

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

# **Atividades Orientadoras**



## **Educação de Jovens e Adultos**

### **FASE IV**

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE **IV e V**

CÓDIGO BNCC

**LP**

**LÍNGUA PORTUGUESA**

## DÍGRAFO

### O PAU-FERRO

#### O CENTENÁRIO

Este ano o nosso querido Pau-ferro completa 100 anos, ele que é um dos patrimônios naturais mais significativos para os bom-jesuenses.



#### O PLANTIO

Foi no ano de 1922, durante as comemorações do centenário da Independência, que ocorreu o plantio da muda de pau-ferro na Praça Governador Portela.



#### SUAS SOMBRAS

Sob a sombra de seus galhos se abrigaram, ao longo de seus cem anos de existência, gerações e gerações que buscavam ali um abrigo dos ardores do sol em seus passeios diurnos.



#### O ABRIGO

Também ali se abrigavam os motoristas e seus veículos de praça, aguardando a demanda de seus serviços para viagens e transportes de pessoas.



O Pau-Ferro é uma árvore nativa da Mata Atlântica.

# ATIVIDADE

01 Como se chama a árvore da Praça Governador Portela que está completando cem anos?

02 Quando ocorreu o plantio da muda de pau-ferro na Praça?

03 Conte para seu professor alguma história que você tenha vivido e que tenha o pau-ferro como cenário.

04 Encontre as palavras destacadas (quadro ao lado) no caça-palavras. As palavras deste caça palavras estão escondidas na horizontal e vertical.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| W | A | U | I | T | F | H | P | T | E | E | Á |
| P | M | E | M | Ó | R | I | A | R | C | D | R |
| L | I | O | C | T | B | S | U | G | E | T | V |
| A | B | R | I | G | O | T | F | E | N | E | O |
| N | Y | E | E | E | E | Ó | E | R | T | O | R |
| T | U | S | A | T | D | R | R | A | E | R | E |
| I | A | O | S | E | P | I | R | Ç | N | I | N |
| O | T | G | O | T | S | A | O | Õ | Á | R | V |
| O | I | L | M | D | L | S | T | E | R | S | E |
| U | O | S | B | H | R | A | H | S | I | M | N |
| P | A | T | R | I | M | Ô | N | I | O | R | S |
| A | D | B | A | M | U | D | A | H | D | U | R |



ABRIGO  
CENTENÁRIO  
GERAÇÕES  
HISTÓRIA  
MEMÓRIA  
MUDA  
PATRIMÔNIO  
PAUFERRO  
PLANTIO  
SOMBRA  
ÁRVORE

05 No passado, a sombra do pau-ferro foi abrigo para: Marque.

( ) o ponto de táxi de nossa cidade

( ) para a banca de revistas

Dígrafo é o grupo de duas letras representando um só fonema. Quando, em uma mesma palavra, duas letras representam um único som.

Fique **Olho** na explicação



Principais dígrafos

nh nho | so

ss ras | gi | sol

gu guei | ra | fo

sc cen | nas | te

ch va | chu

qu lo | qui

sç ça | cres

lh lho | o

rr gar | ci | ra

xc ce | to | ex

06 Ordene as sílabas dos retângulos acima e forme palavras que tem dígrafo.

07 Complete o quadro, observando o modelo.

| nº | palavras | soletrando | fonemas | dígrafo |
|----|----------|------------|---------|---------|
| 1  | chapéu   | 6          | 5       | ch      |
| 2  | vizinho  |            |         |         |
| 3  | campo    |            |         |         |
| 4  | sombra   |            |         |         |
| 5  | nascer   |            |         |         |

08 Numere de acordo com o que se pede.

( 1 ) dígrafo      ( 2 ) encontro consonantal

- |               |              |               |
|---------------|--------------|---------------|
| ( ) cegonha   | ( ) trabalho | ( ) placa     |
| ( ) livro     | ( ) ascender | ( ) nascer    |
| ( ) guerreiro | ( ) excursão | ( ) aquele    |
| ( ) massa     | ( ) gravata  | ( ) excelente |



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE **IV e V**

CÓDIGO BNCC EF05MA19, EF03MA23

**MA**

**MATEMÁTICA**

**MEDIDAS DE TEMPO**

**As horas nos relógios**

Observe os relógios.



