



#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4° FASE - EJA

PERÍODO: 25/052020 à 29/05/2020 - (1º SEMANA)

**DISCIPLINA: LÍNGUA PORTUGUESA** 

INSTRUÇÃO DE COMO REALIZAR SUA ATIVIDADE

Em todas as atividades propostas, deverão copiar e responder apenas as questões no caderno. Depois de realizadas as atividades, devem tirar uma fotografia e encaminhar para o grupo de WhatsApp da turma, para que sejam feitas as correções.

#### ATIVIDADE 1 – Leia o texto com atenção e complete as questões abaixo.

(...) Depois de um bom jantar: feijão com carne-seca, orelha de porco e couve com angu, arroz-mole engordurado, carne de vento assada no espeto, torresmo enxuto de toicinho da barriga, viradinho de milho verde e um prato de caldo de couve, jantar encerrado por um prato fundo de canjica com torrões de açúcar, Nhô Tomé saboreou o café forte e se estendeu na rede. A mão direita sob a cabeça, à guisa de travesseiro, o indefectível cigarro de palha entre as pontas do indicador e do polegar, envernizados pela fumaça, de unhas encanoadas e longas, ficou-se de pança para o ar, modorrento, a olhar para as ripas do telhado.

Quem come e não deita, a comida não aproveita, pensava Nhô Tomé... E pôs-se a cochilar. A sua modorra durou pouco; Tia Policena, ao passar pela sala, bradou assombrada:

- Êêh! Sinhô! Vai drumi agora? Não! Num presta... Dá pisadêra e póde morrê de ataque de cabeça! Despois do armoço num far-má... mais despois da janta?!

Cornélio Pires. Conversas ao pé do fogo. São Paulo: Imprensa Oficial do Estado de São Paulo, 1987. Nesse trecho, extraído de texto publicado originalmente em 1921, "O narrado".

#### RESPONDA:

	RESPONDA.
A.	Observe a fala da Tia Policena. Ela tem características rurais ou urbanas? Explique.
В.	Qual o tema do texto?
C.	Qual o significado da expressão "Quem come e não deita, a comida não aproveita".





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

#### ATIVIDADE 2



A-	A-O texto e uma propaganda. Qual a sua finalidade?							
-								
-								

**B**- Relacione o texto não verbal dessa propaganda ao texto verbal.

**C**-Retire do texto verbal da propaganda uma opinião.

#### • ATIVIDADE 3



A. Com que história a charge dialoga?

\_\_\_\_\_

B. Por que a menina faz essa pergunta ao lobo?

C. Qual elemento não verbal contribui para construir o humor do texto?





#### **ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES**

TURMA: 4° FASE - EJA

PERÍODO: 01/06/2020 A 05/06/2020 - (2º SEMANA)

**DISCIPLINA: LÍNGUA PORTUGUESA** 

INSTRUÇÃO DE COMO REALIZAR SUA ATIVIDADE:

Em todas as atividades propostas vocês deverão copiar e responder apenas as questões

no caderno.

#### 1. Leia o texto abaixo.

(...)A nutricionista Caroline Bergerot discorda. "Isto não procede. O que pode acontecer ao dormir logo após a refeição é algum desconforto, como azia ou queimação", afirma. Ela ainda põe abaixo o mito de que jantar engorda. "Só engorda caso a pessoa coma demais. Mas se ela tiver uma refeição balanceada também não corre este risco."

Caroline explica que uma refeição balanceada requer alimentos mais leves, comidas menos apimentadas e sem condimentos. "Uma boa alternativa é comer saladas ou massas, já que o carboidrato é de fácil digestão", diz.

A nutricionista Fabiana Schmidt, no entanto, acredita que comer e dormir em seguida faz mal sim. "O que é mito nesta história é não poder comer carboidrato após as 18h", diz. "O problema está no horário em que a pessoa vai dormir. Ela deve aguardar obrigatoriamente duas horas para se deitar", afirma a especialista.

Fabiana afirma que o mais saudável é aguardar estas duas horas desempenhando alguma atividade, mas nada de exercícios físicos pesados. "A pessoa deve assistir à televisão ou ficar no computador para se manter acordada", aconselha.

