

**PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JESUS DO ITABAPOANA-RJ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER**

# **Atividades Orientadoras**



## **Educação de Jovens e Adultos**

### **FASE I**

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

3ª SEMANA MAIO

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

## Língua Portuguesa

**01** LEIA COM A AJUDA DO SEU PROFESSOR:

### “MÃE NATUREZA

... PRESERVAR É VIVER!  
VAMOS REDUZIR O LIXO,  
FAZENDO A RECICLAGEM  
E A COLETA SELETIVA PARA  
O SEU REAPROVEITAMENTO.

VAMOS IMPEDIR A POLUIÇÃO  
DE NOSSOS RIOS E OCEANOS.  
VAMOS PROTEGER NOSSA FAUNA,  
OS **BICHOS EXÓTICOS** E OS COMUNS,  
A FLORESTA AMAZÔNICA  
E TAMBÉM A NOSSA FLORA  
TRANSFORMANDO NOSSO PLANETA,  
NUM PLANETA AZUL E VERDE...”

(VERLUCI ALMEIDA)

**02** COMPLETE A TABELA ABAIXO.

**CAMALEÃO**



QUANTAS LETRAS TEM A PALAVRA?	
QUANTAS VOGAIS?	
QUAL A PRIMEIRA LETRA?	
QUAL A ÚLTIMA LETRA?	
QUAL A SÍLABA QUE VOCÊ FALOU MAIS FORTE?	

03

LEIA A PALAVRA ABAIXO E DESCUBRA DUAS PALAVRAS DENTRO DELA E PINTE A SÍLABA FORTE DE CADA UMA.

# CAMALEÃO



04

ENCONTRE NO DIAGRAMA ABAIXO AS PALAVRAS RELACIONADAS AOS DESENHOS.



C	O	E	S	P	I	G	A	L	E	Ã	O
Q	D	Y	M	Á	S	C	A	R	A	V	G
U	L	Á	P	I	S	I	T	O	G	B	H
E	M	K	E	S	P	E	L	H	O	N	J
P	O	S	T	E	S	E	S	P	A	D	A
A	P	Ó	C	U	L	O	S	F	G	J	U
Q	U	I	N	B	I	S	C	O	I	T	O
X	H	S	B	E	S	C	A	D	A	Q	X
V	E	S	T	I	D	O	U	I	A	B	O
T	B	O	E	S	C	O	V	A	H	A	C
M	Á	S	C	A	R	A	L	E	Q	U	E
P	E	R	I	Ô	N	I	B	U	S	I	B

ESPADA  
 VESTIDO  
 ÓCULOS  
 ESCADA  
 ESPELHO  
 ESPIGA  
 POSTE  
 BISCOITO  
 LÁPIS  
 ESCOVA  
 MÁSCARA  
 ÔNIBUS

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

3ª SEMANA MAIO

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

**MA**

**MATEMÁTICA**



3

01

PARA JOSÉ, O RELÓGIO É ESSENCIAL, POIS É ASSIM QUE ORGANIZA SEUS COMPROMISSOS, TAREFAS E ATÉ DESCANSO DIÁRIOS. LEIA COM ATENÇÃO, O HORÁRIO QUE O RELÓGIO MARCAVA QUANDO JOSÉ REALIZOU ALGUMAS ATIVIDADES DO SEU DIA.



**DORMIU**



**ACORDOU**



**ALMOÇOU**

Fonte: Relógios - Canva

**A** QUAL HORÁRIO JOSÉ **DORMIU**?

( ) 10 HORAS E 10 MINUTOS ( ) 6 HORAS ( ) 11 HORAS E 55 MINUTOS

**B** QUAL HORÁRIO JOSÉ **ACORDOU**?

( ) 10 HORAS E 10 MINUTOS ( ) 6 HORAS ( ) 11 HORAS E 55 MINUTOS

**C** QUAL HORÁRIO JOSÉ **ALMOÇOU**?

( ) 10 HORAS E 10 MINUTOS ( ) 6 HORAS ( ) 11 HORAS E 55 MINUTOS

02

CADA TARTARUGA MARINHA PODE BOTAR, NO MÍNIMO, **16** OVOS POR ANO. QUANTOS OVOS PODEM BOTAR **2** TARTARUGAS?

( ) 18 OVOS.

( ) 16 OVOS.

( ) 32 OVOS.



03

LUIZ PLANTOU EM SUA FAZENDA **234** PÉS DE LARANJEIRAS. MORRERAM **71**. QUANTOS PÉS DE LARANJEIRAS FICARAM?

FICARAM \_\_\_\_\_ PÉS DE LARANJEIRAS.

04

UMA COSTUREIRA FEZ **460** CAMISAS PARA A ESCOLA DE SAMBA E DEPOIS FEZ MAIS **295**. QUANTAS CAMISAS ELA FEZ AO TODO?