O ponteiro **menor** aponta para o 3.  
O ponteiro **maior** aponta para o 12.  
São 3 horas.

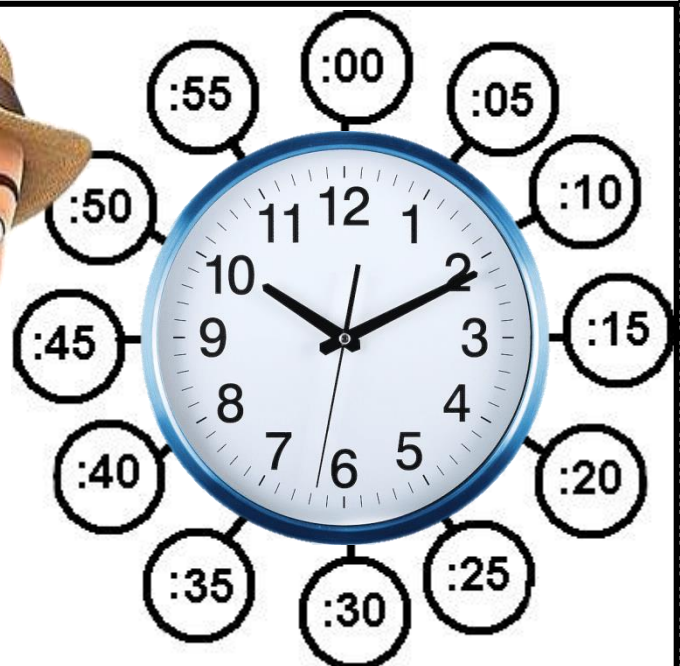
O ponteiro **menor** aponta para o 8.  
O ponteiro **maior** aponta para o 12.  
São 8 horas.

**Leitura das horas no relógio de ponteiros**

O ponteiro menor indica as horas e o ponteiro maior, os minutos. Uma hora tem 60 minutos. Este relógio está marcando 10 horas e 10 minutos.

Então, cada hora tem 60 minutos e cada minuto 60 segundos! Cada tracinho corresponde a 5 minutos, multiplicando pelos 12 que aparecem no relógio, temos 60 minutos, ou seja, 1 hora!

Em um dia todo o ponteiro das horas dá 2 voltas completas no relógio! Assim fica muito fácil ver que horas são!



# ATIVIDADE

01 Escreva o horário que cada relógio marca.



02 Fabiola e sua irmã farão uma viagem de ônibus. Elas chegaram ao terminal rodoviário às 16 horas e 15 minutos. De acordo com a previsão do clichê da empresa, elas terão de aguardar por 1 hora e 10 minutos. Responda.

A Qual é o horário previsto do embarque?

B Devido ao trânsito congestionado, o embarque sofreu um atraso de 15 minutos.

C Qual será o novo horário desse embarque?

03 Joana é professora de ginástica. Por dia, ela dá 4 aulas, uma após a outra. Cada aula dura 15 minutos. Complete o quadro de horários da professora Joana.

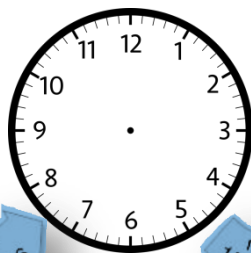


| 1ª aula       | 2ª aula                      | 3ª aula                      | 4ª aula                      |
|---------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| Início 18:00  | Início 18:15                 | Início <input type="text"/>  | Início <input type="text"/>  |
| Término 18:15 | Término <input type="text"/> | Término <input type="text"/> | Término <input type="text"/> |

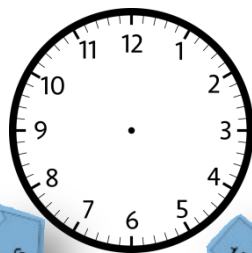
04 Desenhe os ponteiros que estão faltando.