A especialista ainda alerta para alguns incômodos ocasionados pela digestão mais lenta à noite. "Como nosso metabolismo é mais lento à noite, a digestão demorada pode provocar gases pelo aumento da fermentação da comida no intestino", diz. Fabiana dá a medida para evitar que o jantar se converta em reserva de gordura. "Sempre a janta deve ser metade ou 3/4 da quantidade do almoço."(...)

**Fonte:** Coordenadoria-de-educacao-iii-caderno-de-apoio-pedagogico-lingua-portuguesa-aluno-a-9oano.html





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

2.	Responda:							
•	Qual o tema do texto?							
3.	A alimentação é ur Comer manga cor sido aconselhado	n leite mata? Lavar o a evitar dormir com	da vida h o cabelo a "barriga	a o quadro: numana envolve sabores e saberes após jantar faz mal? Você já deve ter a cheia" porque faz mal. Mas alguma m pequeno texto expondo sua opinião				
orn	nir de barriga chei	a faz mal?						
uer	n?	Opinião		Argumento				





#### **ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES**

TURMA: 4º FASE - EJA

PERÍODO: 08/06/2020 A 12/06/2020 - (3º SEMANA)

**DISCIPLINA: LÍNGUA PORTUGUESA** 

INSTRUÇÃO DE COMO REALIZAR SUA ATIVIDADE

Em todas as atividades propostas vocês deverão copiar e responder apenas as questões no caderno.

#### Atividade 1

Pesquisar e ler o poema de Vinicius de Moraes: Para viver um grande amor

Qual o segredo para viver um grande amor? Existe uma fórmula que podemos seguir? Nada melhor que Vinícius de Moraes, para nos aconselhar e até mesmo ousar dar a fórmula certa para viver o grande amor. Vinícius não conseguia viver sem paixão, sem a sensação de estar vivendo um grande amor. E de tanto amar e sofrer, ficou conhecido como o poeta do amor maior.

• 🖊	tividade 2
Ap	ós ler o poema responda:
a.	O poeta diz que para viver um grande amor é preciso siso. Qual é o significado de palavra "siso" no texto.
b.	Qual é a opinião do poeta sobre a fidelidade?
C.	Na verdade, qual a "receita" para viver um grande amor?





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

#### Atividade 3



1-Qual a finalidade do texto 3?

**2-**Para ilustrar a homenagem do Dia dos Namorados, o restaurante utilizou a imagem de duas pimentas "abraçadinhas" como um casal de namorados. Qual seria o motivo pelo qual as pimentinhas foram escolhidas para "estrelar" a propaganda?

**3-** Dizem que a melhor forma de se conquistar alguém é pela boca. Esse ditado popular, por muito tempo, estimulou moças a conquistarem um marido pelos dotes culinários. Esse é o argumento utilizado pelo restaurante para basear sua campanha publicitária: conquistar seus clientes com uma boa comida. E você o que faria para conquistar o seu grande amor? Escreva um pequeno texto sobre isso.

# PONTA PORA FÉ, ESPERANÇA E CULTURA

#### SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE, CULTURA E LAZER.



#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4º Fase - EJA

PERÍODO: 25/05/020 à 29/05/2020 - (1° SEMANA)

**DISCIPLINA**: MATEMÁTICA

#### INSTRUÇÕES DE COMO REALIZAR AS ATIVIDADES

Caros alunos(as), para a resolução das atividades abaixo, observem o link abaixo e Transcrevam estas atividades em seus respectivos cadernos, tirem fotos e nos enviem através do grupo de WhatsApp ou entreguem estas fichas juntamente com as respostas na escola para sejam feitas as devidas correções, e que assim possamos registrar em nossa ficha avaliativa.

I- Assista o vídeo:

https://www.youtube.com/watch?v=IOaPnAmqbK4

II- Leia o texto explicativo:

https://brasilescola.uol.com.br/o-que-e/matematica/o-que-e-potenciacao.htm

#### Compreendendo potenciação

1) Transforme multiplicações em forma de potenciação:

**A)**4x4x4x4x4x4=

**B)** 10x10x10x10x10x10=

2) Escreva as potencias abaixo em forma de multiplicação:

**A)**22=

**B**)25 =

**C)**43=

**D)** 26=

3)Resolva as potenciações abaixo:

A)62 =

**B)**105=

C)73 =

**D**)63

Fonte: www.acessaber.com.br





#### **ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES**

TURMA: 4º Fase - EJA

PERÍODO: 01/06/020 a 05/06/2020 - (2º SEMANA)

**DISCIPLINA**: MATEMÁTICA

#### INSTRUÇÕES DE COMO REALIZAR AS ATIVIDADES

Caros alunos(as), para a resolução das atividades abaixo, observem o link abaixo e Transcrevam estas atividades em seus respectivos cadernos, tirem fotos e nos enviem através do grupo de WhatsApp ou entreguem estas fichas juntamente com as respostas na escola para sejam feitas as devidas correções, e que assim possamos registrar em nossa ficha avaliativa.