ELA FEZ AO TODO \_\_\_\_\_ CAMISAS.



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

3ª SEMANA MAIO.

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

CI

## Ciências

ATIVIDADE

5

O QUE É RECICLAGEM E QUAL A SUA IMPORTÂNCIA?

A **RECICLAGEM** É IMPORTANTE TANTO PARA O MEIO AMBIENTE, QUANTO PARA AS PESSOAS. É UMA AÇÃO CONTINUADA DE COLETA E PROCESSAMENTO DE RESÍDUOS QUE DE OUTRA FORMA SERIAM JOGADOS COMO LIXO, MAS QUE PODEM SER REAPROVEITADOS E TRANSFORMADOS EM NOVOS PRODUTOS.

01

COM A AJUDA DO SEU PROFESSOR, LEIA O CARTAZ ABAIXO.



**VAMOS RECICLAR**

Materials que você pode separar

- Plásticos**
  - Embalagens
  - Garrafas pet
  - Sacolas plásticas
- Papéis**
  - Caixas
  - Papelão
  - Jornais
  - Revistas
- Vidros**
  - Garrafas
  - Copos
  - Recipientes
- Metais**
  - Latas
  - Alumínio
  - Ferro
  - Cobre
  - Zinco

02

LIGUE A LIXEIRA AO LIXO CERTO.



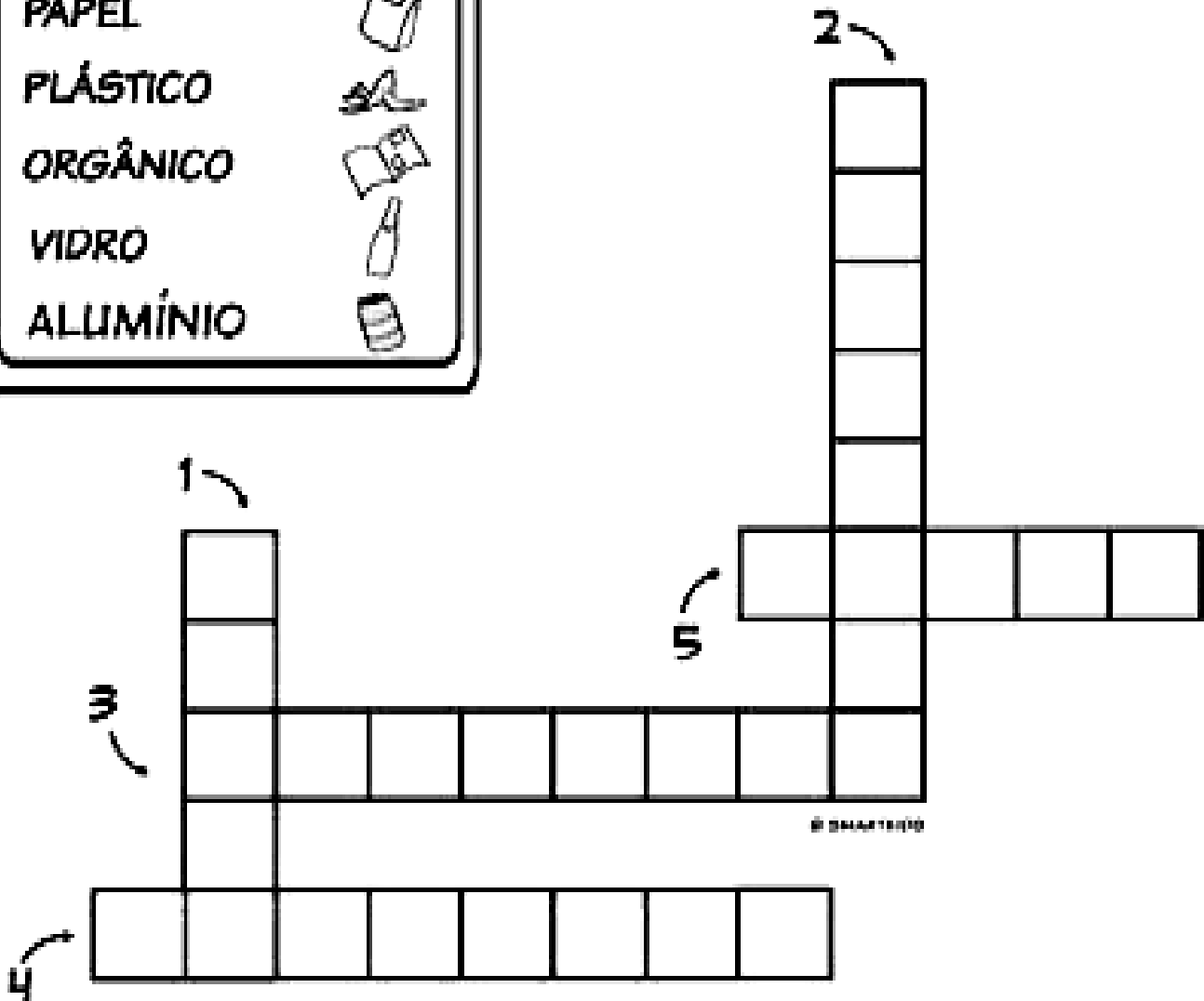
03

PINTE AS LATINHAS DE LIXO CONFORME O MODELO DAS CORES ADEQUADAS.