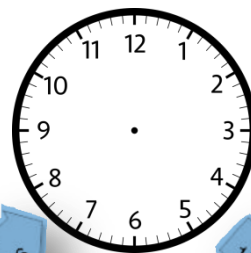
mais 15 minutos



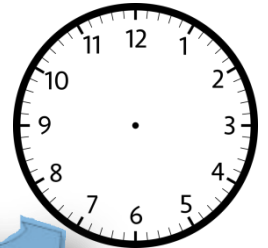
mais 15 minutos



mais 15 minutos



mais 15 minutos



05 Ernesto terminou de montar uma cerca às 10 horas e 45 minutos, após ter trabalhado por 1 hora e meia. A que horas Ernesto começou a montar a cerca?



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE **IV e V**

CÓDIGO BNCC

**CI**

**CIÊNCIAS**

## UTILIDADES DAS PLANTAS

As plantas constituem uma parte muito importante do nosso ambiente. Sem elas, os animais e os seres humanos não seriam capazes de sobreviver.

Os animais e as plantas têm inter-relação de dependência, na qual um depende do outro.



A maioria das plantas são muito úteis para o ser humano.



**FOLHAS COLORIDAS E FLORES CHAMATIVAS E CHEIROSAS.**

São várias as características que deixam as plantas atrativas aos nossos olhos. Entretanto, o que muitos esquecem é que essas mesmas plantas podem esconder substâncias que apresentam grande toxicidade.



Alamanda



Chapéu de Napoleão



Copo-de-leite

## PLANTAS EM EXTINÇÃO

Devemos respeitar e valorizar os ambientes nos quais encontramos espécies de plantas, favorecendo o equilíbrio ecológico e garantindo a sobrevivência dos outros seres vivos.