- I- Assista o vídeo:
  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=lOaPnAmqbK4">https://www.youtube.com/watch?v=lOaPnAmqbK4</a>
- II- Leia o texto explicativo:

https://brasilescola.uol.com.br/o-que-e/matematica/o-que-e-potenciacao.htm

#### Situações Problema- Resolva

- **1-** Em uma fábrica trabalham 245 operários. Se cada um deles ganha 560 reais, quantos reais a fábrica paga por mês para todos os operários?
- **2-** Um canil possui 35 compartimentos para abrigar cães. Em cada um deles cabem 32 cães. Quantos cães podem ser abrigados nesse canil?
- **3-** Em uma escola, estudam 1561 alunos. Para a Páscoa deste ano, a diretora vai distribuir uma cesta, com 15 doces dentro, para cada aluno. Quantos doces, a diretora terá que comprar? E se cada cesta custar 5 reais, quanto ela irá gastar?

Fonte: www.acessaber.com.br





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4º Fase / EJA

**PERÍODO:** 08/06/020 à 12/06/2020 – **(3º SEMANA)** 

**DISCIPLINA**: MATEMÁTICA

#### INSTRUÇÕES DE COMO REALIZAR AS ATIVIDADES

Caros alunos(as), para a resolução das atividades abaixo, observem o link abaixo e Transcrevam estas atividades em seus respectivos cadernos, tirem fotos e nos enviem através do grupo de WhatsApp ou entreguem estas fichas juntamente com as respostas na escola para sejam feitas as devidas correções, e que assim possamos registrar em nossa ficha avaliativa.

I- Assista o vídeo: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=IOaPnAmqbK4">https://www.youtube.com/watch?v=IOaPnAmqbK4</a>

II- Leia o texto explicativo: https://brasilescola.uol.com.br/o-que-e/matematica/o-que-e-potenciacao.htm

#### Resolva:

**01-**O Brasil tem 513 deputados federais. Suponha que cada um deles ganha um salário de 12379 reais por mês? Quanto é pago por mês para todos os deputados? E por ano?

**02**- Jorge herdou 340 pérolas de sua avó. Se cada pérola custa, em média, 2120 reais, quanto ele irá ganhar vendendo todas as pérolas?

**03-** A prefeitura de uma cidade distribui, todo o ano, uma cestinha com 40 balas para cada criança da cidade. Se na cidade moram 1378 crianças, quantas balas, a prefeitura terá que comprar?

**Fonte:** https://mmdc2020.wordpress.com/2020/03/25/atividades-de-matematica-6o-ano-a-b-c-profa-monica-huertas/





#### **ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES**

TURMA: 4° FASE EJA

PERÍODO:25/05/2020 À 29/05/2020 - (1º SEMANA)

DISCIPLINA: CIÊNCIAS

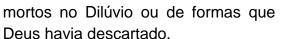
#### INSTRUÇÃO DE COMO REALIZAR SUA ATIVIDADE:

Utilizar os conteúdos das semanas anteriores para auxilio. Ler o texto da atividade.

Copiar e responder somente a atividade do final da folha no caderno.

#### Mais sobre pré-história

Ao examinar fósseis de animais, alguns naturalistas questionavam, já no século XVII, a ideia fixista. Como explicar a existência de animais desaparecidos há tempos que possuíam apenas algumas características diferentes dos atuais? Para os defensores do criacionismo, tratava-se de animais



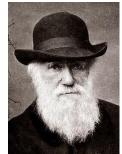




Quem primeiro sugeriu uma teoria da transformação das espécies, em 1800, foi o biólogo francês Jean-Baptiste de Monet, cavaleiro de Lamarck (1744-1829), que a submeteu as quatro leis fundamentais:

- Os seres vivos evoluem de estruturas simples para mais complexas;
- Uma espécie pode se transformar para adaptar-se ao ambiente em que vive; 

  Um órgão ou parte do corpo tende a se desenvolver pelo uso constante ou a se atrofiar pelo uso e desuso;
- As características adquiridas, abandonadas ou modificadas no indivíduo ao longo da vida poderiam ser herdadas por seus descendentes. (Hoje sabemos que não se transmite à prole alterações causadas por fatores ambientais.)