04

RELACIONE AS PALAVRAS COM OS OBJETOS NO QUADRO E COMPLETE O DIAGRAMA ABAIXO.



OBSERVE A SEPARAÇÃO DO LIXO.

NÃO RECICLÁVEL		RECICLÁVEL	
- Restos de alimentos	- Madeira	- Plástico	- Papel
- Papel higiênico	- Fraldas	- Caixa longa vida	- Latas
- Guardanapos	- Lenços	- Papel alumínio	- Metais
- Absorventes íntimos	- Bitucas	- Vidros	- Papelão
- Pilhas e baterias	- Lâmpadas	- Arames	- Tubos PVC
- Papel plastificado	- Celofane	- Talheres e panelas	- Fios elétricos
- Latas de aerossóis	- Isopor	- Copos descartáveis	- Ferragens

É importante que toda comunidade participe da coleta seletiva, toda ação que contribua para uma melhor sustentabilidade é útil, não importa o quão sem importância possa parecer.

PROCURE, NA SUA COMUNIDADE, O LUGAR CORRETO PARA COLOCAR O LIXO PARA RECICLAGEM.





UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA  DATA

NOME:

FASE  CÓDIGO BNCC

# CE Geografia

## LEITURA FEITA PELO PROFESSOR.

**SUSTENTABILIDADE** REFERE-SE AO PRINCÍPIO DA BUSCA PELO EQUILÍBRIO ENTRE A DISPONIBILIDADE DOS RECURSOS NATURAIS E A EXPLORAÇÃO DELES POR PARTE DA SOCIEDADE, OU SEJA, VISA EQUILIBRAR A PRESERVAÇÃO DO MEIO AMBIENTE E O QUE ELE PODE OFERECER EM CONSONÂNCIA COM A QUALIDADE DE VIDA DA POPULAÇÃO.

A **POLINIZAÇÃO** É UM DOS PRINCIPAIS MECANISMOS DE MANUTENÇÃO E PROMOÇÃO DA BIODIVERSIDADE NA TERRA. SOMENTE APÓS A POLINIZAÇÃO AS PLANTAS PODEM FORMAR FRUTOS E SEMENTES. ELAS DEPENDEM DA POLINIZAÇÃO POR INSETOS OU OUTROS ANIMAIS PARA PRODUIR FRUTOS E SEMENTES.

**01** CIRCULE O INSETO CONSIDERADO O PRINCIPAL AGENTE POLINIZADOR DOS VEGETAIS.



LEITURA FEITA PELO PROFESSOR.

**PERMACULTURA** É O PLANEJAMENTO E A **MANUTENÇÃO** CONSCIENTES DE ECOSISTEMAS AGRICULTURALMENTE PRODUTIVOS, OU SEJA, **ECOSSISTEMAS** COM POTENCIAL PRODUTIVO PARA **AGRICULTURA**, QUE TENHAM A **DIVERSIDADE**, ESTABILIDADE E RESISTÊNCIA DOS ECOSISTEMAS NATURAIS. É A **INTEGRAÇÃO** HARMONIOSA DAS PESSOAS E A PAISAGEM, PROVENDO ALIMENTO, ENERGIA, **ABRIGO** E OUTRAS NECESSIDADES, MATERIAIS OU NÃO, DE FORMA SUSTENTÁVEL. A PERMACULTURA VISA TRABALHAR COM A **NATUREZA** E NÃO CONTRA ELA.

02 ENCONTRE NO DIAGRAMA AS PALAVRAS DESTACADAS DO TEXTO ACIMA.

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

CONSTRUIR UM MUNDO EQUILIBRADO DEPENDE DE NOSSAS ESCOLHAS...

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA  DATA

NOME:

FASE  CÓDIGO BNCC

**EF**

## Educação Física

### QUE TAL SE EXERCITAR COM APARELHOS E INSTRUMENTOS FEITOS DE MATERIAL RECICLÁVEL?

HOJE, INFELIZMENTE, FALTA APTIDÃO FÍSICA A MUITOS HOMENS E MULHERES. ENTRE AS RAZÕES, ALÉM DA PREGUIÇA E DA FALTA DE TEMPO, HÁ TAMBÉM A DIFICULDADE FINANCEIRA PARA BANCAR OS CUSTOS DE UM PERSONAL TRAINER OU DE UMA ACADEMIA.