Gravatá, Bromélia ou Monjola



Pau-Brasil

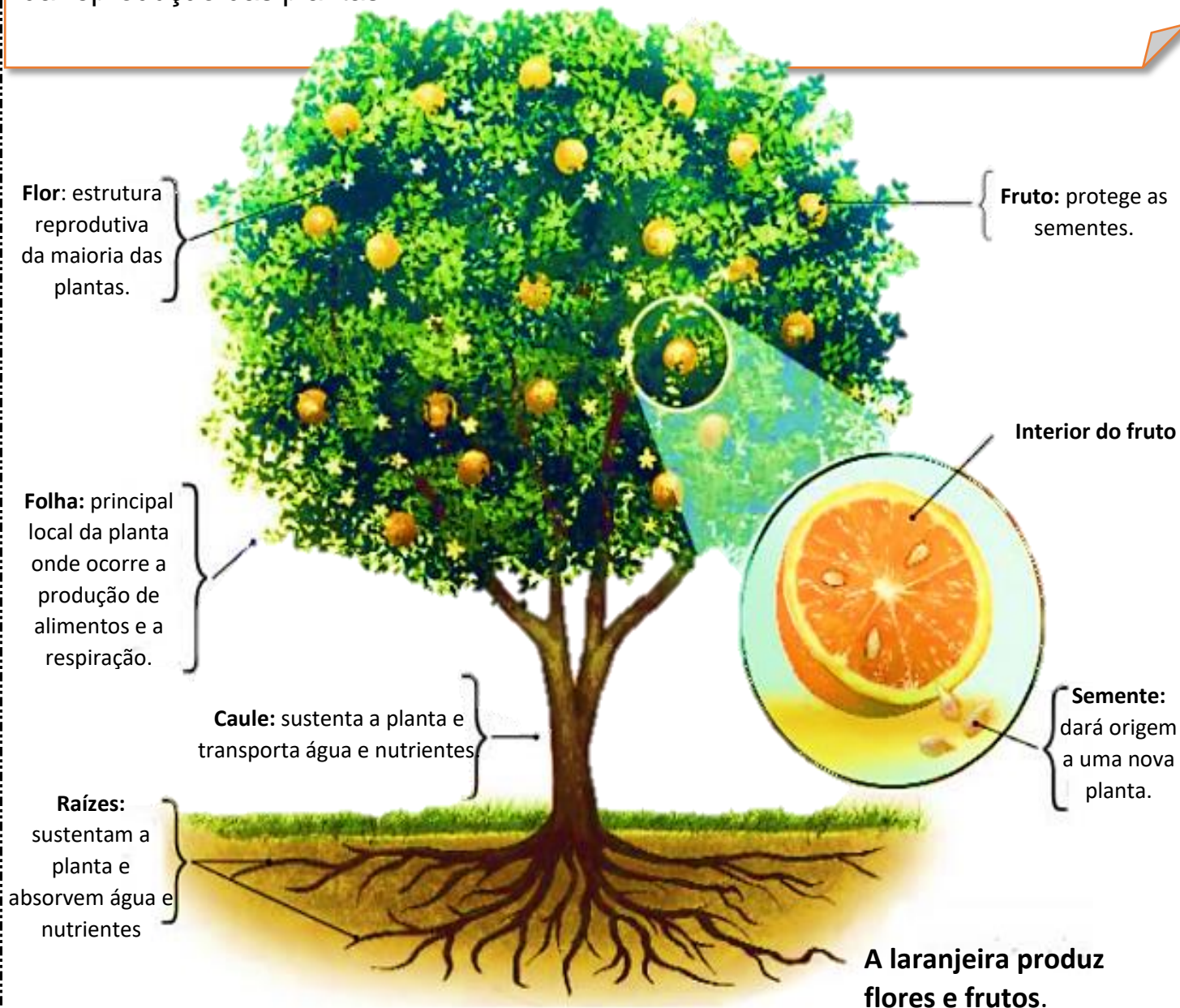


Jaborandi

## O CORPO DAS PLANTAS

O corpo das plantas é formado por raízes, caule e folhas. Muitas plantas também produzem flores e frutos.

No interior dos frutos ficam as sementes, flores, frutos e sementes participam da reprodução das plantas.





## IMPORTÂNCIA DAS ÁRVORES

O plantio de árvores nas calçadas e nas praças oferece muitas vantagens para os seres humanos e outros animais que vivem na região.

As árvores melhoram a qualidade do ar e diminuem o barulho no local onde são plantadas. Elas também fornecem alimento e abrigo para diversos animais, como as aves e borboletas.

As árvores que ficam muito altas podem ser plantadas em praças, mas não em calçadas, pois pode atrapalhar a fiação elétrica. É recomendável evitar o plantio de árvores que produzem frutos pesados, que possam cair e machucar alguém.

