

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

CÓDIGO BNCC

**LP** **LÍNGUA PORTUGUESA**

**01** Leia os textos e depois copie no espaço abaixo:

O guaraná é uma fruta da Amazônia.  
Guarani bebe guaraná na cuia.  
Guarani faz pó de guaraná e  
coloca água para tomar.




---



---



---

Guedes desenhou um foguete  
para seu filho Guido.  
Guido pintou o foguete.  
O foguete seguiu uma guia no papel.




---



---



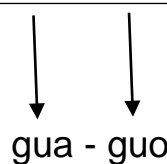
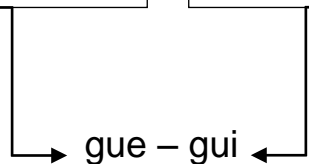
---

Leia as palavras em voz alta.

Aguei  
foguete

linguiça  
preguiça

água  
aguou



A letra **u** pode  
ou não ser  
pronunciada  
em gue-gui.  
  
A letra **u** é  
sempre  
pronunciada  
em gua-guo.



05 Leia o texto informativo e depois circule o refrigerante que o nome começa com a sílaba **Gua**.

## QUANDO VOCÊ BEBE REFRIGERANTE...

10 MINUTOS DEPOIS...  
E como ingerir 10 colheres  
de açúcar. 100% do  
recomendado por dia.



20 MINUTOS DEPOIS...  
O fígado transforma  
o açúcar em gordura.

40 MINUTOS DEPOIS...  
A cafeína dilata as pupilas, sobe a  
pressão sanguínea e o fígado  
bombeia mais açúcar!



45 MINUTOS DEPOIS...  
Aumenta a produção de dopamina  
que, no corpo, funciona  
como heroína.

50 MINUTOS DEPOIS...  
Aumenta o metabolismo  
e a excreção de cálcio  
na urina, uma das causas

60 MINUTOS DEPOIS...  
Você perde através da urina  
o cálcio, magnésio e zinco,

Referência: [Educação Física Escolar profa. Valéria: Os males do refrigerante. \(efescolarminas.blogspot.com\)](http://Educação Física Escolar profa. Valéria: Os males do refrigerante. (efescolarminas.blogspot.com))

06 Crie uma frase relacionada ao refrigerante Guaraná.



07 Forme as palavras abaixo:

É  
Á  
RÉ  
LÍN  
LÉ

(GUA)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

RA  
RANÁ  
RANI  
BIROBA  
RITA

(gua)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC



# Medidas de massa

Usamos o quilograma ou quilo, como unidade de medida para pesar pessoas, carnes, cereais, legumes, frutas, etc.

O instrumento utilizado para medir a massa é a balança.

Existem vários tipos de balança, observe:



BALANÇA PARA PESAR BEBÊ MECÂNICA.

BALANÇA DIGITAL

BALANÇA

Quilo → é uma unidade de medida de massa.

1 quilo é o mesmo que 1.000 gramas.

Meio quilo é o mesmo que 500 gramas.

kg – hg – dag – **g** – dg – cg – mg

kl - quilograma  
hl - hectograma  
dal - decagrama

↓  
**grama**

dg - decigrama  
cg - centigrama  
mg - miligrama

O **grama** é a unidade principal das medidas de massa.



# Atividade

01 Complete a linha em branco da tabela com o símbolo correspondente.

Quadro de unidades						
Múltiplos			Unidade padrão	Submúltiplos		
Quilograma	Hectograma	Decagrama	Gramas	Decigrama	Centigrama	Miligrama
1.000 g	100 g	10 g	1 g	0,1 g	0,01 g	0,001 g

A Qual é a unidade principal de medidas de massa?

\_\_\_\_\_

B Uma tonelada corresponde a quantos quilogramas?

\_\_\_\_\_

C Cite algumas coisas que você compra com a unidade de medida grama.

\_\_\_\_\_

D Cite algumas coisas que você compra com a unidade de medida quilo.

\_\_\_\_\_

02 Marque o ser para o qual usamos a tonelada para indicar sua massa.



03 Qual destes produtos é medido em miligrama.

açúcar

leite em pó

feijão

comprimido

04 Em uma caixa de papelão foram colocados 120 pacotes de biscoito. Sabendo que cada pacote de biscoito tem 250 gramas, quantos quilos há no total?



