ESCOLA MUNICIPAL MARQUÊS DE TAMANDARÉ

ATIVIDADES PEDAGÓGICAS COMPLEMENTARES

CADERNO 13

PROFESSOR (A): ANDREIA, GLAUCIANA,GISELI, RAFAEL, VINÍCIUS, SHEILE, MERLIN, PAULO.

ALUNO (A): _____.

TURMA: 7º ANO B

COMPONENTE CURRICULAR:
LÍNGUA PORTUGUESA
MATEMÁTICA
HISTÓRIA
PROJETO DE VIDA
GEOGRAFIA
ARTE
LÍNGUA INGLESA
EDUCAÇÃO FÍSICA
CIÊNCIAS DA NATUREZA

PERÍODO: 01-10 A 30-10-21

RETORNO DAS ATIVIDADES PARA UNIDADE ESCOLAR: 26-10-21

LADÁRIO, 2021.

QUERIDOS PAIS E/OU RESPONSÁVEIS

Com a nova realidade que acomete o mundo (o novo Coronavírus), a Rede Municipal de Educação precisou suspender momentaneamente as suas aulas. No entanto, preocupados com a aprendizagem dos alunos durante este período de distanciamento do ambiente escolar, lança o Caderno de Atividades Pedagógicas Complementares para que nossos alunos não se afastem dos estudos neste momento em que o distanciamento social se faz de extrema necessidade. Este caderno, não apenas traz atividades aos alunos, como traz também um foco muito importante, o de conscientizar alunos e toda comunidade, a respeito do COVID-19 (Coronavírus). Segundo dados atualizados, metade dos alunos do mundo, encontram-se fora das escolas, totalizando mais de 1 bilhão de estudantes em 115 países, desde a Educação Infantil até o Ensino Superior, por causa da proliferação da COVID-19, doença causada por esse agente patogênico.

PERÍODO:04/10,05/10,06/10,07/10,18/10,19/10,20/10,21/10,25/10,26/10,27/10 Segunda feira,terça,quarta feira,quinta feira

LÍNGUA PORTUGUESA

CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA: MSEFLP48

CONTEÚDO: Poemas

ATIVIDADE

TEMPESTADE

- Menino, Vem Para Dentro,
Olha A Chuva Lá Na Serra,
Olha Como Vem O Vento!

- Ah! Como A Chuva É Bonita
E Como O Vento É Valente!

- Não Sejas Doido, Menino,
Esse Vento Te Carrega,
Essa Chuva Te Derrete!

- Eu Não Sou Feito De Açúcar
Para Derreter Na Chuva.
Eu Tenho Força Nas Pernas
Para Lutar Contra O Vento!

E Enquanto O Vento Soprava
E Enquanto A Chuva Caía,
Que Nem Um Pinto Molhado,
Teimoso Como Ele Só:
- Gosto De Chuva Com Vento,
Gosto De Vento Com Chuva

(Henriqueta Lisboa)



https://www.istockphoto.com/br/foto/guarda-chuva-vermelho-proteger-uma-casa-de-brinquedo-em-fundo-branco-seguro-e-conceito-gm870233892-145003937

1- Quem é, provavelmente, a pessoa que chama o menino para dentro?

_____

2- O menino não tinha medo de chuva. Por que?

_____

3- Quando diziam a ele "... Essa chuva te derrete! , o que ele respondia?

_____

_____

4- Quando diziam: "Esse vento te carrega ...", o que ele respondia?

_____

_____

5- Cada linha de um poema chama-se verso. Quantos versos tem o poema que você leu?

_____

6- Cada grupo de versos chama-se estrofes no poema "Tempestade"?

_____

_____

7- Pela primeira estrofe do poema percebemos que a chuva ainda não começará.
Copie os versos em que aparece essa afirmativa:

_____

_____

_____

_____

8- Apesar de achar que o vento é valente, sabe se defender dele. Como?

_____

_____

9- Agora é a sua vez de escrever uma poesia. Use a criatividade.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REFERÊNCIA: https:// www.tudosaladeaula.com

PERÍODO: 01/10 a 30/10 - 01/10 sexta, 05/10 terça, 06/10 quarta, 07/10 quinta, 08/10 sexta, 19/10 terça, 20/10 quarta, 21/10 quinta, 22/10 sexta, 26/10 terça, 27/10 quarta, 28/10 quinta e 29/10 sexta.