Hoje sabemos que muito dos conhecimentos sobre evolução são baseados nas descobertas e pesquisas de Charles Darwin, já falamos dele na atividade anterior.

#### **ATIVIDADES**

- 1) Como Lamarck explicaria a evolução do pescoço da girafa, lembrando que ela come folhas de árvores? E Darwin (visto nas atividades anteriores?
- 2) Segundo Lamarck, o filho de um halterofilista nasceria "fortão"? Por quê?
- 3) Se os rabos de certos ratos fossem cortados a cada geração, o que aconteceria de acordo com a lei de uso e desuso de Lamarck? E segundo Darwin?





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4° FASE EJA

PERÍODO:01/06/2020 À 05/06/2020 -( 2º SEMANA)

**DISCIPLINA:** CIÊNCIAS

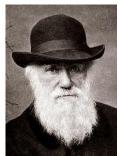
#### INSTRUÇÃO DE COMO REALIZAR SUA ATIVIDADE:

mesma

Utilizar os conteúdos das semanas anteriores para auxilio. Ler o texto da atividade.

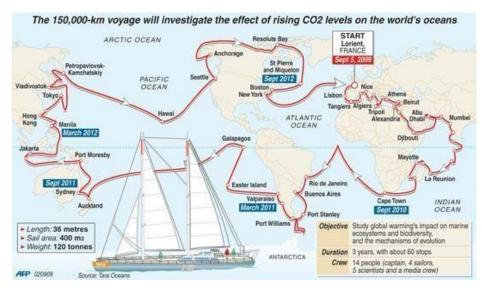
Copiar e responder somente a atividade do final da folha no caderno.

#### Cinco anos num navio



De 1831 a 1836, o naturalista inglês Charles Darwin (1809-1882) fez uma viagem à volta do mundo: foi a Cabo Verde, Bahia e Rio de Janeiro, Terra do Fogo, ilhas Galápagos, Nova Zelândia, Austrália e o litoral do Chile ao Peru. Nesse circuito, coletou vasto material geológico e zoológico, levando-o a concluir que, de uma região a outra, uma

espécie animal pequenas apresentava variações. Ε, assim, pôde esboçar sua teoria da evolução dos seres vivos. Na base dessa teoria. Darwin colocou a luta pela vida: apenas os mais fortes e conseguem aptos



sobreviver. Ou seja, a própria natureza faz uma seleção natural. Em 1859, publicou o resultado de vinte anos de pesquisas: A

Origem das Espécies, desencadeando uma longa série de polêmicas.

Hoje é considerado responsável por uma revolução na Ciência, sobretudo a Biologia, pois colocou todos os seres vivos submetidos às leis naturais.

Os adaptados sobrevivem, comparando os diversos tipos de tentilhões existentes no arquipélago de Galápagos (Equador),





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

Darwin percebeu que esses pássaros variavam em tamanho e forma de bicos, diferenças que determinavam o tipo de alimento de que se nutriam: o tentilhão de bico mais robusto comia cocos que podia quebrar, enquanto o de bico fino e longo retirava larvas de troncos. Darwin concluiu que, por conta dos bicos modificados, acabaram adquirindo a habilidade de usar outras fontes de alimento. E, como não disputavam a mesma comida, as aves aumentaram as chances de sobrevivência de seus descendentes.

Embora não soubesse explicar como apareceram as mudanças (que hoje sabemos surgiram ao acaso, graças às mutações, alterações no DNA das células) nem como se fazia a transmissão das características através das gerações, Darwin estava certo de que a hereditariedade era um fato comum a todos os seres vivos.

#### **ATIVIDADES**

1) A teoria da seleção natural é às vezes simplificada como a "lei do mais forte". Pa	ıra
Darwin, a seleção das espécies ocorre devido à força bruta? Peça aos alunos que	ue
justifiquem a resposta.	
2) Darwin disse que o homem e o macaco têm um ancestral comum. Isso foi traduzio	do
erroneamente como "o homem descende diretamente do macaco". Explique a diferença	۱.