MAS SE HOUVESSE A POSSIBILIDADE DE TER HALTERES, BARRAS E PESOS DISPONÍVEIS EM CASA, SEM GASTAR MUITO DINHEIRO E ESFORÇO, SERÁ QUE VOCÊ SE ANIMAVA? VALE A PENA TENTAR!

#### MATERIAIS NECESSÁRIOS:

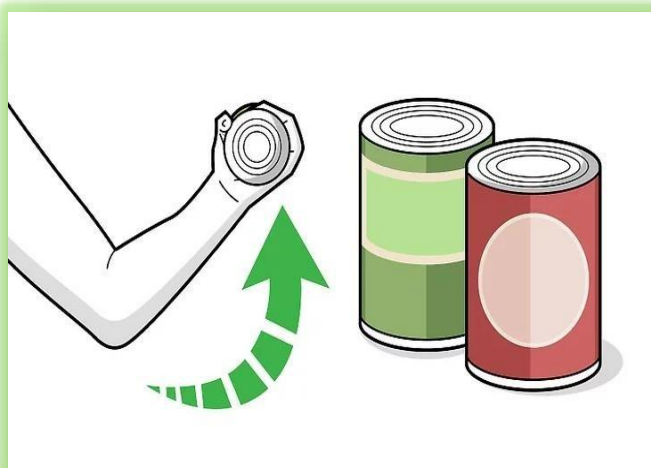
FITA ISOLANTE ADESIVA  
COLA  
GARRAFAS PET (2 OU 3 LT)  
TESOURA  
AREIA  
VARA OU TUBO RESISTENTE



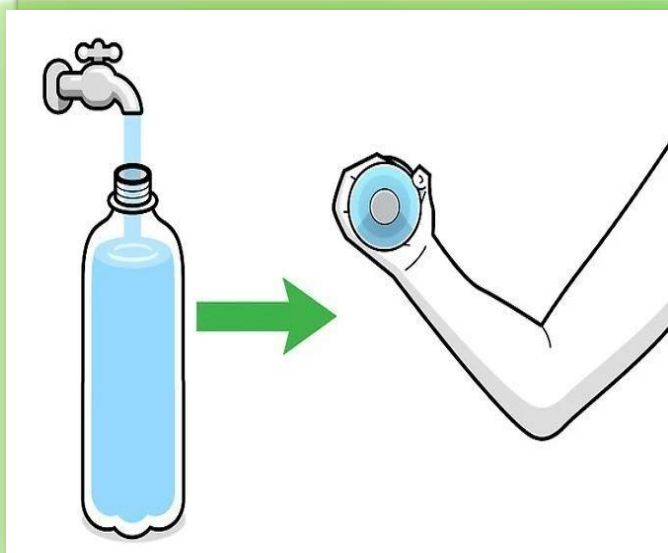
#### COMO FAZER PASSO A PASSO:

CORTE AS PARTES SUPERIOR E INFERIOR DE UMA GARRAFA GRANDE DE PLÁSTICO. JUNTE AS DUAS PARTES USANDO COLA. REPITA A OPERAÇÃO COM OUTRA GARRAFA. ENCHA AS GARRAFAS COM AREIA E UNA AS EXTREMIDADES COM UMA VARA. PASSE FITA ISOLANTE NAS PARTES SENSÍVEIS PARA REFORÇAR.

## OUTRAS SUGESTÕES:



USE LATAS DE ALIMENTOS. ELAS CABEM TÃO BEM NAS MÃOS QUANTO OS PESINHOS COMUNS. ESSA DICA É ESPECIALMENTE IMPORTANTE PARA OS INICIANTES OU INTERESSADOS EM DESENVOLVER A MASSA MUSCULAR LENTAMENTE. USE AS LATAS PARA SUBSTITUIR PESOS MAIS PESADOS E BOLAS DE GINÁSTICA.



FAÇA PESOS DE ACADEMIA A PARTIR DE GARRAFAS PLÁSTICAS. EM VEZ DE RECICLAR AS GARRAFAS DE ÁGUA MINERAL OU REFRIGERANTE, PREENCHA-AS COM ÁGUA, CASCALHO OU AREIA. DEPOIS DE ENCHER AS DUAS GARRAFAS, PESE AMBAS PARA VERIFICAR SE AS DUAS MÃOS LEVANTARÃO O MESMO PESO. FAÇA LEVANTAMENTOS COM AS GARRAFAS COMO FARIA COM PESOS NORMAIS.