MATEMÁTICA

CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA: (MS.EF07MA02)

CONTEÚDO: Porcentagem (reforço), porcentagem com descontos e porcentagem com acréscimo.

ATIVIDADE

1. Calcule:

a) 30% de 1500.
b) 12% de 120.
c) 27% de 900.
d) 55% de 300.
e) 98% de 450
f) 25% de 200
g) 15% de 150
h) 50% de 1200
i) 38% de 389
j) 12% de 275

3. Sabendo que 45% de um número equivalem a 36, determine esse número.

R:

4. Em uma turma de 40 alunos, 45% são meninos. Quantos meninos e meninas há na turma?

R:

5. Segundo o censo do IBGE, em 2010, o Brasil tinha 147,4 milhões de pessoas com 10 anos ou mais que eram alfabetizadas, o que correspondia a 91% da população nessa faixa etária. Determine o número de brasileiros com 10 anos ou mais em 2010.

R:

6. Uma televisão que custava R$900,00 teve um aumento de R$50,00. Qual foi o percentual de aumento?

R:

7. Um terreno que custava R$50.000,00 há dois anos teve uma valorização de 16,5% nos últimos 24 meses. Qual o valor atual do terreno?

R:

8. Uma loja de eletrodomésticos dá 10% de desconto para pagamentos à vista. Nesse caso, quanto se paga à vista por uma geladeira cujo preço original é R$1.200,00?

R:

9. Uma aplicação financeira rende 8,5% ao ano. Investindo R$700,00 nessa aplicação, que montante uma pessoa terá após um ano?

R:

10. Na cidade de Coimbra, 6% dos habitantes são analfabetos. Os habitantes que sabem ler são 150.400 pessoas. Quantos indivíduos moram nesta cidade?

R:

REFERÊNCIA: https://sabermatematica.com.br/lista-de-exercicios-porcentagem.html

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Avenida 14 de Março, 656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educação@ladario.ms.gov
Telefone para contato: 67 3226 2034

PERÍODO:01/10/21 a 31/10/21 - Segunda e Terça- Feira (Dias: 04/10, 05/10, 18/10, 19/10, 25/10, 26/10)

HISTÓRIA

CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA: (MS.EF07HI11.s.14)

CONTEÚDO: Os Jesuítas na América Portuguesa/As rebeliões Nativista

ATIVIDADE

1. **A Ordem Jesuíta foi claramente inspirada em sua forma de organização nas estruturas militares da Idade Moderna. Inclusive seu fundador foi um militar ferido em combate, cujo nome era:**



https://www.gazetadenatal.com.br/noticia/385/os-jesutas

(a) José de Anchieta
(b)Manoel da Nóbrega
(c) António Vieira
(d) Inácio de Loyola
(e) Marquês de Pombal

2. **A Companhia de Jesus foi uma ordem religiosa fundada por Inácio de Loyola no século XVI, que exerceu forte influência em diversas áreas coloniais controladas por europeus entre os séculos XVI e XVIII. Apesar de ter sido uma ordem religiosa muito próxima aos clérigos poderosos do Vaticano, somente no século XXI conseguiu fazer com que um de seus membros se tornasse papa**.

Qual foi esse papa?

(a) João Paulo II.
(b) Francisco I.
(c) Pio XII.
(d) Bento XVI.
(e) João XXIII

3. **A elevação de Recife à condição de vila; os protestos contra a implantação das Casas de Fundição e contra a cobrança de quinto; a extrema miséria e carestia reinantes em Salvador, no final do século XVIII, foram episódios que colaboraram, respectivamente, para as seguintes sublevações coloniais:**

(a) Guerra dos Emboabas, Inconfidência Mineira e Conjura dos Alfaiates.
(b) Guerra dos Mascates, Motim do Pitangui e Revolta dos Malês.
(c) Conspiração dos Suassunas, Inconfidência Mineira e Revolta do Maneta.
(d) Confederação do Equador, Revolta de Felipe dos Santos e Revolta dos Malês.
(e) Guerra dos Mascates, Revolta de Felipe dos Santos e Conjura dos Alfaiates.

