

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

Atividades Orientadoras



Educação de Jovens e Adultos

FASE V

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE **IV e V**

CÓDIGO BNCC EF35LP01, EF35LP04, EF05LP03

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.

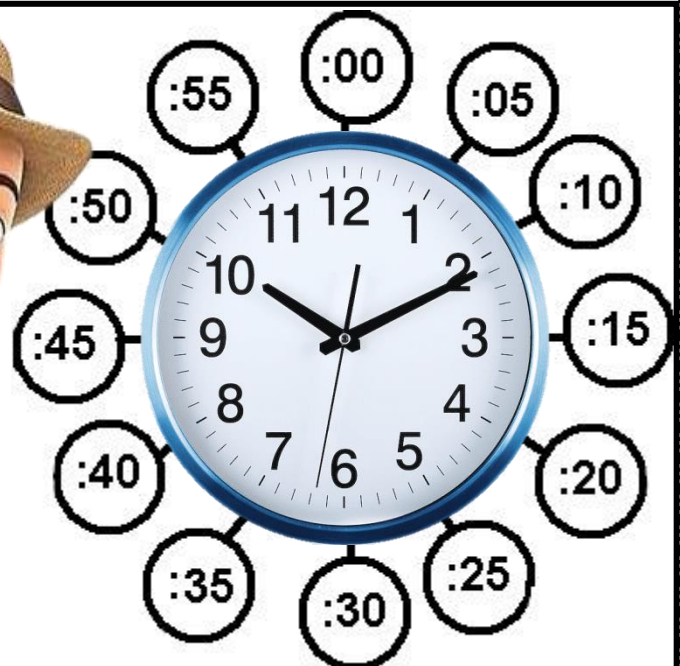
O ponteiro **menor** aponta para o 8.
O ponteiro **maior** aponta para o 12.
São 8 horas.

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.

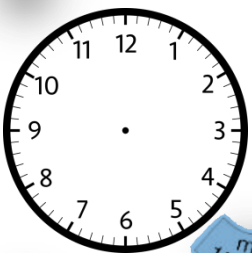
C Qual será o novo horário desse embarque?

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.

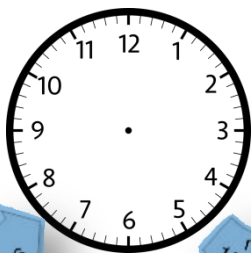


1ª aula	2ª aula	3ª aula	4ª aula
Início 18:00	Início 18:15	Início <input type="text"/>	Início <input type="text"/>
Término 18:15	Término <input type="text"/>	Término <input type="text"/>	Término <input type="text"/>

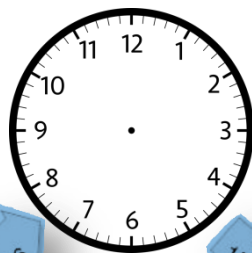
04 Desenhe os ponteiros que estão faltando.