Resposta \_\_\_\_\_

05 Circule o instrumento de medida de massa.



06 João foi se pesar e, ao subir na balança percebeu que a mancha no visor não o deixava ver a unidade de medida:

Sabendo que João tem 10 anos então a balança deve estar indicando 35:

A quilômetros

C quilogramas

B centímetros

D segundos



07 O que é melhor para medir essas massas: **grama**, **quilograma** ou **tonelada**?

A Sophia \_\_\_\_\_

D bolo \_\_\_\_\_

B Cachorro \_\_\_\_\_

E elefante \_\_\_\_\_

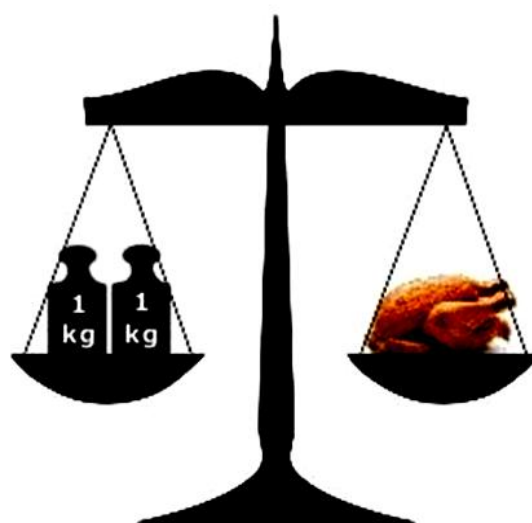
C 5 fatias de muçarela \_\_\_\_\_

F caminhão \_\_\_\_\_

08 Coloque a massa (o “peso”) conforme a balança apontar:



a) Cachos de uva: \_\_\_\_\_



b) Frango assado: \_\_\_\_\_

# SISTEMA DE NUMERAÇÃO DECIMAL

O sistema de agrupar de 10 em 10 ficou conhecido como sistema de base 10, também chamado Sistema de Numeração Decimal.



## Ordens e Classes

✓ Cada 3 ordens formam uma classe com: Unidades, Dezenas e Centenas.

3ª Classe			2ª Classe			1ª Classe		
Milhões			Milhares			Unidades		
9ª ordem	8ª ordem	7ª ordem	6ª ordem	5ª ordem	4ª ordem	3ª ordem	2ª ordem	1ª ordem
Cmi	Dmi	Umi	Cm	Dm	Um	C	D	U

09 Veja o algarismo abaixo e complete com atenção:

**2.187**

Milhares			Unidades		
Cm	Dm	Um	C	D	U

A Escreva o número acima por extenso: \_\_\_\_\_

B O número 2.187 tem \_\_\_\_\_ ordens.

C O algarismo 8 ocupa a \_\_\_\_\_ ordem.

D O algarismo 1 ocupa a \_\_\_\_\_ ordem, a das \_\_\_\_\_.

E O algarismo 7 ocupa a \_\_\_\_\_ ordem, a das \_\_\_\_\_.

10 Qual é o número?

A Duzentos e sessenta e um \_\_\_\_\_

B 6 centenas, 2 dezenas e 7 unidades \_\_\_\_\_

C  $300+10+5$  \_\_\_\_\_

D 5 unidades de milhar, 4 centenas, 3 dezenas e 1 unidade \_\_\_\_\_

E  $1000+200+30+7$  \_\_\_\_\_





UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC



## Território e diversidade cultural

Geralmente, as pessoas procuram viver em grupo e gostam da companhia dos familiares e amigos.

Um grupo de pessoas que vivem em um mesmo local, trabalhando, divertindo-se ou realizando atividades juntas forma uma comunidade.

Em uma **comunidade** as pessoas dependem umas das outras.

Uma **cidade** é construída sobre a terra, com as mãos dos trabalhadores e nela moram muitas famílias.

O **bairro** é uma parte da cidade. Todos os bairros têm um nome e uma história.

Na cidade existem bairros centrais onde têm: padarias, açougues, igrejas, postos, supermercados, farmácias, clubes, hospitais, etc.