4. A Guerra dos Emboabas (1707-1709) e a Inconfidência Mineira (1789) foram revoltas ocorridas no Brasil. Sobre elas, assinale a alternativa correta:

(a) Ambas tinham o objetivo de separar o Brasil de Portugal e ocorreram na região da mineração.

(b) A primeira é considerada uma revolução separatista e mais radical do que a segunda, tendo ocorrido na região de São Paulo e liderada pelos Bandeirantes.

(c) Tanto a primeira como a segunda foram influenciadas pelas ideias iluministas e pela independência das Treze Colônias inglesas, mas só a segunda teve êxito nos seus objetivos.

(d) A primeira foi bem-sucedida, garantindo aos paulistas a posse da região da mineração, enquanto a segunda foi reprimida pela Coroa portuguesa antes de acontecer.

(e) Ambas ocorreram na mesma região do Brasil, contra a dominação portuguesa na área da mineração, no entanto, somente a segunda teve influência das ideias iluministas europeias.



https://beduka.com/blog/materias/historia/o-que-foi-a-guerra-dos-emboabas/



https://pt.wikipedia.org/wiki/Inconfid%C3%AAncia_Mineira

REFERÊNCIA:https://exercicios.brasilescola.uol.com.br/exercicios-historia-do-brasil/exercicios-sobre-as-revoltas-nativistas.htm

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Avenida 14 de Março, 656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educação@ladario.ms.gov
Telefone para contato: 67 3226 2034

PERÍODO:01/10/21 a 31/10/21 - DIAS: 06/10, 07/10, 20/10, 21/10, 27/10 e 28/10

GEOGRAFIA

CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA: (MS.EF07GE10.s.11)

CONTEÚDO: Formas de representação e pensamento espacial / Mapas temáticos do Brasil

ATIVIDADE

1. Quais são os elementos primordiais para a correta leitura dos mapas?

_____

_____

_____

2. Sobre a técnica de criação e projeção de mapas, assinale o que for incorreto:

(a) As projeções cartográficas são técnicas de representação do globo esférico da superfície terrestre em um plano, por isso, sempre haverá distorções.

(b) Mapas temáticos são mapas especializados em um determinado tema, como áreas industriais, relevo, hiposometria, clima, dentre outros.

(c) Os símbolos cartográficos podem variar entre zonas, lineares e pontuais.

(d) Legenda é a parte de um mapa responsável por apontar a proporção entre a superfície real e a representação gráfica dessa superfície.

(e) Os SIG's (Sistemas de Informações Geográficas) são resultado da união entre as técnicas milenares da Cartografia e as inovações gráficas e tecnológicas.

3. Explique a relação do tamanho de uma escala com a área representada e o nível de detalhamento dos mapas.

_____

_____

_____

_____

_____

4. Rochas, relevo e solos são temas respectivos dos seguintes mapas:

(a) pedológico, geomorfológico e geológico.

(b) litológico, pedológico e geomorfológico.

(c) geomorfológico, topográfico e fitoecológico.

(d) geológico, geomorfológico e pedológico.

5. Sobre a localização do Brasil nas representações gráficas da Terra, assinale o que for correto.

(a) O Brasil se encontra em apenas um hemisfério: o Sul.

(b) O Brasil está localizado em dois hemisférios diferentes, a maior parte no hemisfério norte e uma pequena parte no hemisfério sul.

(c) O Brasil está localizado em três hemisférios diferentes.

(d) O Brasil está localizado em quatro hemisférios diferentes.

(e) O Brasil não é cortado por nenhuma das duas principais linhas imaginárias da Terra: o Meridiano de Greenwich e a Linha do Equador.

REFERÊNCIA: Torrezani, Neiva Camargo Vontade de saber geografia, Neiva Camargo Torrezani. – 2. ed. – São Paulo : FTD, 2015.

