

A decorative border of colorful, stylized letters (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, K, L, M, N, O, P, Q, R, S, T, U, V, W, X, Y, Z) surrounds the central text. The letters are arranged in a circular pattern, with some letters appearing multiple times in different colors and orientations.

EM JOSÉ GABRIEL MACHADO

APOSTILA DE ESTUDOS REMOTOS

Nº 04

CONTEÚDOS DO 2º BIMESTRE

PERÍODO DE 19/04 A 10/05

5º ANO B 2021

PROFESSOR: MARCELO DE ALMEIDA ALVES

ELABORADA DE ACORDO COM A ORIENTAÇÃO PEDAGÓGICA 06 DA SME DE 30/03/2021

ORIENTAÇÕES APOSTILA 4

OLÁ, VOCÊ ESTÁ RECEBENDO A QUARTA APOSTILA DE ESTUDOS REMOTOS, ESTA APOSTILA TRAZ CONTEÚDOS DO SEGUNDO BIMESTRE, E EU TROUXE PARA VOCÊS UM ASSUNTO MUITO IMPORTANTE, A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, NELA VOCÊ IRÁ CONHECER UM POUCO SOBRE OS ALIMENTOS E A IMPORTÂNCIA DE CONSUMIR AQUELES QUE SÃO SAUDÁVEIS, ESPERO QUE VOCÊ GOSTE DESSA APOSTILA E APROVEITE PARA CUIDAR DA SUA SAÚDE E DA SUA FAMÍLIA. CONFIRA ABAIXO AS DATAS DE ENVIO DOS VÍDEOS DAS ATIVIDADES NO GRUPO DA SALA.

TABELA DE ENVIO DOS VÍDEOS DAS AULAS

| ATIVIDADE | ENVIO DO VÍDEO | HORÁRIO DO ENVIO |
|-----------------|----------------|------------------|
| 01, 02, 03 E 04 | 20/04 | 13H |
| 05 E 06 | 22/04 | 10H |
| 07 E 08 | 23/04 | 10H |
| 09 E 10 | 26/04 | 10H |
| 11 E 12 | 27/04 | 10H |
| 13 E 14 | 28/04 | 10H |
| 15 E 16 | 29/04 | 10H |
| 17 E 18 | 30/04 | 10H |
| 19 E 20 | 03/05 | 10H |
| 21 E 22 | 04/05 | 10H |
| 23 E 24 | 05/05 | 10H |
| 25 E 26 | 06/05 | 10H |
| 27 E 28 | 07/05 | 10H |
| 29 E 30 | 10/05 | 10H |

ASSINATURA DO RESPONSÁVEL PELO(A) ALUNO(A)

EM JOSÉ GABRIEL MACHADO

IBIÚNA, 19 DE ABRIL DE 2021

ATIVIDADE 01 LÍNGUA PORTUGUESA

VAMOS LER O TEXTO ABAIXO

Os alimentos

Os seres humanos utilizam os alimentos para obter a energia de que necessitam para se desenvolver, realizar as atividades necessárias para o funcionamento do corpo, se movimentar, entre outras atividades.

Os alimentos ingeridos pelo ser humano podem ser de origem animal ou vegetal. Esses alimentos são compostos de nutrientes como proteínas, gorduras, carboidratos, vitaminas e sais minerais. Além disso, necessitamos ingerir substâncias de origem mineral, como a água e o sal.



Cada tipo de nutrientes presentes nos alimentos exerce uma ou mais funções diferentes no organismo. Os primeiros nutrientes que podemos encontrar nos alimentos são: proteínas, carboidratos, vitaminas e sais mineirais.

Veja no quadro a seguir as principais funções de cada um dos nutrientes.

| Nutrientes | Principais funções |
|-------------------------|--|
| Proteínas | Participam da multiplicação das células, permitindo o crescimento e o desenvolvimento do corpo humano. VER GLOSSÁRIO |
| Carboidratos e gorduras | Fornecem a energia que é utilizada pelo organismo na realização de diversas atividades. |
| Vitaminas | Ajudam a defender o organismo de algumas doenças. |
| Sais minerais | Ajudam na formação dos ossos, dos dentes e das células sanguíneas e ajudam no controle dos batimentos cardíacos. |

@ProfessoraKatiaTeixeira

@ProfessoraKatiaTeixeira

ATIVIDADE 02 CIÊNCIAS

AGORA QUE VOCÊ SABE UM POUCO SOBRE OS ALIMENTOS, VAMOS CONHECER A PIRÂMIDE ALIMENTAR

• PIRÂMIDE ALIMENTAR •

"FOI COM A FINALIDADE DE ORIENTAR PESSOAS A RESPEITO DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL QUE A PIRÂMIDE ALIMENTAR FOI CRIADA, EM 1992, PELO DEPARTAMENTO DE AGRICULTURA DOS ESTADOS UNIDOS (USDA)."

MANTEIGAS E CARNES VERMELHAS
CONSUMA ESPORADICAMENTE

LEITE E DERIVADOS
CONSUMA 1 A 2 VEZES AO DIA

LEGUMINOSAS E OLEAGINOSAS (ARROZ, CASTANHAS...)
CONSUMA 1 A 3 VEZES AO DIA

HORTALIÇAS, LEGUMES E FRUTAS
CONSUMA EM ABUNDÂNCIA

EXERCÍCIOS FÍSICOS
TANTOS QUANTO QUISER

ACÚCARES, DOCES, REFRIGERANTES E BATATA
CONSUMA ESPORADICAMENTE

PEIXES E AVES
CONSUMA 1 A 3 VEZES AO DIA

AZEITES, ÓLEOS VEGETAIS, MASSAS E PÃES
CONSUMA NA MAIORIA DAS REFEIÇÕES

"OS ALIMENTOS EM SUA BASE DEVEM SER CONSUMIDOS EM MAIOR QUANTIDADE! NO TOPO DA PIRÂMIDE DEVEM SER CONSUMIDOS MODERADAMENTE OU EVITADOS! OS EXERCÍCIOS FÍSICOS E O CONTROLE DE PESO, ALIADOS AO CONSUMO DE ÁGUA, FAZEM PARTE DA BASE DA PIRÂMIDE!"