#### **ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES**

TURMA: 4° FASE- EJA

PERÍODO:08/06/2020 À 12/06/2020 - (3º SEMANA)

**DISCIPLINA: CIÊNCIAS** 

#### INSTRUÇÃO DE COMO REALIZAR SUA ATIVIDADE

- Utilizar os conteúdos das semanas anteriores para auxilio;
- Ler o texto da atividade.
- -Copiar e responder somente a atividade do final da folha no caderno.

Observem o quão interessante é o fato de tantas espécies habitarem uma única árvore.

#### Casa na árvore



Nas florestas tropicais uma única árvore pode abrigar, permanente ou temporariamente, uma grande diversidade de seres vivos, constituindo um pequeno ecossistema. Veja a seguir alguns exemplos de organismos que podem fazer das árvores sua morada:

- Abelha-cachorro
- Aranha-araneus
- Borboleta
- Cigarra
- Cupins
- Formiga caçarema
- Lacraia
- Moscas
- Vespas
- Gatos maracajá
- Morcego-de-frutas
- Preguiça-de-coleira
- Cuíca
- Sagui-da-terra

- Macaco-prego-depeito-amarelo
- Aranha caranguejeira Mico-leão-de-caradourada
  - Sabiás-cica
  - Tucano-de-papo-a marelo
  - Perereca marsupial
  - Rã-bugio
  - Iguana-verde
  - Cobra-de-veado
  - Bromélia
  - Cipós
  - Musgos

Referência: VASCONCELOS, Y. Mundo Árvore. Superinteressante. Disponível em: <a href="https://super.abril.com.br/ideias/mundo-arvore/">https://super.abril.com.br/ideias/mundo-arvore/</a>>. Acesso em 12 de Ago de 2018.

Imaginem o quanto de árvores existem e o quanto de espécies podem estar associadas a cada uma destas árvores. É um número fantástico de organismos interagindo.





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

#### **ATIVIDADES**

menor biod	iversidade. Em seguida diga com suas palavras o que é biodiversidade.
-	pendo que uma única árvore pode manter uma grande variedade de vida, reflit s ações humanas podem causar a perda da biodiversidade e o que leva a tai
-	ique locais da nossa cidade que podem ser considerados de alta biodiversidad e vista local).
passam de	am uma lista da biodiversidade presente na área da sua casa, que tantas veze espercebidas. Façam uma lista da biodiversidade presente em suas casa gato, insetos de jardins como formigas, mosquitos, aranhas, besouros, espécie





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4° FASE

PERÍODO: 25/05/2020 à 12/06/2020

**DISCIPLINAS**: HISTÓRIA.

#### INSTRUÇÃO DE COMO REALIZAR SUA ATIVIDADE:

Todas atividades propostas deverão ser copiadas e responder no caderno. Depois deverão fotografa-las e enviar no grupo de WhatsApp da sala, para a correções.

# 1º SEMANA 26/05/2020: CITE TRÊS CONSEQUENCIAS SOCIAIS, QUE CRESCERAM APÓS A REVOLUÇÃO INDUSTRIAL. 2º SEMANA 02/06/2020: RESPONDA: COMO ERA CONHECIDO O MOVIMENTO SOCIAL E COMO AGIAM:

3º SEMANA 09/06/2020: FAÇA O CAÇA PALAVRAS.

Encontre no diagrama as palavras indicadas no quadro abaixo:

1 - ලිකැන්ම
2 - <b>Fano</b>
3 - <del>Lampad</del> a
4 <b>- Tය්</b> ප්ලාත්ම
5 - Lecennetiva

L	S	7	C	A	R	V	Ã	0
0	X	E	>	Ш	8	R	G	<b>L</b>
0	8	L	Ŋ	/	8	6	G	Â
0	۲	É	Ŋ	U	7	X	G	M
M	E	G	5	/	G	<b>J</b>	5	P
0	щ	R	۵	H	6	5	G	A
$ \mathcal{T} $	ц	A	H	7	E	۷	B	D
/	>	F	B	G	>	8	Н	A
V	D	0	E	F	E	R	R	0
A	X	Q	5	T	C	J	G	В







#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4° FASE - EJA

PERÍODO: 25/05/2020 A 12/06/2020

**DISCIPLINA**:GEOGRAFIA

**ORIENTAÇÕES:** 

O aluno deverá ler com atenção os enunciados dos trabalhos abaixo. Fazer a atividade solicitado caderno e posteriormente deverá tirar foto de cada atividade feita e encaminhar para o grupo de WhatsApp da sua turma, para ser corrigidas.