PERÍODO:01/10/21 a 31/10/21

CIÊNCIAS DA NATUREZA

CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA: EF07CI12

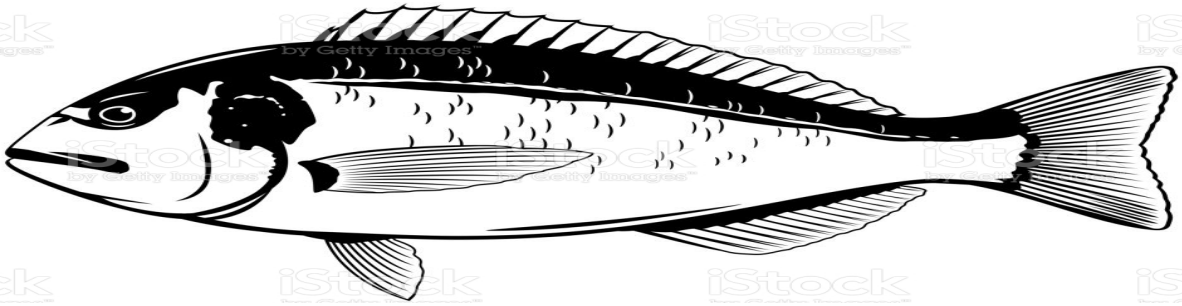
CONTEÚDO:OS PEIXES

ATIVIDADE

Os peixes representam a maior classe em número de espécies conhecidas entre os vertebrados. Acredita-se que os peixes tenham surgido por volta de 500 milhões de anos atrás. Mas como eles se distribuem pelo planeta?

Os peixes ocupam as águas salgadas dos mares e oceanos e as águas doces dos rios, lagos e açudes. Nesse grupo, existem cerca de 24 mil espécies, das quais mais da metade vive em águas salgadas. O tamanho médio dos peixes pode variar de um centímetro a até cerca de 18 metros.

Provavelmente, foram os primeiros vertebrados a surgir na Terra, e eram pequenos, sem mandíbula, tinham coluna vertebral cartilaginosa e uma carapaça revestindo seus corpos. Na evolução, houve uma série de adaptações que representaram aos peixes melhores condições de sobrevivência em seu habitat - não ter couraça pesada, ser nadadores velozes, ter mandíbulas e poder morder.



https://www.istockphoto.com/br/vetor/sparus-aurata-peixe-preto-e-branco-gm1056665122-282389351

Características que favorecem a vida na água

Os peixes apresentam várias características que favorecem o desempenho de suas atividades no ambiente em que vivem. Entre elas, destacam-se:

- corpo com formato, em geral, hidrodinâmico, isto é, achatado lateralmente e alongado, o que favorece seu deslocamento na água;
- presença de nadadeiras, estruturas de locomoção que, quanto à localização, podem ser peitorais, ventrais, dorsais, caudais e anais;
- corpo geralmente recoberto por escamas lisas, cuja organização diminui o atrito com a água enquanto o animal se desloca; além disso , a pele é dotada de glândulas produtoras de muco, o que também contribui para diminuir o atrito com a água;
- musculatura do tronco segmentada, o que permite a realização de movimentos ondulatórios.

A temperatura corporal

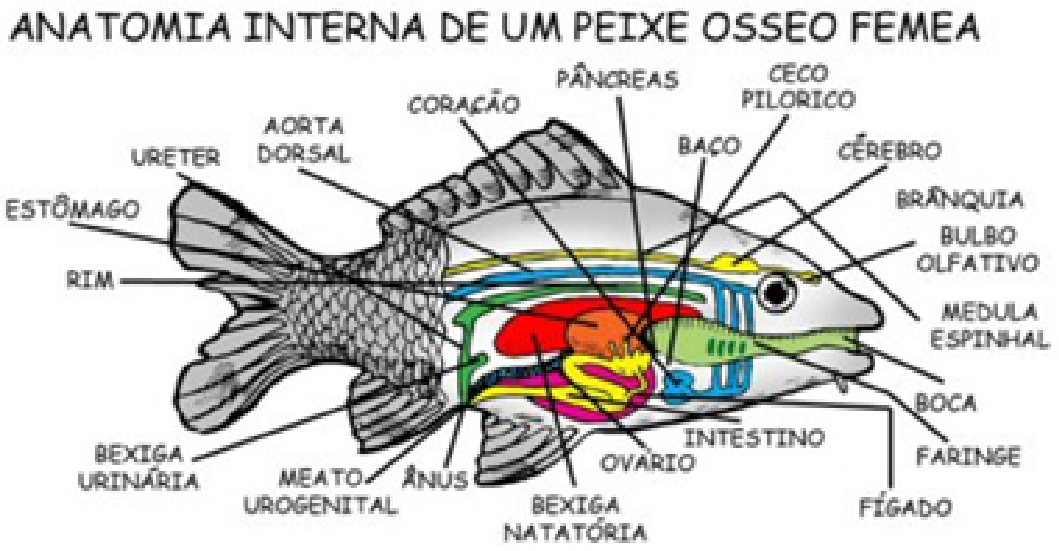
Os peixes são animais pecilotérmicos. Isso significa que a temperatura do seu corpo varia de acordo com a do ambiente. A temperatura do corpo dos peixes em geral mantém-se mais ou menos próxima à temperatura ambiental.

