



ATIVIDADES COMPLEMENTARES - TURMA: 2ª FASE

Professora	Celina Pereira Mancuelho
Disciplina	Língua Portuguesa
Período	03/08 à 28/08/2020

1ª-PRIMEIRA SEMANA - 03/08 à 07/08/2020

PANQUECA

INGREDIENTES

- 2 XÍCARAS (CHÁ) DE FARINHA DE TRIGO
- 2 XÍCARAS (CHÁ) DE LEITE
- 3 OVOS
- 1 PITADA DE SAL



MODO DE PREPARO

1. BATA TODOS OS INGREDIENTES NO LIQUIDIFICADOR POR 2 MINUTOS.
2. EM SEGUIDA DESLIGUE E, COM UMA COLHER, MISTURE A FARINHA QUE GRUDOU NO COPO DO LIQUIDIFICADOR.
3. BATA NOVAMENTE SÓ PARA MISTURAR E RESERVE.
4. UNTE A FRIGIDEIRA COM UM FIO DE ÓLEO E LEVE AO FOGO ATÉ AQUECER.
5. COM O AUXÍLIO DE UMA CONCHA, PEGUE UMA PORÇÃO DE MASSA E COLOQUE NA FRIGIDEIRA, GIRE A FRIGIDEIRA PARA ESPALHAR BEM A MASSA.
6. ABAIXE O FOGO E DEIXE DOURAR POR BAIXO, EM SEGUIDA VIRE DO OUTRO LADO E DEIXE DOURAR, REPITA O PROCESSO COM TODA A MASSA.

AULA-1: A RECEITA ACIMA É UM **TEXTO INSTRUCIONAL**. OU SEJA, É UM TIPO DE TEXTO QUE DÁ INSTRUÇÃO PARA FAZER ALGO. ESSA RECEITA ESTÁ SEPARADA EM DUAS PARTES. QUE PARTES SÃO ESSAS?

AULA-2: QUAL É O TÍTULO DO TEXTO?

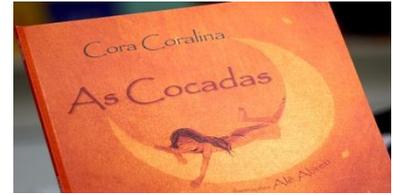
AULA-3: PROCURE NO TEXTO OS DÍGRAFOS. OU SEJA, PALAVRAS COM: **CH, SS, QU, LH, GU**. E ESCREVA AQUI:

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**



2ª-SEGUNDA SEMANA - 10/08 à 14/08/2020

AS COCADAS



EU DEVIA TER NESSE TEMPO DEZ ANOS. ERA MENINA PRESTIMOSA E TRABALHADEIRA À MODA DO TEMPO. TINHA AJUDADO A FAZER AQUELA COCADA. TINHA AREADO O TACHO DE COBRE E RALADO O COCO. ACOMPANHEI RENTE À FORNALHA TODO O SERVIÇO, DESDE A ESCUMAÇÃO DA CALDA ATÉ A APURAÇÃO DO PONTO. VI QUANDO FOI BATIDA E ESTENDIDA NA TÁBUA, VI QUANDO FOI CORTADA EM LOSANGOS.

SAIU UMA COCADA MORENA, DE PONTO BRANDO ATRAVESSADA DE PAUS DE CANELA CHEIROSA. O COCO ERA GORDO, CARNUDO E LEITOSO, O DOCE FICOU EXCELENTE. MINHA PRIMA ME DEU DUAS COCADAS E GUARDOU TUDO MAIS NUMA TERRINA GRANDE, FUNDA E DE TAMPA PESADA. BOTOU NO ALTO DA PRATELEIRA. DUAS COCADAS SÓ... EU ESPERAVA QUATRO E COMERIA DE UMA ASSENTADA OITO, DEZ, MESMO.

DIAS SEGUIDOS NAMOREI AQUELA TERRINA, INACESSÍVEL. DE NOITE, SONHAVA COM AS COCADAS. DE DIA AS COCADAS DANÇAVAM PEQUENAS PIRUETAS NA MINHA FRENTE.