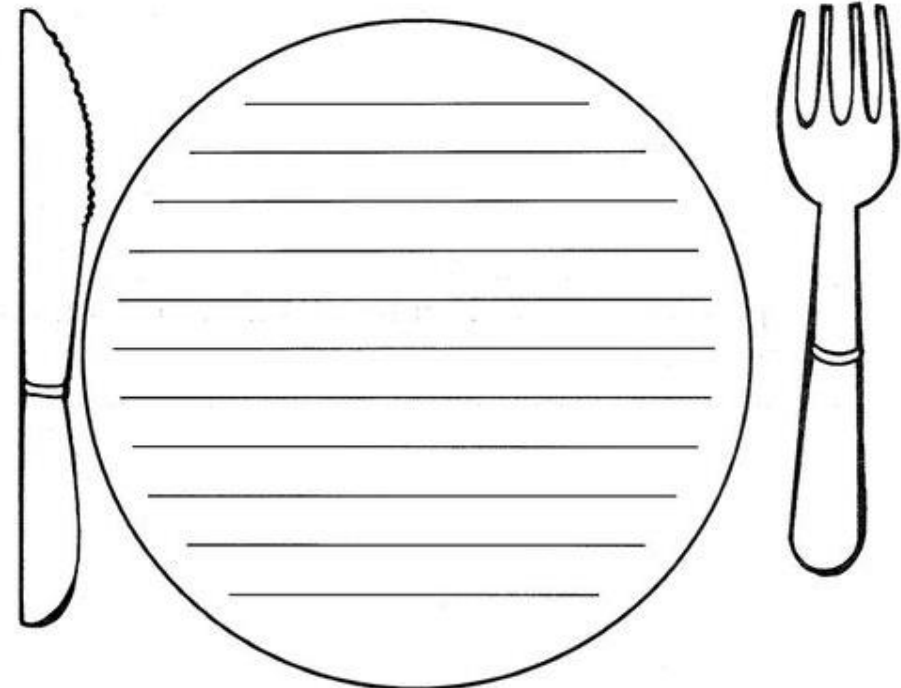
IBIUNA 20 DE ABRIL DE 2021

ATIVIDADE 03 LÍNGUA PORTUGUESA

ENCHENDO O PRATO

1 Leia o nome dos alimentos e escreva dentro do prato o que você mais gosta de comer no almoço.

| | | | |
|---------------|------------------|-------------|--------------------|
| ARROZ | SALADA DE ALFACE | BIFE DE BOI | PICADINHO DE CARNE |
| FEIJÃO | CHUCHU | MACARRÃO | BATATA FRITA |
| BIFE DE PORCO | ANGU | ABÓBORA | BATATA COZIDA |
| FRANGO | FEIJOADA | COUVE | REPOLHO |



Os alimentos são essenciais à manutenção da vida. Eles são os responsáveis pelo fornecimento da energia necessária a todas as atividades diárias: andar, trabalhar, comer, dormir, falar, correr, etc. Uma pessoa não consegue viver sem alimentar-se. Em alguns dias ela morre de inanição.

ATIVIDADE 04 MATEMÁTICA

A turma de Pedro vai fazer um passeio e o Professor quer saber que lanche os alunos gostariam de levar. Para isso, fez uma pesquisa. Veja a escolha dos alunos.

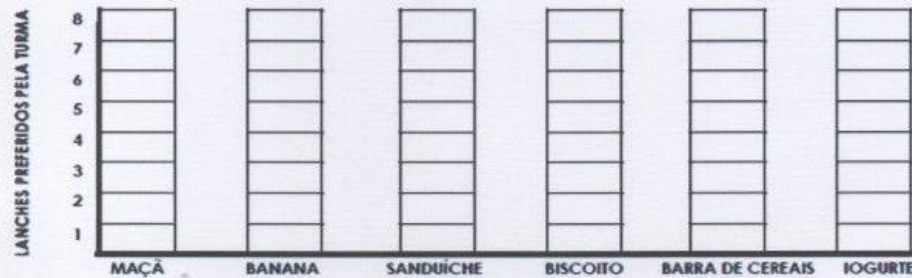
1 retângulo = 1 aluno



Conte quantos alunos escolheram cada lanche.



Pinte, no gráfico, um retângulo para cada aluno.



Agora, observe o gráfico que você construiu e responda:

Qual o alimento mais escolhido?

Quantos alunos votaram no alimento mais escolhido?

Qual o alimento menos escolhido?

Quantos alunos escolheram o sanduíche?

Quantos alunos escolheram a maçã?

Se você estivesse nessa turma, que lanche você escolheria?

IBIÚNA, 22 DE ABRIL DE 2021

ATIVIDADE 05 LÍNGUA PORTUGUESA

ANALISE ESTA CENA E RESPONDA AS QUESTÕES, MARCANDO X NOS QUADRINHOS.

1. OBSERVE A IMAGEM COM BASTANTE ATENÇÃO:



A) A IMAGEM MOSTRA:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> REFRIGERANTES. | <input type="checkbox"/> ADOLESCENTE ESTUDANDO. |
| <input type="checkbox"/> VASILHA COM BOLACHAS. | <input type="checkbox"/> ADOLESCENTE OUVINDO MÚSICA. |
| <input type="checkbox"/> ADOLESCENTE PRATICANDO EXERCÍCIOS FÍSICOS. | <input type="checkbox"/> ADOLESCENTE DEITADO E OLHANDO NO NOTEBOOK. |

B) ESTE ADOLESCENTE ESTÁ:

- | | |
|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> PESO IDEAL. | <input type="checkbox"/> ACIMA DO PESO IDEAL. |
|--------------------------------------|---|

C) POR QUE ESTE ADOLESCENTE ESTÁ ACIMA DO PESO IDEAL? PODE TER DUAS RESPOSTAS:

- | |
|--|
| <input type="checkbox"/> MÁ ALIMENTAÇÃO. |
| <input type="checkbox"/> BOA ALIMENTAÇÃO E PRÁTICA BASTANTES EXERCÍCIOS FÍSICOS. |
| <input type="checkbox"/> NÃO PRÁTICA EXERCÍCIOS FÍSICOS. |

D) ESTE ADOLESCENTE PODE VIR A TER COMPLICAÇÕES DE SAÚDE? _____

ATIVIDADE 06 HISTÓRIA

Criança x Alimentação

A alimentação em cada fase da criança é a parte mais importante para um bom desenvolvimento até a etapa adulta. Segundo a nutricionista Fabiana Masheck, o cardápio infantil deve ser variado, colorido e oferecida uma quantidade adequada.