Respiração e circulação de sangue

A maioria dos peixes respira por meio de brânquias, também conhecidas como guelras. A água entra continuamente pela boca do peixe, banha as brânquias e sai pelas aberturas existentes de cada lado da cabeça.

Nas brânquias, onde existem muitos vasos sanguíneos, o gás oxigênio dissolvido na água passa para o sangue. Ao mesmo tempo, o gás carbônico que se forma no organismo do animal e que está no sangue passa para a água, sendo eliminado do corpo.

O coração dos peixes tem duas cavidades - um átrio e um ventrículo - e por ele circula apenas sangue não-oxigenado. Depois de passar pelo coração, o sangue não oxigenado vai para uma artéria e daí para as brânquias, onde recebe gás oxigênio. A seguir, esse sangue, agora oxigenado, é distribuído para todos os órgãos do corpo do animal.



Alimentação e digestão

Alguns peixes são herbívoros, alimentando-se principalmente de algas. Outros são carnívoros, e alimentam-se de outros peixes e de animais diversos, como moluscos e crustáceos.

Nas zonas abissais - os grandes abismos oceânicos, destituídos de luz -, onde os seres fotossintetizantes não sobrevivem, há muitos peixes detritívoros, que se alimentam de restos orgânicos oriundos da superfície iluminada, e também peixes carnívoros.

O sistema digestório dos peixes é constituído de boca, faringe, esôfago, estômago e intestino, além de glândulas anexas, como o fígado e o pâncreas.

1) Os peixes são animais aquáticos e pecilotérmicos divididos em dois grandes grupos: Condríctios e Osteíctios. Qual o tipo de sustentação do corpo dos Condríctios?

(A) quitina
(B) osso
(C) cartilagem
(D) calcário

2) Os peixes são animais:
(A) que mantém a temperatura constante.
(B) com esqueleto ósseo e cartilaginoso.
(C) com respiração pulmonar.
(D) com circulação aberta.

3) Os peixes:
(A) têm forma hidrodinâmica.
(B) são todos aerodinâmicos.
(C) têm corpo alongado e cabeça delimitada.
(D) são todos fusiformes.

4) Os peixes respiram:
(A) por brânquias
(B) por traqueias
(C) por pulmões
(D) pela pele

5) Na maioria dos peixes ósseos o órgão responsável pela manutenção do equilíbrio hidrostático com o meio é denominado:

A) bexiga natatória.
B) brânquias.
C) nadadeira caudal.
D) linha lateral.

REFERÊNCIA: www.blogciencias.com.br

PERÍODO: 06/10 Quarta-feira 08/10 Sexta-feira 20/10 Quarta-feira 22/10 Sexta-feira 27/10 Quarta-feira 29/10 Sexta-feira

INGLÊS

CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA:(MS.EF07LI04.s.04)

CONTEÚDO: Compreensão de textos orais de cunho descritivo ou narrativo

ATIVIDADE DE INTERPRETAÇÃO E COMPREENSÃO DE TEXTO (FABLE): FÁBULA

Leia o texto para responder às questões:

The lion and the mouse

A lion, tired of hunting, slept stretched out under the good shade of a tree. Mice came strolling over him and he woke up. Everyone managed to escape, except one, which the lion trapped under his paw. Both the mouse asked and begged that the lion gave up on crushing him and let him go. Some time later the lion was trapped in a hunters' net. Failing to let go, he made the entire forest tremble with his roars of rage. At that, the mouse appeared, and with its sharp teeth he gnawed at the ropes and released the lion.