CORA CORALINA, SÃO PAULO: GLOBAL, 2007.

AULA-1: QUAL É O TÍTULO DESSE TEXTO?

AULA-2: ESCREVA O NOME DA AUTORA DO TEXTO:

AULA-3: VOCÊ NOTOU QUE HÁ NO TEXTO, PALAVRAS SUBLINHADAS? PROCURE O SIGNIFICADO DESSAS PALAVRAS NO DICIONÁRIO OU NA INTERNET E ESCREVA AQUI:



3ª-TERCEIRA SEMANA - 17/08 à 21/08/2020

APÓS LER O TEXTO DE CORA CORALINA, VAMOS ENTENDER MELHOR:

O TEXTO QUE VOCÊ LEU É UMA **NARRATIVA**. AS NARRATIVAS SÃO SEQUÊNCIAS DE ACONTECIMENTOS REAIS OU IMAGINÁRIOS.

AULA-1: MARQUE A RESPOSTA CERTA. QUE TIPO DE TEXTO VOCÊ LEU?

- UM TEXTO QUE ENSINA A FAZER ALGO.
 UM POEMA, COM VERSOS E RIMAS.
 UMA HISTÓRIA COM UMA SEQUÊNCIA DE ACONTECIMENTOS.

AULA-2: QUAL É A IMPRESSÃO DA MENINA SOBRE AS COCADAS? MARQUE A RESPOSTA CERTA:

- ERA UMA COCADA DE PONTO DURO E ESCURA.
 ERA UMA COCADA MORENA, DE PONTO BRANDO.
 ERA UMA COCADA CLARINHA E MOLE.

AULA-3: A MENINA FICOU SATISFEITA COM A QUANTIDADE DE COCADA QUE GANHOU? COPIE DO TEXTO A PARTE QUE COMPROVA A SUA RESPOSTA:

4ª-QUARTA SEMANA - 24/08 à 28/08/2020

CLASSIFICAÇÃO SILÁBICA QUANTO AO SEU NÚMERO

MONOSSÍLABA – É QUANDO A PALAVRA 'SÓ UMA SÍLABA.

DISSÍLABA – A PALAVRA É FORMADA POR DUAS SÍLABAS

TRISSÍLABA – FORMADA POR TRÊS SÍLABAS

POLISSÍLABA – É QUANDO NA PALAVRA HÁ MAIS DE TRÊS SÍLABAS

AULA-1: SEPRE AS SÍLABAS DA PALAVRA **COCO**:

AULA-2: AGORA, CLASSIFIQUE A MESMA PALAVRA QUANTO AO NÚMERO DE SÍLABAS EM: MONOSSÍLABA, DISSÍLABA, TRISSÍLABA OU POLISSÍLABA:

AULA-3: PROCURE NO TEXTO, UM EXEMPLO DE PALAVRA **TRISSÍLABA**, E ESCREVA AQUI.

Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.

Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).



ATIVIDADES COMPLEMENTARES - TURMA: 2ª FASE

Professora	Celina Pereira Mancuelho
Disciplina	Matemática
Período	03/08 à 28/08/2020

1ª-PRIMEIRA SEMANA - 03/08 à 07/08/2020

LEIA AS SEGUINTEs QUESTÕES E RESOLVA AS SITUAÇÕES-PROBLEMAS:

AULA-1: MARIANA COMPROU MORANGOS. EM CADA CAIXA TINHA 30 MORANGOS. ELA COMPROU 3 CAIXAS. COM QUANTOS MORANGOS ELA FICOU?

CÁLCULO	RESPOSTA
	

AULA-2: A MÃE DE DAVI DEU A ELE 2 DÚZIAS DE GIBIS. ELE DIVIDIU IGUALMENTE COM SEU IRMÃO. COM QUANTOS GIBIS CADA MENINO FICOU?