#### • Primeira semana: 25/05/2020

1) Fazer uma pesquisa sobre as condições de vida dos bairros onde moram. Analisando algumas características da população desses bairros. Se o bairro é novo, pode-se procurar saber de onde vieram as pessoas e as razões da migração.

Se o bairro for antigo procurar saber qual a idade média da população, pesquisar sobre a história do bairro, sua fundação, suas origens e tradições.

#### • Segunda semana: 01/06/2020

- 2) Pesquisar sobre o acesso a serviços como: Saneamento básico, escolas, postos de saúde, transporte, lazer, comércio, etc.
- Terceira semana: 08/06/2020
  - 3) Faça uma ilustração (desenho) de seu bairro.





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4º FASE

PERÍODO: 25/05/2020 À 12/06/2020

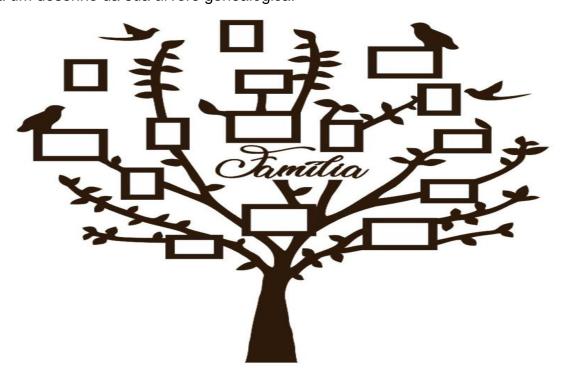
**DISCIPLINA**: ARTE

**Orientação para realização das atividades:** Leia as os enunciados com atenção, registre em seu caderno e depois de finalizado tire fotos das atividades feitas e encaminhe

as no grupo de WhatsApp da sua turma, para serem corrigidas.

	a semana: 2						
- Como	você acha	que devei	ria ser uma	familia hoj	e?		
Seaund	la semana:0	11/06/2020	0				
_	ça um desei						
<b>Z</b> - 1 at	Ça um desei	IIIO da su					

- Terceira semana:08/06/2020
- 3- Faça um desenho da sua árvore genealógica.







#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4º FASE

PERÍODO: 25/05/2020 À 05/06/2020- (1º e 2º SEMANA)

**DISCIPLINA:** EDUCAÇÃO FÍSICA

#### Orientação para realização das atividades:

O Aluno deverá realizar os exercícios de alongamento, como demostra nas figuras abaixo, em seguida, registrar com vídeo ou fotos realizando as atividades de alongamento. Logo depois deverão ser encaminhadas no grupo de WhatsApp da sala ou enviado no particular do professor. Realizar esses exercícios uma vez por dia, durante 6 a 10 dias.

#### 1º Semana- 25/06 à 29/06

- 1) Deitar com os pés apoiados no chão e a coluna lombar encostada no apoio. Entrelaçar os dedos e levar os braços esticados em direção oposta ao corpo. Mantenha o alongamento por 10 segundos e relaxe.
- 2) O mesmo exercício anterior, levante os braços em direção do teto. Mantenha o alongamento por 10 segundos e relaxe.
- 3). Mantendo a mesma postura do exercício anterior, vire a cabeça e os braços estendidos e mãos entrelaçadas para o lado. Sinta o alongamento dos músculos do ombro e coluna superior. Mantenha o alongamento por 10 segundos e relaxe. Repita o exercício levando a cabeça e os braços para o outro lado.



**4)** Em pé, manter os pés ligeiramente afastados e joelhos soltos, soltar o corpo para frente. Sentir o alongamento dos músculos posteriores da perna e coluna. Manter o alongamento





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

por 15 segundos e voltar à posição inicial, endireitando o corpo de baixo para cima, sendo a cabeça a última parte a se endireitar.