Uma alimentação saudável na infância é a garantia de uma vida saudável futuramente. “A criança que tem uma deficiência alimentar pode ter um crescimento deficiente, aumentando a vulnerabilidade às infecções, promovendo deficiências no processo de maturação do sistema nervoso, no desenvolvimento mental e intelectual”.

Para uma alimentação equilibrada e correta, a nutricionista mostra algumas sugestões sobre o que você deve e não deve fazer a fim de criar bons hábitos alimentares desde cedo:

- ✓ Associe a hora da alimentação a um momento gostoso, que deve ser bem vivido em família. Deixe as brigas e discussões para outra hora;
- ✓ Incentive seu filho a se alimentar corretamente. Se você tiver o hábito de comer legumes, verduras e frutas, ele provavelmente seguirá seu exemplo;
- ✓ Ofereça frutas na sobremesa. É muito mais saudável do que um doce;
- ✓ Crianças devem fazer cerca de cinco refeições por dia, com intervalos de duas a três horas entre elas. Respeite os horários;
- ✓ Tenha sempre hortaliças no cardápio. Elas são ricas em fibras e nutrientes importantes na fase de crescimento, principalmente os vegetais de folhas verde-escuras;
- ✓ Água e suco são sempre as melhores opções quando seu filho estiver com sede. Tente manter o controle sobre os produtos industrializados, como refrigerantes;
- ✓ Consumir balas, pirulitos, doces e biscoitos antes das refeições não é aconselhável. Deixe essas guloseimas para o fim de semana;
- ✓ Evite alimentos muito gordurosos, como: bacon, maionese, creme de leite, ovo frito. O ovo cozido é uma excelente substituição. A carne grelhada ou cozida também.

Fonte: Revista Triplix. Edição 37, ano 05.

Exercícios

1. O que você achou do texto que acabou de ler?

2. Analisando as dicas dadas, você acha que se alimenta de maneira saudável? Que aspecto poderia melhorar?

IBIÚNA, 23 DE ABRIL DE 2021

ATIVIDADE 07 MATEMÁTICA

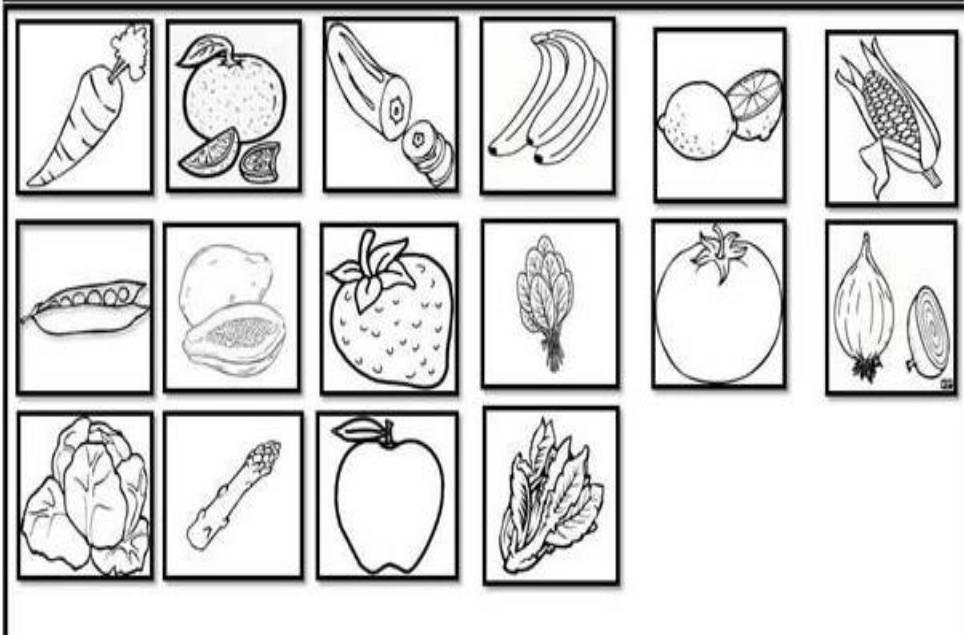
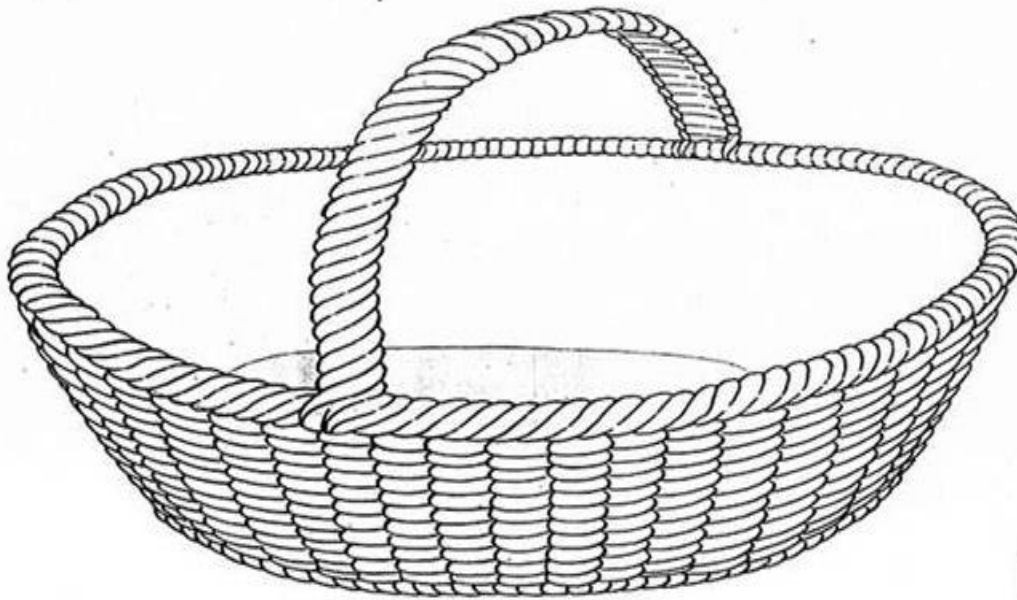
ANALISE OS PREÇOS DOS ALIMENTOS E RESPONDA AS QUESTÕES, CASO PRECISE USE O VERSO DA FOLHA