CÁLCULO	RESPOSTA
	

AULA-3: RAFAEL COMPROU UM CELULAR EM TRÊS PRESTAÇÕES DE R\$ 300,00. QUANTOS RAFAEL VAI PAGAR PELO CELULAR?

CÁLCULO	RESPOSTA
	

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**



2ª-SEGUNDA SEMANA - 10/08 à 14/08/2020

AULA-1:

NO PRIMEIRO PROBLEMA, VOCÊ PODERIA ENCONTRAR O RESULTADO IGUAL USANDO DOIS TIPOS DE CONTAS. MARQUE A RESPOSTA CERTA:

() **ADIÇÃO E MULTIPLICAÇÃO** () **SUBTRAÇÃO E DIVISÃO**

AULA-2:

UMA DÚZIA CORRESPONDE A? _____

QUANDO VOCÊ COMPRA UMA DÚZIA DE OVOS. VOCÊ COMPRA _____ OVOS.



AULA-3:

PESQUISE NO DICIONÁRIO OU NA INTERNET, OU EXPLIQUE COM SUAS PRÓPRIAS PALAVRAS, O QUE SIGNIFICA A PALAVRA **PRESTAÇÃO**:



**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**



3ª-TERCEIRA SEMANA - 17/08 à 21/08/2020

**AULA-1: ROBERTO ADORA LER E SE PROPÔS LER DOIS LIVROS POR MÊS.
QUANTOS LIVROS ELE LERÁ EM UM ANO?**



**LER É UM BOM NEGÓCIO. ANALISE OS SEGUINTE PREÇOS DOS LIVROS ABAIXO
E RESPONDA AO QUE SE PEDE:**

R\$ 90,00	R\$ 95,00	R\$ 69,90	R\$ 110,00

AULA-2: QUAL O LIVRO MAIS CARO?

**AULA-3: SE ROBERTO COMPRAR OS QUATRO LIVROS, QUANTO TEMPO ELE VAI
LEVAR PARA LER TODOS OS LIVROS?**

CÁLCULO	RESPOSTA

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**



4ª-QUARTA SEMANA - 24/08 à 28/08/2020

ANDRÉ CONSERTA RELÓGIOS. VEJA A QUANTIDADE DE RELÓGIOS QUE ELE CONSERTA POR DIA:



AULA-1:

TRABALHANDO DE SEGUNDA A SEXTA-FEIRA, QUANTOS RELÓGIOS ANDRÉ CONSEGUE CONSERTAR POR SEMANA?

AULA-2:

EM UMA SEMANA, TIVEMOS UM DIA DE FERIADO. ENTÃO, ANDRÉ TRABALHOU APENAS 4 DIAS. QUANTOS RELÓGIOS ELE CONSERTOU NESSA SEMANA?

AULA-3: DURANTE O MÊS, ANDRÉ TRABALHOU 5 DIAS POR SEMANA E ELE TRABALHOU 4 SEMANAS NO MÊS. QUANTOS RELÓGIOS ELE CONSERTOU?

MARQUE UM **X** NA RESPOSTA CERTA

5 X 4= 20

20 X 4= 80

A- () 5

B- () 20

C- () 80

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE CULTURA E LAZER

Escola Polo Municipal Jardim Ivone



ATIVIDADES COMPLEMENTARES - TURMA: 2ª FASE

Professora	Celina Pereira Mancuelho
Disciplina	Ciências
Período	03/08 à 28/08/2020

1ª-PRIMEIRA SEMANA - 03/08 à 07/08/2020

VEJA ESTE FOLHETO INFORMATIVO SOBRE A DENGUE:

ALERTA DENGUE MATA ATENÇÃO TOTAL

FAÇA SUA PARTE

Com a **DENGUE TIPO 2** os cuidados devem ser redobrados. O risco para quem já teve dengue é maior e todos devem **AGIR** para eliminar o mosquito

O MAIOR FOCO DO AEDES AEGYPTI ESTÁ EM SEU QUINTAL. ELIMINAR CRIADOUROS É A FORMA MAIS EFICAZ DE COMBATER O MOSQUITO

São apenas **10 minutos por semana**

AULA-1: DE ACORDO COM ESTE FOLHETO INFORMATIVO, CADA UM DEVE FAZER A SUA PARTE. DE QUE FORMA VOCÊ PODE CONTRIBUIR?