01 Cite algumas formas de colaborar com a comunidade:

---

---

---

02 Você tem uma boa convivência com seus vizinhos?

( ) Sim      ( ) Não

03 Que atividades vocês costumam praticar juntos? Nomeie algumas.

---

---

04 Escreva o nome dos vizinhos que você mais gosta.

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

05 Agora você vai nomear:

A Seu vizinho mais velho = \_\_\_\_\_

B Seu vizinho mais novo = \_\_\_\_\_

C Seu vizinho mais alegre = \_\_\_\_\_

D Seu vizinho mais religioso = \_\_\_\_\_

E Seu vizinho mais participativo = \_\_\_\_\_

F Seu vizinho mais gentil = \_\_\_\_\_

G Seu vizinho mais zangado = \_\_\_\_\_

H Seu vizinho mais amigo = \_\_\_\_\_

06 Quem é seu melhor amigo?

\_\_\_\_\_

07 O que você acha que deve melhorar na sua vizinhança?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

08 Como você vem exercitando a sua boa vizinhança na sua vizinhança?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC



## CIÊNCIAS NATURAIS

# Água no ambiente

A água é muito importante para todos os seres vivos. A água não tem cheiro, gosto e nem cor. Sem ela não há vida.

A água serve para:



Beber



Tomar banho



Cozinhar

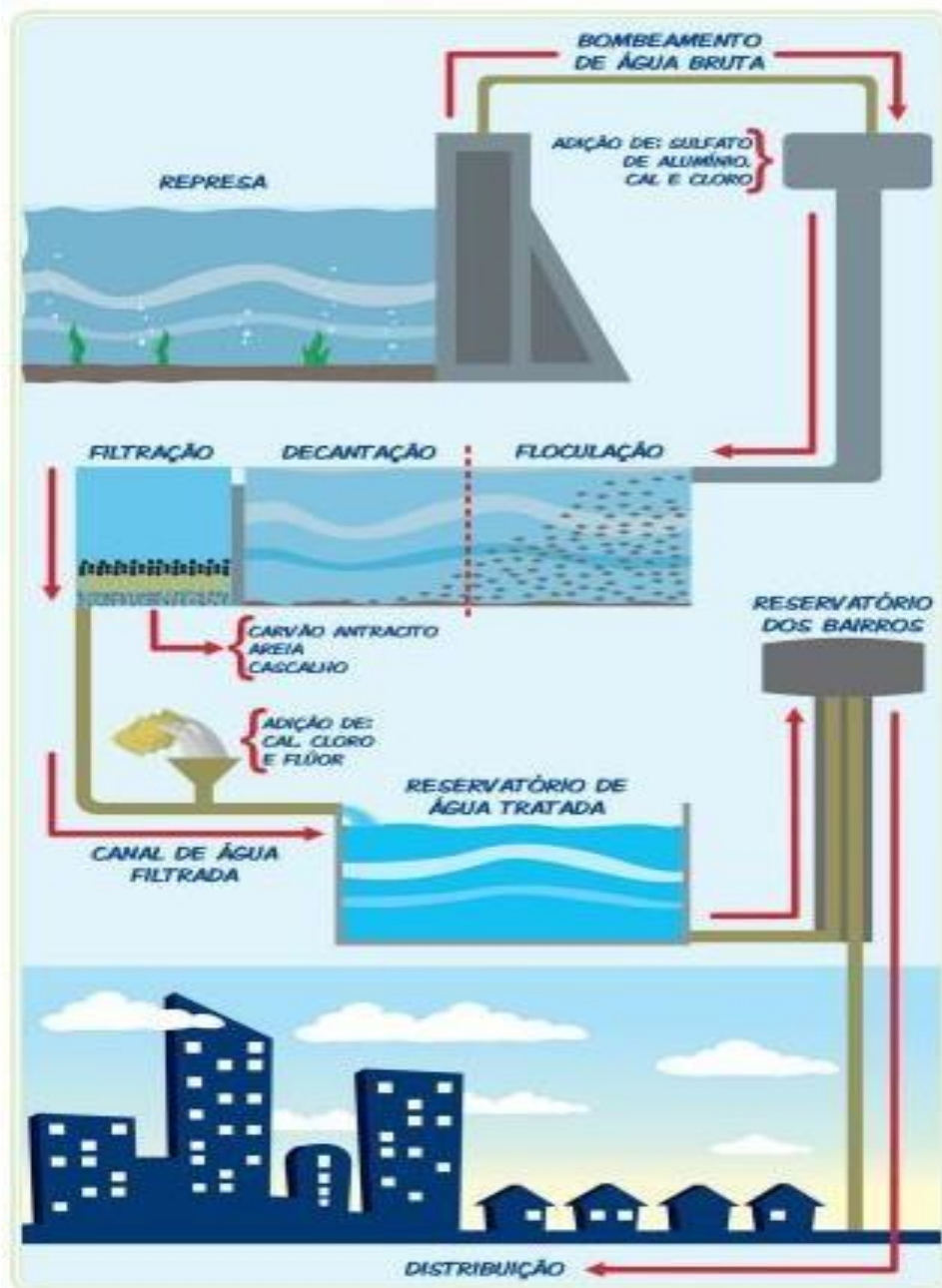
Como devemos tomar água?