Observe o encarte e responda em seu caderno

- 1 - Qual o nome e o valor do produto mais barato?
- 2 - Qual o nome e o valor do produto mais caro?
- 3 - Quanto custará 5 pacotes de açúcar?
- 4 - Qual o preço da pipoca mais a lasanha?
- 5 - Quanto custará 7 quilos de carne?
- 6 - Qual o preço da ração para cachorro?
- 7 - Escolha três produtos da lista, agora some e veja quanto custa.
- 8 - Qual desses produtos é proibido o consumo para menores de dezoito anos? Some todos os produtos menos o que está proibido o consumo para menores de 18 anos.

ATIVIDADE 08 ARTE

PINTE OS DESENHOS DOS ALIMENTOS RECORTE E COLE NA CESTA.



IBIÚNA, 26 DE ABRIL DE 2021

ATIVIDADE 09 LÍNGUA PORTUGUESA

Geralmente durante o dia gastamos energia para pensar, brincar, praticar esportes e realizar todas as nossas atividades. A energia perdida é novamente obtida por meio dos alimentos. Os alimentos são combustíveis para nosso corpo. Por isso devemos ter uma boa alimentação, com pelo menos cinco refeições diárias: café da manhã, lanche, almoço, lanche e jantar.

Devemos ingerir alimentos variados de diferentes origens, para obtermos nutrientes necessários à saúde do nosso corpo. O importante não é a quantidade, mas a qualidade dos alimentos. Precisamos nos acostumar a experimentar o que não conhecemos, desde frutas e verduras até pratos sofisticados, para enriquecer a nossa alimentação.

a) O que o ser humano gasta durante suas atividades diárias?

b) Os alimentos funcionam como o que para nosso corpo?

c) Devemos ter quantas refeições diárias e quais são elas?

2- Observe a imagem e responda:

De acordo com a pirâmide alimentar qual porção devemos ingerir de:

Carboidratos: _____

Verduras: _____

Frutas: _____



ATIVIDADE 10 CIÊNCIAS

AQUI NÓS VAMOS VER COMO A MÁ ALIMENTAÇÃO PODE PREJUDICAR NOSSA SAÚDE

DOENÇAS CAUSADAS PELA MÁ ALIMENTAÇÃO

A desnutrição

Quando uma pessoa não ingere todos os nutrientes necessários, ou os ingere em quantidade insuficiente para o bom funcionamento do corpo, ela pode ficar desnutrida. A desnutrição provoca fraqueza e pode matar.

Muitas pessoas, ainda hoje, morrem de desnutrição. Isso acontece principalmente porque há desigualdade social entre os seres humanos: enquanto algumas pessoas têm muito alimento, outras não conseguem comprar ou produzir comida suficiente para manter-se.

A obesidade

As principais causas da obesidade são comer em excesso e não praticar exercícios físicos. As pessoas obesas têm grande quantidade de gordura no corpo. Ao longo do tempo, o obeso pode desenvolver problemas no coração, nas articulações e em outros órgãos.

1 – Preencha a tabela comparando a desnutrição e a obesidade.

| | Obesidade | Desnutrição |
|-------------------|-----------|-------------|
| Por que acontece? | | |

VOCÊ VIU COMO É IMPORTANTE COMER BEM.

IBIÚNA, 27 DE ABRIL DE 2021

ATIVIDADE 11 MATEMÁTICA

1. Observe o anúncio



| | | |
|---|--|---|
| a) Se eu comprar uma panela de pressão e um chuveiro elétrico, quanto vou pagar? | b) Se eu comprar um pacote de fraldas e um telefone sem fio, quanto recebo de troco? | c) Se eu comprar uma panela de pressão, um pacote de fraldas e um telefone sem fio, quanto vou pagar? |
| d) Se eu comprar todos os produtos e dividir em 4 prestações. Quanto vou pagar em cada prestação? | e) Qual a diferença de preço entre a panela elétrica e o telefone sem fio? | f) Se eu comprar 8 pacotes de fraldas, quanto vou pagar? |

ATIVIDADE 12 GEOGRAFIA

JÁ VIMOS COMO OS ALIMENTOS SÃO IMPORTANTES PARA A NOSSA VIDA, VAMOS VER DE ONDE ESSES ALIMENTOS PODEM VIR

O VOVÔ PLANTOU O RABANETE DELE NA HORTA, VOCÊ SABE A DIFERENÇA ENTRE HORTA E POMAR?

| HORTA | POMAR |
|---|---|
| A HORTA É UM TERRENO ONDE SÃO CULTIVADOS LEGUMES, VERDURAS E TEMPEROS. | UM POMAR É UM TERRENO ONDE SÃO CULTIVADAS ÁRVORES QUE DÃO FRUTOS. |
|  |  |
| IMAGEM: GOOOGLE IMAGENS, EMBRAPA | IMAGEM: GOOOGLE IMAGENS, ASSESSORIA DE IMPRENSA/SC RURAL |