2ª-SEGUNDA SEMANA - 10/08 à 14/08/2020

AULA-1: COMO É O NOME DO MOSQUITO TRANSMISSOR DA DENGUE?

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**

3ª-TERCEIRA SEMANA - 17/08 à 21/08/2020



DENGUE
Faça sua lição de casa.
Água parada dá dengue.


Mantenha sua caixa d'água bem tampada.


Fure ou guarde os pneus em local coberto


Coloque areia grossa no prato dos vasos.


Guarde garrafas, vasos e baldes vazios com a boca pra baixo.

AULA-1: QUAIS DESTAS AÇÕES VOCÊ OU SUA FAMÍLIA COSTUMAM PRATICAR PARA EVITAR A DOENÇA?

4ª-QUARTA SEMANA - 24/08 à 28/08/2020

AULA-1: COM CERTEZA VOCÊ CONHECE ALGUÉM!

FAÇA UMA PESQUISA COM ALGUMAS PESSOAS QUE JÁ TIVERAM DENGUE OU PESQUISE NA INTERNET, QUAIS SÃO OS SINTOMAS DA DENGUE?

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**



ATIVIDADES COMPLEMENTARES - TURMA: 2ª FASE

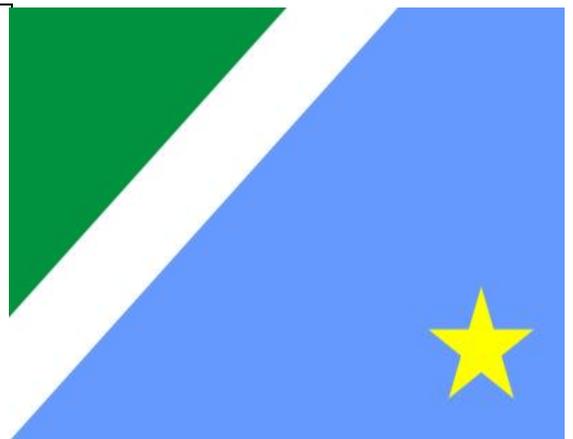
Professora	Celina Pereira Mancuelho
Disciplina	História
Período	03/08 à 28/08/2020

1ª-PRIMEIRA SEMANA - 03/08 à 07/08/2020

ESTA É A BANDEIRA DE MATO GROSSO DO SUL

O ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL ESTÁ LOCALIZADO NA REGIÃO CENTRO-OESTE DO BRASIL. A CAPITAL É CAMPO GRANDE E A SIGLA **MS**. QUEM NASCE NO MATO GROSSO DO SUL É **SUL-MATO-GROSSENSE**.

OS 79 MUNICÍPIOS DO ESTADO ESTÃO DISTRIBUÍDOS EM UMA ÁREA DE 357.145.534 MIL QUILOMETROS QUADRADOS. SEGUNDO O IBGE (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA), A POPULAÇÃO ESTIMADA É DE 2,6 MILHÕES DE HABITANTES.



AULA-1: LEIA O RESUMO ACIMA E RESPONDA: EM QUAL REGIÃO BRASILEIRA ESTÁ LOCALIZADO O ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL?

2ª-SEGUNDA SEMANA - 10/08 à 14/08/2020

AULA-1: QUAL É O NOME DA CAPITAL DE NOSSO ESTADO?



3ª-TERCEIRA SEMANA - 17/08 à 21/08/2020

CRIAÇÃO DE MATO GROSSO DO SUL

MATO GROSSO DO SUL ERA PARTE DO TERRITÓRIO DO ESTADO DO MATO GROSSO. POLÍTICOS E EMPRESÁRIOS DA REGIÃO DE CAMPO GRANDE INICIARAM UM MOVIMENTO SEPARATISTA QUE TEVE ÊXITO NA DÉCADA DE 70, QUANDO FOI ASSINADA A CRIAÇÃO DE UM NOVO ESTADO.