Moral: One good deed wins another.

1. The gender of the text is
a) fable.
b) news.
c) poem.
d) chronic.

2. The lion, after hunting, was
a) cheerful.
b) happy.
c) sad.
d) tired.

3. The lion slept under
a) a hut.
b) a building.
c) a bridge.
d) a tree.

4. Who did wake up the lion?
a) Cats.
b) The dogs.
c) The rats.
d) A snake.

5. The hunters managed to catch the lion through
a) a network.
b) a hole.
c) a rope.
d) a weapon.

6. The lion managed to awaken the forest through his
a) howling.
b) teeth.
c) fingers.
d) singing.

7. The lion was saved by
a) cat**.**
b) calf.
c) rat.
d) tiger.

8. The text brings the reader
a) a doubt.
b) a reflection.
c) an order.
d) an appeal

Leia o poema abaixo para responder às questões:

GUESSING GAME



Whose smile is this?
It's mine, said the little girl.
It's not, said the little boy.

Whose kiss is this?
It's hers, said the mom.
It's not, said the little boy.

Whose hug is this?
It's his, said the grandma.
It's not, said the little boy.

Why? Asked the girl, the mom and the grandma.
And the little boy replied,

The smile, the kiss and the hug are ours,
We can all use them to show love.

9. A palavra que pode resumir a mensagem que o texto traz é

(a) Nature. (b) Love. (c) Human Body. (d) Sadness.

10. Traduzir o poema.

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____



REFERÊNCIA: https://www.tudosaladeaula.com/2020/12/compreensaoinlgesdepoema.ht

QUARTA-FEIRA: 04/10/2021-18/10/2021 e 25/10/2021.

ARTE

CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA:(MS.EF69AR02.s.02) (MS.EF69AR04.s.04) (MS.EF69AR06.s.06) -

CONTEÚDO: GRAFITE. PICHAÇÃO.

ATIVIDADE

*__Grafite__ ou __Grafito__ (do italiano graffiti, plural de graffito) é o nome dado às inscrições feitas em paredes,desde o império romano.

*Considera-se __grafite__ uma inscrição caligrafada ou um desenho pintado ou gravado sobre um suporte que não é normalmente previsto para esta finalidade. por muito tempo visto como um assunto irrelevante ou mera contravenção,atualmente o grafite já é considerado como forma de expressão incluída no âmbito das artes visuais,mais especificamente,da street art ou arte urbana - em que o artista aproveita os espaços públicos,criando uma linguagem intencional para interferir na cidade. entretanto ainda há quem não concorde,equiparando o grafite à pichação.

*__Grafitar__ prédios públicos ou privados,sem autorização dos respectivos proprietários,é atividade proibida por lei em vários países.



REFERÊNCIA:https://1.bp.blogspot.com/-dJq84-Sidw4/T10r3GpmgcI/AAAAAAAAAuk/ToUg0bdBMZc/s280/0008+-+(Setembro+de+2010)+Paula.jpg

Faça um grafite usando o seu próprio nome. pinte e monte com cores que representam a natureza ao amanhecer.

2-) Arte grafite

Diferença entre grafite e pichação.

***O grafite** é considerado uma arte de rua.

***A pichação** não é considerada uma arte, e sim uma atitude de vandalismo, a prática de pichar pode levar uma pessoa à cadeia durante muito tempo.

*A mais recente arma contra a ação dos pichadores é o artigo 65 da lei dos crimes ambientais ,número 9.605/98,existente desde 1998 e que estabelece punição de três meses a um ano de cadeia e pagamento de multa.



Pesquise uma pichação e cole aqui neste espaço. coloque a fonte de onde tirou a imagem para melhor avaliação do seu trabalho.

REFERÊNCIA:https://images.educamaisbrasil.com.br/content/banco_de_imagens/guia-de-estudo/D/pichacao.jpg

PERÍODO : Sexta-feira - De 01 a 30 de outubro de 2021.

