º ROTEIRO

LÍNGUA INGLESA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 15/03/2021 A 18/03/2021





ALUNO (A): _____

TURMA: TURMA: 4º ANO A () B () C () D ()

PROFESSORAS RESPONSÁVEIS: ROSANE MORAES ARTILHA E ELIANE ESTEVES

COMPONENTE CURRICULAR: LÍNGUA INGLESA

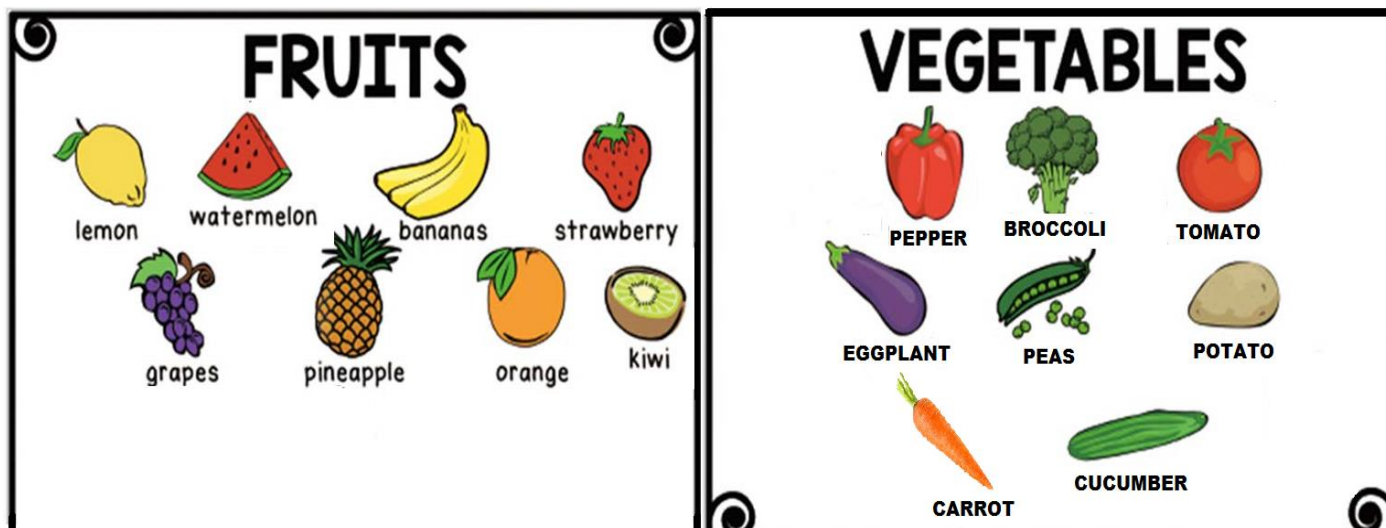
SEGUNDA-FEIRA – 15/03/2021

<p>O QUE VAMOS APRENDER:</p>	<p> “FRUITS AND VEGETABLES: POTATO, CARROT, TOMATO, ONION, APPLE, BANANA, ORANGE, GRAPES, PINEAPPLE, PEAR, STRAWBERRY, WATERMELON...”.</p>
<p>PARA QUE VAMOS ESTUDAR ESSES CONTEÚDOS:</p>	<p> RECONHECER E COMPREENDER, COM O APOIO DO(A) PROFESSOR(A), O SIGNIFICADO DE PALAVRAS QUE NOMEIAM FRUTAS E VEGETAIS, AS QUAIS SERVIRÃO DE SUBSÍDIO PARA A AQUISIÇÃO DO PRÓPRIO REPERTÓRIO LEXICAL.</p>
<p>COMO VAMOS ESTUDAR ESSE CONTEÚDO:</p>	<p>SUGESTÃO DE VÍDEO: HTTPS://YOUTU.BE/S2HX3N7MHYK</p> <p> REALIZAR AS ATIVIDADES PROPOSTAS ORAIS E ESCRITAS SOBRE FRUITS AND VEGETABLES EM PORTUGUÊS E INGLÊS.</p>
<p>DE QUE FORMA VAMOS REGISTRAR O QUE APRENDEMOS:</p>	<p> VAMOS ESCREVER O NOME, A TURMA, A DATA, LER OS NOMES DAS FRUTAS E VEGETAIS EM INGLÊS E REALIZAR A ATIVIDADE PROPOSTA.</p>