O DECRETO-LEI QUE ESTABELECEU A CRIAÇÃO DO MATO GROSSO DO SUL FOI ASSINADO EM 11 DE OUTUBRO DE 1977. ATÉ ENTÃO, O ESTADO ERA PARTE DO MATO GROSSO.

CULTURA

A CULTURA SUL-MATO-GROSSENSE É REFLEXO DA DIVERSIDADE DE POVOS QUE HABITAM O LOCAL. AS PRINCIPAIS INFLUÊNCIAS SÃO DOS VIZINHOS PARAGUAIOS E BOLIVIANOS. TAMBÉM É MARCANTE A PRESENÇA DE GAÚCHOS QUE ABRIRAM FRONTEIRAS E CRIARAM CIDADES NA REGIÃO.

<https://www.todamateria.com.br/estado-do-mato-grosso-do-sul/>

AULA-1: DE ACORDO COM O TEXTO EXPLICATIVO ACIMA, RESPONDA: QUAL É A DATA DE CRIAÇÃO DO ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL?

4ª-QUARTA SEMANA - 24/08 à 28/08/2020

AULA-1: O TEXTO COMENTA SOBRE AS INFLUÊNCIAS DOS VIZINHOS PARAGUAIOS E BOLIVIANOS NO ESTADO.

EM PONTA PORÃ, QUAL É A MAIOR INFLUÊNCIA?

**ATIVIDADES COMPLEMENTARES - TURMA: 2ª FASE**

Professora	Celina Pereira Mancuelho
Disciplina	Geografia
Período	03/08 à 28/08/2020

1ª-PRIMEIRA SEMANA - 03/08 à 07/08/2020

SUL, O ESTADO É O 5º MAIOR PRODUTOR DE GRÃOS DO PAÍS. NO RANKING DO AGRONEGÓCIO, MATO GROSSO DO SUL DETÉM, AINDA, A 4ª POSIÇÃO NA PRODUÇÃO DE MILHO E 3ª NO ABATE DE GADO. POLO MUNDIAL DE CELULOSE, PRODUZ 5,3 MILHÕES DE TONELADAS DE CELULOSE AO ANO, DISPÕE DE 1,056 MILHÃO DE HECTARES DE FLORESTAS PLANTADAS, 615 MIL HECTARES DE CANA-DE-AÇÚCAR E 18 MILHÕES DE HECTARES DE PASTAGENS.

O AGRONEGÓCIO É UM DOS PRINCÍPIAIS MOTORES DA **ECONOMIA DO ESTADO DO MATO GROSSO DO SUL**. PARA SE TER UMA IDEIA DA IMPORTÂNCIA DO AGRONEGÓCIO, DE ACORDO COM DADOS DO GOVERNO DO MATO GROSSO DO

AULA-1: DE ACORDO COM ESSE PEQUENO RESUMO, QUAL É A COLOCAÇÃO DE MATO GROSSO DO SUL, COM RELAÇÃO À PRODUÇÃO DE GRÃOS NO PAÍS?

2ª-SEGUNDA SEMANA - 10/08 à 14/08/2020

AULA-1: SOBRE A CELULOSE, QUAL É A PRODUÇÃO DE MATO GROSSO DO SUL?

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**



3ª-TERCEIRA SEMANA - 17/08 à 21/08/2020

ECONOMIA

A ECONOMIA SUL-MATO-GROSSENSE É BASEADA NO CHAMADO BINÔMIO SOJA-BOI. OU SEJA, A PECUÁRIA E A AGRICULTURA. O ESTADO POSSUI O TERCEIRO MAIOR REBANHO DE BOVINO DE CORTE DO BRASIL, FICANDO ATRÁS, DE SÃO PAULO E DO VIZINHO, MATO GROSSO.