AGORA DESENHE

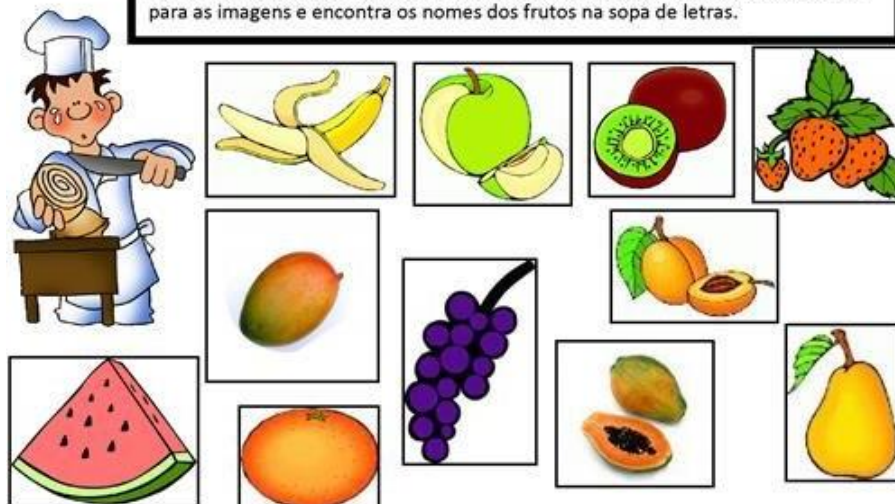
| HORTA | POMAR |
|--|--|
| | |

IBIÚNA 28 DE ABRIL DE 2021

ATIVIDADE 13 LÍNGUA PORTUGUESA

ESCREVA OS NOMES DAS FIGURAS USANDO AS PALAVRAS ABAIXO.

O João é um cozinheiro trapalhão. Está sempre a esquecer-se dos ingredientes da sua famosa receita de salada de fruta. Ajuda-o a encontrar os ingredientes. Olha para as imagens e encontra os nomes dos frutos na sopa de letras.



| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| C | V | R | M | O | R | A | N | G | O | S | R | I | E | Ç | S | Y | N | H |
| A | L | N | A | I | K | E | E | L | E | A | R | R | O | I | E | K | V | T |
| E | R | A | Ç | D | C | M | L | Y | W | X | P | O | S | D | L | D | O | |
| Ç | H | M | A | C | A | E | C | N | O | S | A | G | S | A | W | Q | Ç | |
| E | V | V | H | S | B | E | P | W | U | Z | A | P | P | L | E | Z | U | T |
| H | M | E | A | E | P | A | L | V | O | W | G | A | W | H | A | N | D | R |
| S | E | O | E | T | X | A | N | R | S | R | R | I | N | A | T | K | R | F |
| O | L | D | O | T | W | K | R | A | E | A | A | A | W | I | S | X | S | H |
| T | A | E | T | H | T | I | T | T | N | E | U | M | Y | R | E | B | P | G |
| H | N | V | C | U | H | W | V | N | I | A | H | L | U | D | T | C | W | G |
| R | C | T | C | V | T | I | G | E | Y | C | H | C | C | E | H | M | A | H |
| O | I | B | M | A | O | R | Y | M | Y | L | E | G | N | B | U | J | S | C |
| A | A | X | K | S | O | M | J | G | B | R | C | P | N | M | N | U | M | A |
| T | O | X | U | E | F | E | E | T | P | E | R | A | Ç | A | J | Q | Q | M |
| U | N | M | P | S | I | V | S | D | E | E | I | R | R | H | S | E | B | O |
| B | V | S | P | Z | N | E | C | M | A | N | G | A | U | T | H | K | T | T |
| Ç | Q | U | T | Ç | G | Y | N | B | C | K | L | V | H | O | W | O | Ç | S |
| T | H | T | D | S | E | X | X | D | H | K | G | R | D | N | B | G | N | X |
| Ç | P | C | O | M | R | T | T | X | P | E | S | S | E | G | O | H | L | Y |

ATIVIDADE 14 EDUCAÇÃO FÍSICA

PARA MANTER UMA BOA SAÚDE É MUITO IMPORTANTE BRINCAR, ENTÃO VAMOS CONHECER UMA ÓTIMA BRINCADEIRA PARA VOCÊ FAZER COM SUA FAMÍLIA

Vamos ler o texto abaixo e brincar seguindo as regras da brincadeira?



O que os jogadores necessitam: uma bola de ténis ou uma batata média, música e suficiente coordenação motora para poderem pegar e lançar a batata.

Idades: 3 anos ou mais.

Número de jogadores: cinco ou mais.

O que os jogadores necessitam: uma bola de ténis ou uma batata média, música e suficiente coordenação motora para poderem pegar e lançar a batata.

Regras do jogo:

Junte as crianças em círculo, juntas mas sem que se toquem. Coloque a música para tocar e quando as crianças a começarem a ouvir terão de passar "a batata" ao vizinho do lado, de forma a que dê a volta ao círculo. É preciso fingir que se trata de uma batata quente e que não podem ficar com ela muito tempo porque, caso contrário ficarão queimados. Podem simplesmente passá-la ou atirá-la – antes do jogo estabeleça essa regra.

Sem avisar, desligue a música. A pessoa que estiver nesse momento com a batata na mão, ficou queimada e tem de sair do círculo. Este processo continua até que apenas fique uma criança, que é a vencedora.

Outra forma de jogar quando não tiver música disponível é ir cantando com as crianças batata quente, quente... e o professor fala queimou... nesse momento, a criança que estiver com a "batata quente", sai fora do jogo.

IBIÚNA, 29 DE ABRIL DE 2021

ATIVIDADE 15 MATEMÁTICA

12. O desenho a seguir, representa a posição de frutas em uma banca de feira: Você está de frente para essa banca de frutas. Qual a localização das maçãs?



- A) É a segunda fruta a partir da minha esquerda na parte de cima.
- B) É a quinta fruta a partir da minha direita na parte de baixo.
- C) É a segunda fruta a partir da minha esquerda na parte do meio.
- D) É a segunda fruta a partir da minha direita na parte de cima

13. Esta pilha de lanterna tem, aproximadamente, a forma:



- A) da pirâmide
- B) do cubo
- C) do cilindro
- D) da esfera

14. Em uma das aulas de matemática, aprendi sobre os poliedros e os corpos redondos. Em seguida, fui ao supermercado. Lá comprei **uma caixa de sabão em pó, uma lata de óleo e uma bola.** No caixa percebi que os três produtos tinham, respectivamente, a forma de:



- A) cubo, cone e circunferência.
- B) paralelepípedo, cone e esfera.
- C) cubo, cilindro e circunferência.
- D) paralelepípedo, cilindro e esfera.