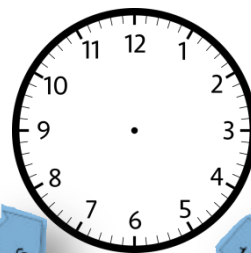
mais 15 minutos



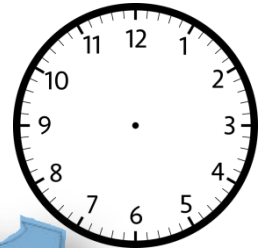
mais 15 minutos



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

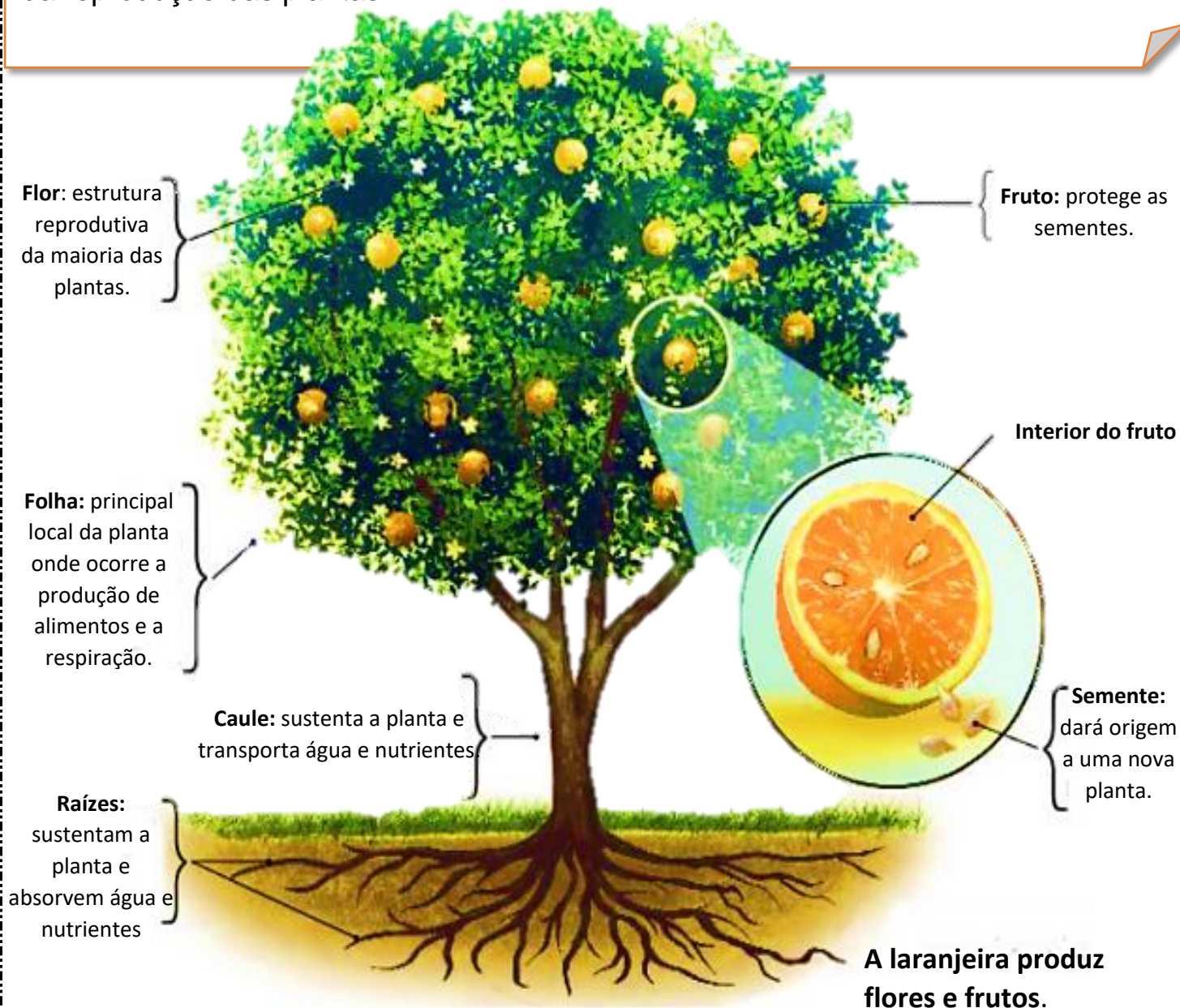


Jaborandi

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.

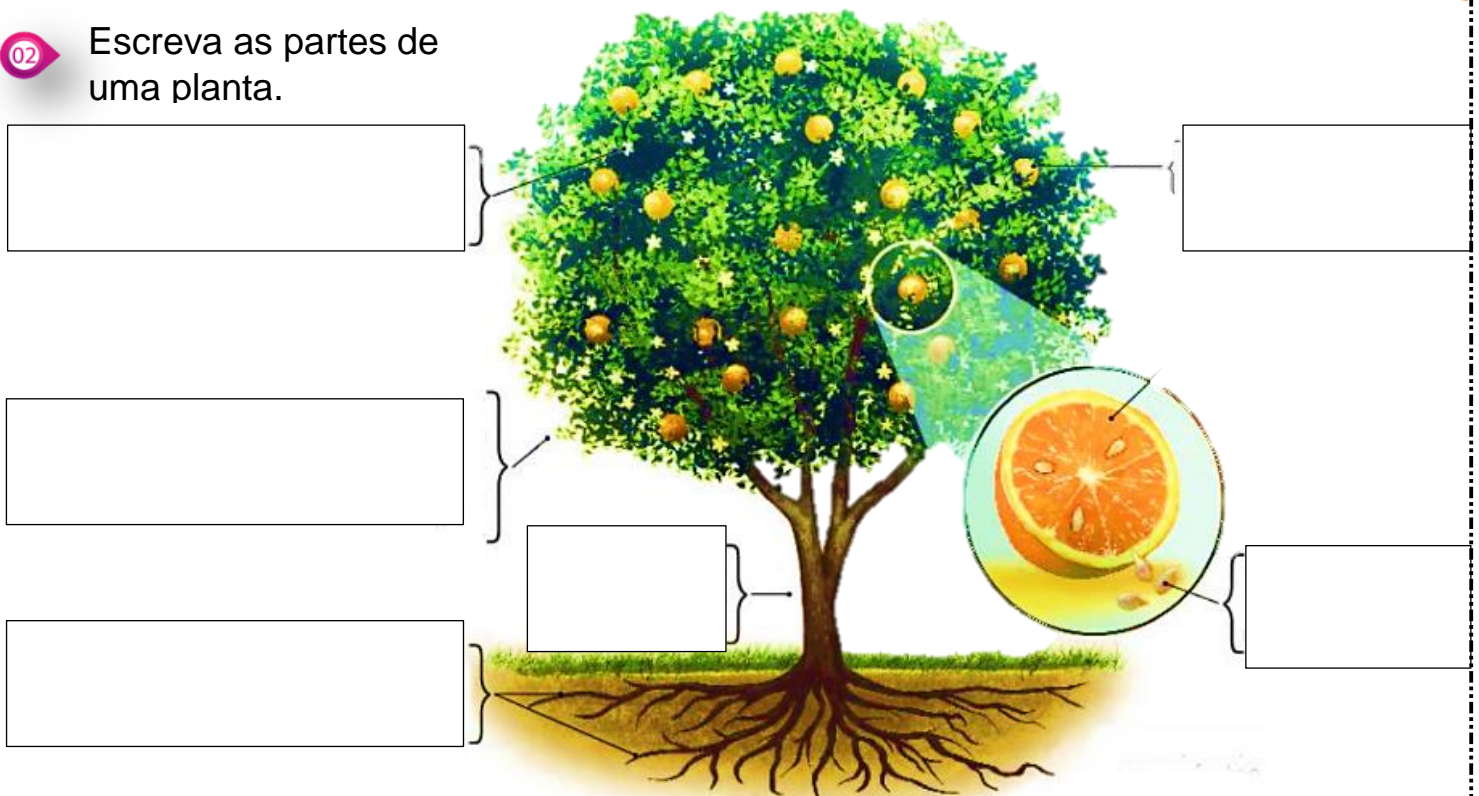
Para saber se uma calçada ou praça pode receber uma árvore, é recomendado consultar a prefeitura.



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



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&tbn=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.