É UM DOS MAIS IMPORTANTES PRODUTORES DE SOJA, MILHO, ALGODÃO E CANA-DE-AÇÚCAR DO PAÍS. TAMBÉM É SIGNIFICATIVA A PRODUÇÃO DE SUÍNOS E AVES.

A INDÚSTRIA DO ESTADO É ABASTECIDA, PRINCIPALMENTE, PELA PRODUÇÃO ANIMAL. ASSIM, A MAIORIA DOS MUNICÍPIOS SOBREVIVE DE FRIGORÍFICOS DO ABATE DE BOIS, SUÍNOS E AVES.

<https://www.infoescola.com/mato-grosso-do-sul/economia-do-mato-grosso-do-sul/>

AULA-1: APÓS LER O TEXTO, EXPLIQUE COM SUAS PRÓPRIAS PALAVRAS O QUE SIGNIFICA BINÔMIO:

4ª-QUARTA SEMANA - 24/08 à 28/08/2020



NA MAIOR PLANÍCIE INUNDÁVEL DO PLANETA, CENÁRIO DE UMA INCRÍVEL BIODIVERSIDADE, O PANTANAL SUL-MATO-GROSSENSE É A COMBINAÇÃO HARMONIOSA ENTRE ÁGUA, FAUNA, FLORA E GENTE.

AULA-1:

OBSERVE A IMAGEM ACIMA E FAÇA UMA PEQUENA DESCRIÇÃO SOBRE O QUE VOCÊ JÁ ESTUDOU SOBRE O PANTAL SUL-MATO-GROSSENSE. SE QUISER, PODERÁ FAZER UMA PESQUISA NA INTERNET.

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**



ATIVIDADES COMPLEMENTARES - TURMA: 2ª Fase EJA

Professor(a)	Edimarcia Bartolomeu Moura
Disciplina	ARTE
Período	03/08 à 28/08/2020

1ª-PRIMEIRA SEMANA - 03/08 à 07/08/2020

AULA-1: TEATRO

A FIGURA AO LADO, AS MÁSCARAS,
TRAZ O SÍMBOLO QUE REPRESENTA O TEATRO



DESENHE EM SEU CADERNO UMA MÁSCARA EXPRESSANDO UMA EMOÇÃO QUE DESEJAR, SEJA COM SEMBLANTE TRISTE OU ALEGRE, BRAVO OU CALMO.

2ª-SEGUNDA SEMANA - 10/08 à 14/08/2020

AULA-1: EM QUAL DAS FIGURAS ABAIXO TEMOS RETRATADO O TEATRO DE MÁSCARAS ?

A) ()

B) ()



**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE CULTURA E LAZER

Escola Polo Municipal Jardim Ivone



3ª-TERCEIRA SEMANA - 17/08 à 21/08/2020

O TEATRO SE PASSA EM UM **CENÁRIO** DEFINIDO COMO CONJUNTO DE ELEMENTOS VISUAIS (TAIS COMO TELÕES, MÓVEIS, OBJETOS, ADEREÇOS E EFEITOS DE LUZ) QUE COMPÕEM O ESPAÇO ONDE SE APRESENTA UM ESPETÁCULO TEATRAL.

A) REPRESENTAR ATRAVÉS DE UM DESENHO DOIS CENÁRIOS DE DIMENSÕES OPOSTAS. POR EXEMPLO MORTE X VIDA, CAMPO X CIDADE.

4ª-QUARTA SEMANA - 24/08 à 28/08/2020

AULA-1: DESENHE NO ESPAÇO ABAIXO UM CENÁRIO NOTURNO (QUE CONTENHA ELEMENTOS QUE REPRESENTAR UMA NOITE).



**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a) professor(a).**

**ATIVIDADES COMPLEMENTARES - TURMA: 2ª Fase - EJA**

Professor	Wanderly Rocha da Silva
Disciplina	Educação Física
Período	03/08 à 28/08/2020

Aula 1: Tema: Qualidade de Vida / 1ª-PRIMEIRA SEMANA - 03/08 à 07/08/2020

- O aluno deverá realizar uma boa leitura e interpretação do texto, e se conseguir imprimir o texto não precisa copiar no caderno, só colar.