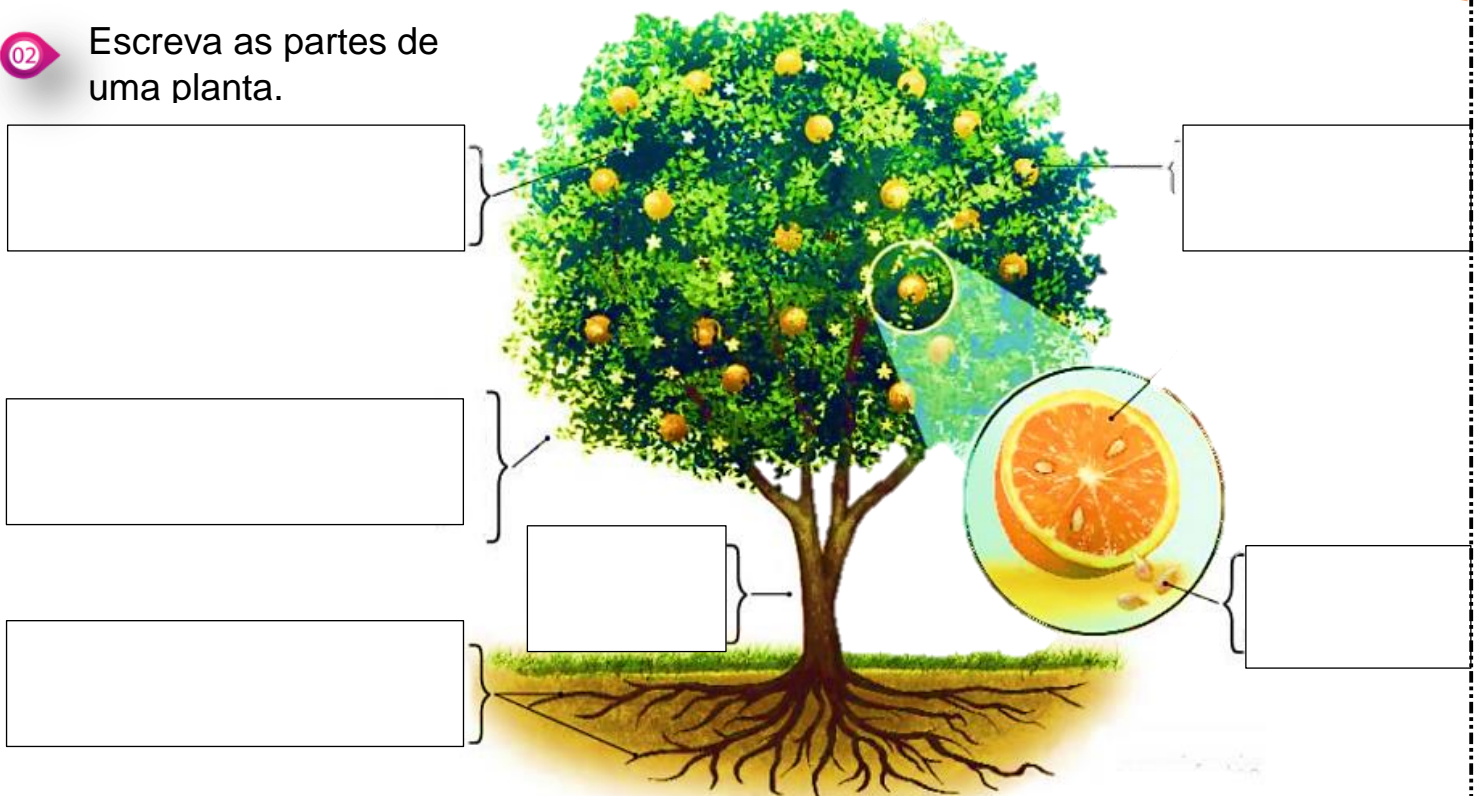
Para saber se uma calçada ou praça pode receber uma árvore, é recomendado consultar a prefeitura.



## ATIVIDADE

01 Em um dia de Sol, dois amigos procuraram a sombra de uma árvore para sentarem-se e descansarem lá. Qual é a vantagem de ficar na sombra de uma árvore?

02 Escreva as partes de uma planta.



03

Observe os vegetais abaixo e escreva-os em que grupo pertence cada um.



RAIZ

CAULE

FOLHA

FLOR

FRUTOS

SEMENTES


04

As plantas podem ter muitas utilidades. Escreva **R** quando a planta for utilizada na fabricação de remédios e **M** quando for utilizada para fabricação de móveis.

Pinheiro

Camomila

Peroba

Erva-doce

Cerejeira

Agrião

05

Observe algumas plantas abaixo e assinale apenas as que **NÃO** podem ser tocadas ou colocadas na boca, por serem tóxicas.



( ) algodão



( ) comigo-ninguém-pode



( ) pinho



( ) urtiga



( ) rosa



( ) mamona



**PORTAL SEMEEL**

*A mudança está em nossas mãos*



PREFEITURA MUNICIPAL  
**BOM JESUS**  
DO ITABAPOANA

SECRETARIA MUNICIPAL  
DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER

10

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE **IV e V**

CÓDIGO BNCC EF05GE10

**GE**

**GEOGRAFIA**

**QUALIDADE AMBIENTAL**

## A IMPORTÂNCIA DA MANUTENÇÃO DE ÁREAS VERDES NAS CIDADES.



**O equilíbrio do microclima:** a presença de áreas verdes traz uma considerável melhoria e estabilidade microclimática devido a diversos aspectos, como a redução do calor e da insolação direta, a diminuição da velocidade dos ventos e a ampliação da umidade do ar.