Se tomarmos água sem nenhum dos cuidados acima, podemos ser contaminados por alguns micro-organismos.

Micro-organismo são seres vivos, só visíveis ao microscópio que podem causar doenças e prejudicar a saúde.

A água é purificada nas Estações de Tratamento.



Quando as alterações que dificultam a vida ocorrem no ar, falamos em poluição atmosférica. Quando ocorrem na água, poluição da água e, quando no solo, poluição do solo. A poluição é sempre ambiental, pois acaba sempre atingindo o ecossistema por isso precisamos sempre preservar a natureza para garantir a continuidade da vida.





## Atividade

01 Observe a ilustração e numere as fases abaixo de acordo com a sequência das etapas pelas quais a água passa dentro da estação de tratamento.

- As impurezas da água vão para o fundo do tanque.
- Em seguida, ela recebe cloro para matar os micróbios e flúor para proteger os dentes.
- A bomba retira a água dos rios.
- A água é enviada para outro tanque, onde passa por filtros.
- A água vai para um tanque, onde recebe produtos para agrupar a sujeira.
- A água sai tratada, vai para um reservatório, passa por canos e chega até nossas casas.

02 Encontre no caça-palavras abaixo os nomes dos fatores que poluem ou danificam a existência da água no mundo.

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

Desmatamento

Mineração

Fezes

Urina

Sabão

Papel

Lixo

Micróbios

Parasitas

Produto

Químico

Agrotóxicos

03 O que há mais em nosso planeta: água ou terra?

---

04 O que é água potável?

---



---



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA  DATA

NOME:

FASE  CÓDIGO BNCC



# Pronomes pessoais

Os **pronomes** são palavras que substituem os nomes.

Eles são muito úteis na escrita de textos, pois permitem que os nomes não se repitam constantemente.

Ex.: A **Joana** tem um computador novo.

**Ela** comprou-o em promoção.

Os pronomes pessoais são as palavras que substituem os nomes e indicam as pessoas que intervêm no discurso. Variam em gênero e número, de acordo com a palavra que substituem.

NÚMERO	PESSOA	RETOS
Singular	1ª	Eu
	2ª	Tu
	3ª	Ele (a)
Plural	1ª	Nós
	2ª	Vós
	3ª	Eles (as)



**01** Sublinhe nas frases os pronomes pessoais.

**A** Eles convidaram-nos para ir conosco à festa.

**B** Comigo vocês estão em segurança.

**C** Ele contou-lhe um segredo.

**02** Reescreva as frases substituindo as partes sublinhadas por pronomes pessoais.

**A** O Rui e a Carla cantaram uma canção.

---

**B** A Liliana comeu a fruta.

---

**C** Eu e a Maria somos os melhores alunos.

---

**D** O Francisco deu um livro ao amigo.

---

**03** Substitui as palavras destacadas pelos pronomes pessoais do quadro.

**A** O Nuno e a Sara são irmãos.

---

**B** A mãe deu aos filhos um gelado.

---

**C** Eu e a Margarida vamos ao jardim.

---

**D** O Marco comeu o bolo todo.

---

- Ele
- o
- Ela
- lhes
- Eles
- Nós

**04** Classifique os pronomes abaixo marcando na tabela a pessoa e o número.

PRONOME	1ª	2ª	3ª	SINGULAR	PLURAL
EU					
TU					
ELE/ELA					
NÓS					
VÓS					
ELES/ELAS					