A "VERDADEIRA" HISTÓRIA DA FEIJOADA

AINDA HÁ MUITA GENTE POR AÍ QUE ACREDITA QUE A FEIJOADA NASCEU DA MISTURA DE FEIJÃO, ÁGUA E "RESTOS" DOS PORCOS QUE ERAM DADOS PELOS SENHORES AOS ESCRAVOS.

MAS, ATUALMENTE, ESSA VERSÃO DA HISTÓRIA TEM SIDO CONTESTADA PELOS NOSSOS HISTORIADORES (PESSOAS QUE PESQUISAM SOBRE A HISTÓRIA DO BRASIL). SABEM POR QUÊ?

PORQUE ELAS DESCOBRIRAM QUE, NAQUELA ÉPOCA, TANTO OS SENHORES DE ENGENHO COMO OS ESCRAVOS TINHAM UMA ALIMENTAÇÃO POUCO NUTRITIVA.

FALTAVA ALIMENTO PARA TODOS E ALGUMAS PARTES DO PORCO, COMO O RABO, OS PÉS, AS ORELHAS E OS MIÚDOS, NÃO ERAM CONSIDERADOS RESTOS.

MUITO ANTES DOS ESCRAVOS, OS PORTUGUESES, OS FRANCESES E OS ITALIANOS USAVAM ESSES INGREDIENTES EM SUAS RECEITAS E ERA MUITO COMUM QUE FIZESSEM AS PANELADAS, UM TIPO DE COMIDA QUE MISTURA LEGUMINOSAS COM CARNES DE TODOS OS TIPOS (TRIPAS, RABO DE BOI, LÍNGUA, ETC.).

TUDO INDICA QUE A ORIGEM DE NOSSA FEIJOADA TEM INFLUÊNCIA DAS FAMOSAS PANELADAS EUROPÉIAS E QUE, AOS POUCOS, OS NEGROS, COM SUA CRIATIVIDADE, A TRANSFORMARAM NA GOSTOSA FEIJOADA QUE CONHECEMOS NOS DIAS DE HOJE.

ENTÃO, VAMOS DEIXAR DE LADO ESSE PRECONCEITO CONTRA OS PÉS, AS ORELHAS E O RABO DE PORCO. AFINAL, NADA MAIS GOSTOSO DO QUE UMA FEIJOADA!



Atividade

1-CIRCULE O PARÁGRAFO QUE EXPLICA O SURGIMENTO DA FEIJOADA:

ATIVIDADE 17 LÍNGUA PORTUGUESA

JÁ EXPERIMENTOU?

ALGUMAS PESSOAS DIZEM QUE NÃO GOSTAM DE CERTOS ALIMENTOS, MESMO SEM NUNCA TER EXPERIMENTADO. VOCÊ GOSTA DE PROVAR NOVOS SABORES?

FAÇA UM X NO NOME DOS ALIMENTOS QUE QUE VOCÊ JÁ EXPERIMENTOU:

AGRIÃO

PEIXE

JILÓ

SEMENTE DE ABÓBORA

RABANETE

BIFE DE FÍGADO

MOSTARDA

BANANA

MEXERICA



VOCÊ ACHA IMPORTANTE CONHECER E EXPERIMENTAR NOVOS ALIMENTOS? JUSTIFIQUE SUA RESPOSTA:

Handwriting practice area with a cartoon milk bottle character holding a spoon and a large ruled box for writing.

@Atividades Suzano

ATIVIDADE 18 ARTE

CONSEQUÊNCIAS DA OBESIDADE INFANTIL



DESENHE ALIMENTOS QUE EVITAM A OBESIDADE INFANTIL

IBIÚNA, 03 DE MAIO DE 2021

ATIVIDADE 19 LÍNGUA PORTUGUESA

OLÁ, VAMOS INICIAR NOSSOS ESTUDOS DE SSA SEMANA

1. Leia o poema abaixo:

Alimentação Saudável

Para ter uma boa alimentação
Devemos variar
Comer de tudo um pouco
Para nos alimentar.

Para crescer bem
É preciso comer fruta, legumes e salada.
Devemos variar também
Mas não comer muita marmelada.

Para podermos crescer
Água e leite devemos beber
São bebidas essenciais
Que nos fazem aprender.

2. Circule no poema os alimentos que devemos ingerir diariamente para uma alimentação balanceada. Escreva os alimentos que você encontrou no poema.

3. Marque com um X os alimentos que você e sua família consomem:

| | | |
|-----------------------|-----------------------|------------------|
| () arroz | () leite e derivados | () cereais |
| () feijão | () carnes | () massas |
| () frutas | () ovos | () bolachas |
| () chocolate e doces | () suco natural | () refrigerante |

ATIVIDADE 20 CIÊNCIAS

Alimentação equilibrada



Observe os alimentos da foto.
Para que servem os alimentos?

O ser humano necessita da energia dos alimentos para realizar todas as atividades diárias e ter um desenvolvimento saudável.

Alimentar-se bem não significa apenas comer muito. O mais importante é a qualidade do alimento.

A alimentação deve ser equilibrada e variada, composta de alimentos que forneçam a quantidade suficiente de nutrientes de que o organismo necessita, proporcional ao gasto de energia.

Por exemplo, uma pessoa que come hambúrguer, batata frita, *pizza*, cachorro-quente, esquecendo-se de verduras, legumes, frutas e leite, certamente terá **carência*** de alguns nutrientes e excesso de outros. O ideal é ter uma alimentação equilibrada.



SUA VEZ

1 O que você sente quando fica sem comer?



NÃO ESTOU ME SENTINDO BEM!
PASSEI O DIA INTEIRO BRINCANDO E ME ESQUECI DE COMER!

Cansaço e fome indicam que parte de nossas energias foi gasta e precisa ser reposta. As atividades do dia a dia consomem energia e requerem a ingestão de alimentos, que funcionam como **combustível** para o corpo. Para repor essa energia gasta, o organismo retira nutrientes dos alimentos que ingerimos.

IBIÚNA, 04 DE MAIO DE 2021

ATIVIDADE 21 MATEMÁTICA

MATEMÁTICA

Frações

1. Observe a pizza abaixo e responda:

a) Em quantos pedaços essa pizza foi cortada?