PROJETO DE VIDA

CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA: EI03EO01

CONTEÚDO: O QUE É CARÁTER.

ATIVIDADE

O QUE É CARÁTER E QUAL SUA IMPORTÂNCIA NA VIDA DE UMA PESSOA?

De acordo com o dicionário, a palavra caráter significa uma qualidade distinta, índole, gênio e dignidade. Ou seja: ou você tem ou você não tem caráter.

Ter caráter não é um diferencial competitivo ou uma qualidade profissional. É um pré-requisito para qualquer pessoa ser aceita não apenas num emprego, mas em qualquer círculo social.

Qual a diferença entre caráter e personalidade?

Em alguns contextos, caráter e personalidade são utilizados como sinônimos. Apesar das semelhanças, é possível identificar alguns aspectos que diferem essas duas palavras.

O conceito de caráter é definido pelo conjunto de traços morais e éticos de um indivíduo. Em termos gerais, o caráter define a índole da pessoa e como ela rege as suas atitudes, dentro dos parâmetros da honestidade e do respeito ao próximo.

Assim, quando afirmamos que alguém tem caráter, é porque essa pessoa apresenta traços de honestidade, sensatez e senso de justiça. Em contrapartida, um indivíduo sem caráter é aquele mais propenso a realizar atitudes que podem prejudicar outras pessoas em benefício próprio.

O conceito de personalidade é mais abrangente pois determina as características gerais da mente de uma pessoa, não apenas no âmbito moral, como é o caso do caráter.

A personalidade de uma pessoa leva em consideração a sua maneira única de pensar, sentir e agir em relação ao mundo que a cerca. Isso inclui o seu temperamento, a gestão de suas emoções, suas competências e habilidades, suas motivações e valores de vida, sua autoestima, enfim, seu modo de ser. Assim, pode-se dizer que o caráter é um dos aspectos que compõem a personalidade de alguém.

Como o caráter se forma e se desenvolve?

Segundo especialistas, o caráter, assim como a personalidade, é influenciado geneticamente. Isso significa que nós tendemos a ser e agir de forma semelhante à de nossos antepassados.

Ainda na infância, os traços de caráter são percebidos, ainda de forma bruta. Quando a criança começa a conviver com seus familiares e colegas, ela passa a entender que cada pessoa tem o seu espaço, e que é preciso respeitá-las. Ela compreende que as suas atitudes têm impacto direto na vida daqueles com quem ela convive, e, a partir dessa interação, passa a entender o que é certo e o que é errado.

A família, a escola, a religião, entre outras instituições que façam parte da vida de um indivíduo ajudam a formar esse caráter, por meio do ensino de seus valores. No entanto, quando cresce, a pessoa desenvolve o seu próprio senso crítico (resultado de tudo aquilo que já viveu) e passa a tomar suas próprias decisões, identificando quais crenças ainda fazem sentido para si e quais já não fazem.

O caráter na vida pessoal e na vida profissional

Em âmbito pessoal, uma pessoa de caráter é aquela que vai dizer a verdade, ser justa com aqueles ao seu redor, valorizar seus amigos e familiares, ajudar a quem puder, manifestar gratidão por aqueles que a ajudaram; além de ser gentil, altruísta e empática. São pessoas confiáveis, que assumem a responsabilidade por seus atos, desculpam-se por seus erros e mantém a lealdade a seus familiares, amigos e parceiros amorosos.

Em âmbito profissional, o indivíduo com caráter é aquele que vai procurar progredir em cargos e ganhos financeiros por meio do estudo, do empenho e do talento. Jamais explorará as habilidades de outras pessoas, tomará créditos dos outros para si ou prejudicará alguém para beneficiar-se disso.

ATIVIDADE

Após ler e refletir sobre o conceito de caráter, responda:

a) Quais são os valores nos quais você se apoia e que irão orientá-lo(a) no caminho para a realização dos seus sonhos?

(Lembre-se que os valores são as suas convicções e crenças que nortearão as suas decisões. Por isso, devem estar presentes em você. Exemplo: o respeito.)



https://www.mensagenscomamor.com/mensagem/509615

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

b) Todas as minhas decisões têm como base os seguintes valores:

_____
_____
_____
_____

Bom trabalho!