**A purificação do ar:** Um dos benefícios mais importantes da presença de áreas verdes nas cidades é que as árvores produzem oxigênio por meio do processo de fotossíntese, reduzindo gases de efeitos estufa ou ainda captando parte das partículas finas em suspensão no ar.

**Redução de doenças:** a literatura mundial relaciona a poluição do ar à redução da expectativa de vida e maior risco de infarto, pneumonia, bronquite crônica, asma e câncer do pulmão, entre outras doenças. O ar poluído já é a primeira causa ambiental de mortes no mundo, ultrapassando a água contaminada e doenças infecciosas.

**Redução da possibilidade de obesidade infantil:** questão preocupante com o estilo de vida moderna, a existência de áreas verdes traz possibilidades para o desenvolvimento de atividades físicas e brincadeiras, contribuindo efetivamente para a diminuição do risco de obesidade infantil.

**Possibilidade para lazer:** a existência de áreas verdes pode consistir em espaços voltados para a sociabilidade nas cidades, sendo de fundamental para a higiene mental de seus usuários.

Fonte: Adaptado de

<https://epoca.globo.com/colunas-e-blogs/blog-do-planeta/noticia/2015/11/como-areas-verdes-nas-cidades-geram-beneficios-para-saude.html> Acesso em 09 de set. de 2022. Imagem 1: Disponível em:

[https://www.google.com/search?q=%C3%A1reas+verdes+nas+cidades&rlz=1C1EJFA\\_enBR764BR765&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwizoYXgoZngAhUqGrkGHdaHDUgQ\\_AUIDigB&biw=1920&bih=969#imgrc=UyZpm9x2I3ZwvM](https://www.google.com/search?q=%C3%A1reas+verdes+nas+cidades&rlz=1C1EJFA_enBR764BR765&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwizoYXgoZngAhUqGrkGHdaHDUgQ_AUIDigB&biw=1920&bih=969#imgrc=UyZpm9x2I3ZwvM): Acesso em 09 de set. de 2022.

## ATIVIDADE

01 As áreas verdes são essenciais para a qualidade do ambiente em que vivemos e influenciam diretamente na nossa qualidade de vida. Registrem as suas sugestões de colaboração para a manutenção das áreas verdes nas cidades. Faça essa atividade junto com sua professora.

---

---

---

---

02 Na nossa cidade o “Laguinho” (Lago José Neves), é uma área verde toda contornada por belos coqueiros e uma vegetação basicamente constituída por gramíneas, serve como pista de caminhadas e práticas esportivas. Além de ser um espaço para lazer de crianças e adultos. Tem como atrativo os grandes peixes que habitam o lago. Procure no caça-palavras as palavras em destaque.

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

AR PURO  
EQUILIBRIO  
LAGUINHO  
LAZER  
SAÚDE MENTAL

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA  DATA

NOME:

FASE **IV e V** CÓDIGO BNCC **EF35EF08**

**EF**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**CAMINHADA**




Quando o assunto é a prática de atividades físicas muitas são as modalidades conhecidas, porém uma das atividades que dificilmente é deixada de lado é a **caminhada**. Por ser uma atividade completa, não possui contraindicações e pode ser praticada por qualquer indivíduo de qualquer faixa etária.

A caminhada é considerada um movimento primitivo do ser humano, porém constantemente estudado a fim de buscar os benefícios da prática como atividade física em sua totalidade.

Um dos lugares mais procurados para fazer uma boa caminhada é o “Laguinho”. O Laguinho tem o formato arredondado, circundado por um calçadão medindo aproximadamente 700 metros.

## ATIVIDADE

 Que tal fazer uma caminhada ao final da tarde com os amigos no Laguinho? Além dos benefícios físicos é um momento de lazer. Não se esqueça de levar água para se hidratar e vestir roupas e calçar sapatos adequados e confortáveis. Se você não mora na sede, escolha um lugar próprio perto de onde você reside e aproveite para fazer uma caminhada. Se você não está acostumada, faça uma caminhada curta e aos poucos vá aumentando a distância. Registre com fotos e cole no mural da sala.