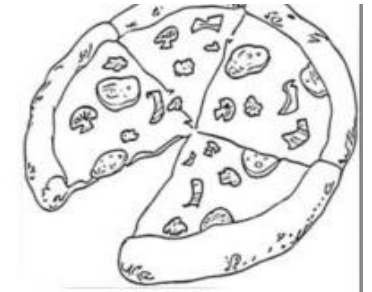
R: _____

b) Qual é a fração que representa o pedaço de pizza que foi comida?

R: _____

c) Qual é a fração que representa o que sobrou da pizza?

R: _____



2. Represente as frações abaixo:

| | | |
|------------------|------------------|------------------|
| a) $\frac{3}{4}$ | b) $\frac{1}{4}$ | c) $\frac{3}{5}$ |
| d) $\frac{2}{8}$ | e) $\frac{7}{9}$ | f) $\frac{1}{2}$ |
| g) $\frac{5}{6}$ | h) $\frac{2}{3}$ | i) $\frac{3}{6}$ |

ATIVIDADE 22 GEOGRAFIA

DE ACORDO COM O QUE APRENDEMOS NA ATIVIDADE 12, FAÇA A ATIVIDADE ABAIXO

ATIVIDADE: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

RECORTE E COLE AS FRUTAS NO LOCAL ONDE ELAS SÃO PRODUZIDAS:

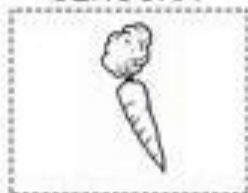
POMAR

HORTA

UVA



CENOURA



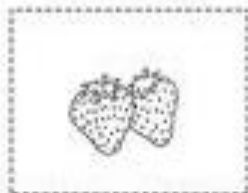
MELANCIA



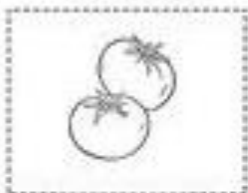
ALFACE



MORANGO



TOMATE



IBIÚNA, 05 DE MAIO DE 2021

ATIVIDADE 23 LÍNGUA PORTUGUESA

Lista de compras

A lista de compras é um gênero textual que é elaborado com a finalidade de registrar itens necessários às compras. É um recurso utilizado para organização do lar, ajuda economizar tempo, favorece a organização dos itens e auxilia no controle do orçamento da família.

Agora é sua vez!

Faça uma lista de compras com todos os produtos necessários para uma semana, incluindo produtos de higiene, limpeza e alimentação. Faça o orçamento de quantos reais você gastará com essa compra.

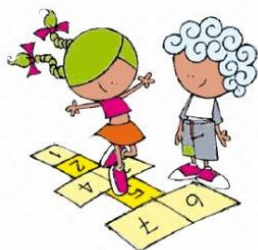
| QUANTIDADE | PRODUTO | PREÇO UNITÁRIO | VALOR TOTAL |
|---------------|---------|----------------|-------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| TOTAL A PAGAR | | | |



ATIVIDADE 24 EDUCAÇÃO FÍSICA

OLHA QUANTA ATIVIDADE LEGAL QUE VOCÊ PODE FAZER PARA MANTER SUA SAÚDE

ESCREVA DENTRO DOS QUADROS OS NOMES DAS BRINCADEIRAS QUE APARECEM NAS IMAGENS:



IBIÚNA, 06 DE MAIO DE 2021

ATIVIDADE 25 MATEMÁTICA

VAMOS CONHECER A QUANTIDADE DE CALORIAS DE ALGUNS ALIMENTOS, ASSIM VOCÊ PODERÁ SABER QUANTO ESTÁ INGERINDO.

| Alimento | Quantidade | Calorias (kcal) |
|------------------------|-------------------------|-----------------|
| Milho verde | 1 espiga (100g) | 132 |
| Pé-de-moleque | 1 unidade (20g) | 87 |
| Arroz doce | 1 colher de sopa (40g) | 65 |
| Paçoca | 1 unidade (30g) | 114 |
| Pipoca salgada | 1 saco médio (20g) | 89 |
| Queijadinha | 1 unidade média (35g) | 209 |
| Quentão | 1 copo pequeno (100ml) | 294 |
| Caldo verde | 1 concha média (130g) | 79 |
| Canjica | 1 pote pequeno (100g) | 113 |
| Bolo de fubá | 1 fatia (70g) | 263 |
| Bolo de aipim com coco | 1 fatia (80g) | 243 |
| Pamonha | 1 unidade pequena (50g) | 127 |
| Maçã do amor | 1 unidade (150g) | 462 |
| Pinhão cozido | 10 unidades (60g) | 103 |
| Churrasquinho de carne | 1 espetinho (50g) | 94 |
| Doce abóbora com coco | 1 pote pequeno (100g) | 207 |
| Doce de batata-doce | 1 colher de sopa (50g) | 118 |
| Vinho quente | 1 copo pequeno (100ml) | 190 |

ATIVIDADE 26 HISTÓRIA


CONVERSE COM SUA MÃE E RESPONDA AS PERGUNTAS ABAIXO

DESCUBRA

 **1** A mãe da minha mãe é minha...

 **2** A mãe da mãe da minha mãe é minha...

 **3** A irmã de minha mãe é minha...

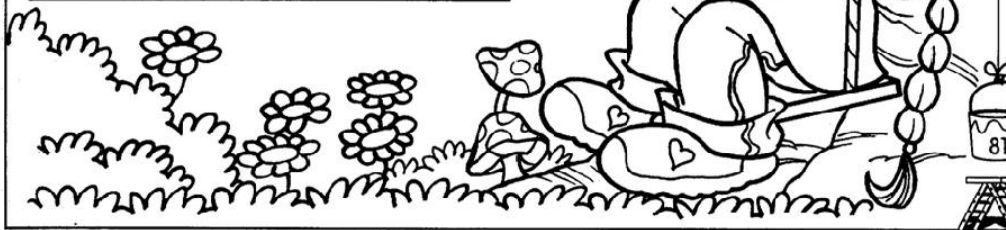
 **4** A filha da irmã da minha mãe é minha...