REFERÊNCIA:

Disponível em: O que é caráter e qual sua importância na vida de uma pessoa? - Portal (ibccoaching.com.br) – Acesso: 29/09/2021.
Disponível em: PROJETO DE VIDA 1° série C – E.E. Prof. José Benedito Leite Bartholomei (wordpress.com). Acesso: 28/09/2021.
BNCC/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf.

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL
MUNICÍPIO DE LADÁRIO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Avenida 14 de Março, 656 – Centro – Ladário – MS – CEP: 79370-000
Endereço Eletrônico: educação@ladario.ms.gov
Telefone para contato: 67 3226 2034

PERÍODO: Quarta Feira (06/10; 20/10; 27/10) Quinta Feira (07/10; 21/10; 28/10)

EDUCAÇÃO FÍSICA

CÓDIGO DA HABILIDADE TRABALHADA: MS.EF67EF06

CONTEÚDO: Esportes de Marca - Ciclismo

ATIVIDADE

Ciclismo é um esporte praticado com uma bicicleta. O praticante desse esporte é chamado ciclista. Em uma competição de ciclismo, o objetivo do corredor é concluir o percurso da prova antes dos demais competidores. O ciclismo é uma atividade física rítmica (que repete o mesmo movimento diversas vezes). O esporte ajuda a desenvolver o sistema cardiovascular, na perda de gordura, na melhora da força e resistência dos músculos das pernas. O ciclismo começou como esporte, na Inglaterra durante o século XIX. Desde essa época, as bicicletas foram aperfeiçoadas para alcançar grande velocidade. A primeira grande prova de ciclismo foi realizada em 1869, e tinha uma distância de 123 km entre Paris-Rouen. O ciclismo participou em 1896, da estreia dos Jogos Olímpicos na era moderna.



https://br.pinterest.com/pin/680184349953558147/?amp_client_id=CLIENT_ID(_)&mweb_unauth_id={{default.session}}&simplified=true

PRINCIPAIS CATEGORIAS

- Provas em pistas (feitas de madeira ou concreto, com inclinação de 41° nas curvas e com 250 m de extensão).
- Provas em estradas.
- BMX.
- Provas em montanhas ou MTB.

CICLISMO DE ESTRADA	CICLISMO DE PISTA
No ciclismo de estrada, há duas modalidades: estrada e contrarrelógio. Há também as provas especiais chamadas Grandes Voltas. A prova de estrada é uma corrida de equipe e resistência. A prova é disputada nas ruas e em circuitos e tem um longo percurso. Trajeto de 250km a 280km para os homens e 100km a 140km para as mulheres. As grandes voltas são uma sequência de 21 disputas, nas quais o ciclista com melhor tempo somado em todas as etapas é o grande vencedor. Existem três grandes voltas no Pro-Tour: Giro d'Itália, Tour de France e Vuelta a Espanha.	O Ciclismo de Pista é uma modalidade derivada do ciclismo de estrada, mas realizada em pistas construídas exclusivamente para a sua disputa, os velódromos. A construção tem forma oval, e os extremos das pistas são inclinados para que as voltas possam ser completadas sem perda de aceleração. Em Jogos Olímpicos e nas principais competições, a pista é feita de madeira. Porém, há também velódromos com pistas de concreto. As bicicletas da pista não possuem freio e contam com apenas uma marcha. Devido a alta velocidade atingida pelos atletas durante as provas, o uso do freio poderia causar acidentes e apresentar grande risco aos competidores. Se houver a necessidade de frear, o ciclista precisa pedalar para trás, o que provoca a desaceleração da bicicleta. A disputa da velocidade individual, ou sprint individual, envolve dois ciclistas, no estilo um contra um. Os dois oponentes largam próximos e dão duas voltas. Ao entrar na terceira volta, é tocado um sino indicando que aquela volta é pra valer.

EXERCÍCIO

1 - O que é ciclismo?

2 - Qual o benefício do ciclismo?

3 - Quais as principais categorias do ciclismo?

4 - Quais são as modalidades do ciclismo de estrada?

5 - O que é ciclismo de pista?

REFERÊNCIA: https://www.infoescola.com/esportes/ciclismo/