VOCABULARY



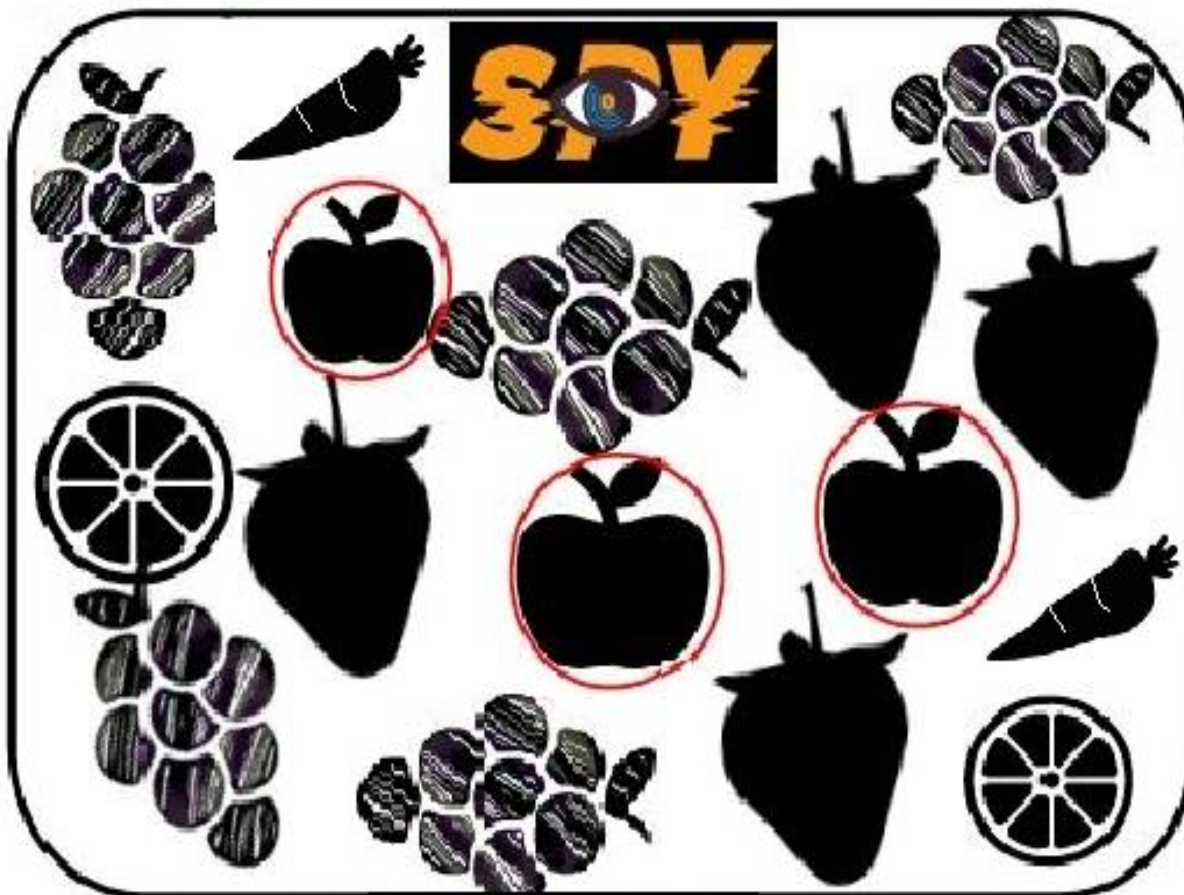
VAMOS APRENDER SOBRE FRUITS AND VEGETABLES EM INGLÊS! OBSERVE A IMAGEM ABAIXO:



EXERCISE (EXERCÍCIO)



OBSERVE THE IMAGE BELOW, COUNT THE FRUITS AND VEGETABLES AND COMPLETE THE TABLE. (OBSERVE A IMAGEM ABAIXO, CONTE AS FRUTAS E VEGETAIS E PREENCHA O QUADRO).



REGISTRE A QUANTIDADE DE CADA UMA DAS FRUTAS E VEGETAIS. PINTANDO OS QUADROS CORRESPONDENTES.

	1	2	3	4	5
APPLE					
GRAPES					
ORANGE					
STRAWBERRY					
CARROT					