Para a OMS (Organização Mundial de Saúde), a definição de qualidade de vida é a “a percepção que um indivíduo tem sobre a sua posição na vida, dentro do contexto dos sistemas de cultura e valores nos quais está inserido e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Trata-se de uma definição que contempla a influência da saúde física e psicológica, nível de independência, relações sociais, crenças pessoais e das suas relações com características inerentes ao respectivo meio na avaliação subjetiva da qualidade de vida individual. Neste sentido, poderemos afirmar que a qualidade de vida é definida como a “satisfação do indivíduo no que diz respeito à sua vida cotidiana”.

Não devemos confundir qualidade de vida com padrão de vida. Muitas pessoas têm uma errada noção de qualidade de vida, confundindo os termos. Padrão de vida é uma medida que calcula a qualidade e quantidade de bens e serviços disponíveis.

Geralmente, saúde e qualidade de vida são dois temas muito relacionados, uma vez que a saúde contribui para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos e esta é fundamental para que um indivíduo ou comunidade tenha saúde. Mas não significa apenas saúde física e mental, mas sim que essas pessoas estejam de bem não só com elas próprias, mas também com a vida, com as pessoas que as cercam, enfim, ter qualidade de vida é estar em harmonia com vários fatores.

No que diz respeito à saúde, a qualidade de vida é, muitas vezes, considerada em termos de como ela pode ser afetada de forma negativa, ou seja, a ocorrência de uma doença debilitante que não constitui risco de vida, uma doença que constitui risco de vida, o declínio natural da saúde de uma pessoa idosa, o declínio mental, processos de doenças crônicas, etc. Todas estas situações são castradoras (tiram) da nossa qualidade de vida.

Qualidade de vida e saúde física: A saúde física afeta, obviamente, a nossa qualidade de vida. Por exemplo, existe uma relação entre atividade física, a melhoria da condição de saúde e a qualidade de vida. Da mesma forma, existe uma relação entre uma correta alimentação e a qualidade de vida. A qualidade de vida e alimentação saudável são conceitos que estão estritamente relacionados. Ter uma alimentação saudável e equilibrada é fundamental para o bem-estar do indivíduo. Quando o organismo recebe as quantidades ideais de nutrientes e vitaminas de que precisa, a sua saúde física melhora e consequentemente aumenta a qualidade de vida.

Site de apoio: <https://www.saudebemestar.pt/pt/blog-saude/qualidade-de-vida/>

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a)
professor(a).**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE CULTURA E LAZER

Escola Polo Municipal Jardim Ivone



Aula 2: Trabalho de recorte e colagem / 2ª-SEGUNDA SEMANA - 10/08 à 14/08/2020

- Baseando nas informações entendidas no texto apresentado, na aula 1, o aluno deverá recortar figuras que representam Qualidade de vida, utilizando revistas, jornais, panfletos etc. E logo após, realizar a colagem das figuras no caderno de Educação Física.

Aula 3: Trabalho de recorte e colagem / 3ª-TERCEIRA SEMANA - 17/08 à 21/08/2020

- Baseando nas informações entendidas no texto apresentado, na aula 1, o aluno deverá recortar figuras que **NÃO** representam Qualidade de vida, utilizando revistas, jornais, panfletos etc. E logo após, realizar a colagem das figuras no caderno de Educação Física.

Aula 4: Para responder / 4ª-QUARTA SEMANA - 24/08 à 28/08/2020

- Baseando nas informações entendidas no texto apresentado, na aula 1. Descreva ou desenhe o que você entende por qualidade de vida?

Bom Trabalho e estudo!!!

Não permita, que
ninguém saia da sua
presença, sem, se sentir
melhor e mais feliz.
(Madre Tereza de Caicutá)

**Caro Estudante, realizar todas as atividades no seu caderno.
Não se esqueça de tirar uma foto ou fazer um vídeo e mandar para seu(a)
professor(a).**