 **5** O marido da minha mãe é meu...

 **6** A filha de minha mãe é minha...

 **7** O irmão de minha mãe é meu...

 **8** O pai de minha mãe é meu...



IBIÚNA, 07 DE MAIO DE 2021

ATIVIDADE 27 LÍNGUA PORTUGUESA



Mamãe não faz nada!

Era uma vez uma mulher que perdeu seu nome de batismo, ou melhor, trocou-o por outro muito usado: o de Mãe.

Sendo mãe, tornou-se uma pessoa essencialmente chata. A maior cobradora da paróquia: "Faça isso, faça aquilo...".

O relógio toca Começa a batalha.

_ Vamos acordar, pessoal!

Corre e liga a água para o café. O leite também (quando tem).

_ Vamos, crianças, vistam o uniforme.

O pai já está no banho.

_ Rápido. Tem aula.

Côa o café. Serve a mesa.

_ Vamos, pessoal. Olha a hora. Comam todo o pão. Escovem os dentes.

Pronto. O marido foi para o trabalho; e os filhos, para a escola.

Trocou de roupa, tirou a mesa, lavou a louça do café. Arrumou as camas. Varreu a casa.

Retirou o pó dos móveis. Chegou o verdureiro. Feitas as compras, corre ao açougue.

Aproveita a saída, passa pelo banco e paga as contas de água e luz.

Volta correndo. Faz o almoço.

_ Menino, não belisque sua irmã!

O pai pede que lave seu macacão. Conta que hoje o trabalho melhorou um pouco, mas é para cuidar das despesas. Breve repouso e volta ao serviço.

A mãe lava a louça do almoço. A filha seca os pratos; e o filho, os talheres e se manda para o quintal. O cachorro com os pelos da cauda bem aparados.

_ Esse menino! Foi por isso que ele pegou a tesoura...

_ Crianças, façam a lição.

_ Sim, claro, arranjar figuras para a tarefa de Geografia.

Costurar a barra da calça do menino. pregar botão na blusa da menina.

_ Mãe, amanhã é aniversário da professora. Tenho que levar um bolo.

Pronto. O bolo está no forno. Enquanto assa, lava o macacão.

Passam na panificadora. Voltam para casa.

_ Tomem banho!

Providencia o jantar.

_ Não gosta de ovo? Tem que comer. Faz bem para a saúde.

Fiquem quietos. Deixem o pai assistir ao noticiário sossegado. Ele está cansado. Trabalhou o dia todo.

_ Vão para o banho! Já arrumaram o material para aula de amanhã? Mas que turma! Desde que chegamos do dentista, estou dizendo pra irem pro banho.

Todos deitados. Verificação total da casa. Deixa a mesa arrumada para o café matinal.

_ Ora veja! O menino se esqueceu de guardar um caderno.

Abriu-o. Deu uma olhada na lição. Ele preencheu uma página com dados pessoais: nome completo, data e local de nascimento e também dados familiares: Profissão do pai:

mecânico. Profissão da mãe: não faz nada, só fica em casa...

Marilda Prates

ATIVIDADE 28 ARTE

PINTE O DESENHO RECORTE E ENTREGUE PARA A MAMÃE OU PARA QUEM CUIDA DE VOCÊ.

IBIÚNA 10 DE MAIO DE 2021

ATIVIDADE 29 MATEMÁTICA

VAMOS VER SE VOCÊ SE LEMBRA COMO FAZ ESSAS CONTAS.

1 – Resolva as multiplicações:

| | | | |
|--|--|--|--|
| A) $\begin{array}{r} 2368 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$ | B) $\begin{array}{r} 1009 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$ | C) $\begin{array}{r} 1350 \\ \times 5 \\ \hline \end{array}$ | D) $\begin{array}{r} 8210 \\ \times 6 \\ \hline \end{array}$ |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| E) $\begin{array}{r} 2226 \\ \times 9 \\ \hline \end{array}$ | F) $\begin{array}{r} 1235 \\ \times 4 \\ \hline \end{array}$ | G) $\begin{array}{r} 6347 \\ \times 7 \\ \hline \end{array}$ | I) $\begin{array}{r} 2010 \\ \times 8 \\ \hline \end{array}$ |
|--|--|--|--|

2 – Resolva as subtrações:

| | | |
|--|--|--|
| A) $\begin{array}{r} 23682 \\ \\ \hline \end{array}$ | B) $\begin{array}{r} 23684 \\ \\ \hline \end{array}$ | C) $\begin{array}{r} 23688 \\ \\ \hline \end{array}$ |
|--|--|--|

| | | |
|--|--|--|
| D) $\begin{array}{r} 57055 \\ \\ \hline \end{array}$ | E) $\begin{array}{r} 60897 \\ \\ \hline \end{array}$ | F) $\begin{array}{r} 81398 \\ \\ \hline \end{array}$ |
|--|--|--|

ATIVIDADE 30 LÍNGUA PORTUGUESA

Refletindo Sobre o Texto



1. O texto de Marilda Prates conta a história de uma mulher que perdeu seu nome de batismo e trocou por um outro nome. Qual esse nome e qual sua importância?

2. Em sua opinião as mães são mesmo chatas? Por quê?

3. Na redação de um de seus filhos a mãe leu: « *Profissão da mãe: Não faz nada, só fica em casa ...* ». Como você acha que essa mãe se sentiu ao ler isso? Por quê?

4. Você concorda com a resposta do garoto que diz: « Mamãe não faz nada... » ? Justifique sua resposta.

Compreendendo Nossa Língua

1. Retire do texto 2 frases:

Exclamativas _____

Interrogativas _____

2. Pontue as frases corretamente:

Minha mãe é uma mulher genial Ela cuida da casa dos filhos do marido e ainda encontra tempo pra me abraçar

Essa história que mãe não faz nada é uma tremenda mentira já que todos os dias ela faz o trabalho de três pessoas Eu acho isso muito injusto com as mães

Mamãe não faz nada Você deve estar brincando comigo não é verdade

3. Dê o feminino de:

pai _____ filho _____

professor _____ verdureiro _____