- **5)** A partir da posição inicial do exercício anterior, inclinar o corpo para um lado. Manter o alongamento por 10 segundos e relaxar. Fazer o mesmo para o outro lado.
- **6)** Manter a postura ereta com os pés ligeiramente afastados, quadril encaixado e joelhos soltos, levar os braços estendidos por trás do corpo com as mãos entrelaçadas. Alongar a cabeça na direção do teto e, simultaneamente, alongar os braços para baixo. Manter o alongamento por 10 segundos e relaxar.



#### 2º Semana- 01/06 à 05/06

Nesta atividade o aluno deverá executar o movimento chamado Prancha, Em seguida deverá registrar através de vídeos ou fotos, mandar os registros no grupo de sala ou no particular do professor.

**Prancha:** Apoie os antebraços no chão, com os cotovelos alinhados ao ombro. Mantenha o quadril na altura da cabeça. Mantenha-se firme nessa posição por 20 a 30 segundos (ou mais, se conseguir), descanse por 30 a 60 segundos, e repita até 5 vezes. Essa atividade fortalece seu abdômen e pernas.

<u>https://www.youtube.com/watch?v=uRtvBjIWtGs</u> ( vídeo mostrando a maneira correta de realizar a prancha)





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4° FASE

rodando.

PERÍODO: 08/06/2020 À 12/06/2020 - (3º SEMANA)

**DISCIPLINA**: EDUCAÇÃO FÍSICA

#### Orientação para realização das atividades:

Leia com atenção e faça o que se pede. Não esqueça de registrar tirando uma foto e encaminhando no grupo de WhatsApp da sua turma ou no particular da professora.

#### Confeccionando o brinquedo Pião

Para esta atividade são necessários os seguintes materiais: 1 tampa de detergente de louça, 50 cm de barbante; 1 caneta ou lápis; 1 tampa de molho de tomate ou 1 CD. **COMO FAZER:** Com ajuda de um adulto, faça um furo na tampa de molho de tomate com uma tesoura e encaixe a tampa do detergente. Enrole o barbante na parte de cima e encaixe a caneta na parte de baixo. Puxe o barbante e solte a caneta. O pião ficará



Imagem ilustrativa





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4° FASE – EJA

**PERÍODO:** 25/05/2020 À 12/06/2020

**DISCIPLINA:** L.E. MODERNA ESPANHOL

**ORIENTAÇÕES:** 

Ler as atividades com atenção e registar no caderno. Ao concluir as atividades deverá tirar uma fotografia da atividade feita e encaminhar no grupo de WhatsApp da sua turma.

#### • 1º SEMANA - 25/05/2020 à 29/05/2020

ACTIVIDADES SOBRE APÓCOPE:						
1) de mis alumnos no vino hoy a clases.						
( )Uno ( ) Um ( ) Algún						
O) Fate and the Marcal Alfanon and the second and						
2) Estoy ayudando a Manuel, él tiene problema en su casa.						
( ) Unos ( ) Uno ( )un						
3) Miguel está enamorado de la mujer del piso						
( ) veintiún ( ) veintiuno ( ) veintiuna						
4) Mario fue su novio, ellos terminaron el mes pasado.						
( ) primer ( ) primero ( ) primeiro						
5) Estuve un rato intentando convencer a mi mamá.						
( ) bueno ( ) bien						
• 2º SEMANA – 01/06/2020 à 05/06/2020						
6) Neste exercício você deverá completar as frases com as palavras que estão entre						
parênteses. Em algumas palavras ocorrerão "apócope" e outras não.						
a) Fernando Alonso es un piloto español. ( Grande )						
b) Le deseamos a todos umviaje de regreso. ( Bueno )						
c) Tengo uma noticia para daros. ( Malo )						
d)de sus amigas les gusta el tango. ( Ninguno )						
e) ¿Quién será el alumno a sacar un sobresaliente este año?(Primero)						
f) ¿Dónde puedo encontrar quiosco abierto ahora?(Alguno)						
7) Ahora escribe algunos adjetivos sendo apócopes:						





#### ESCOLA MUNICIPAL JOÃO CARLOS PINHEIRO MARQUES

TURMA: 4° FASE - EJA

PERÍODO: 08/06/2020 À 12/06/2020 - (3º SEMANA)

**DISCIPLINA:** L.E. MODERNA ESPANHOL

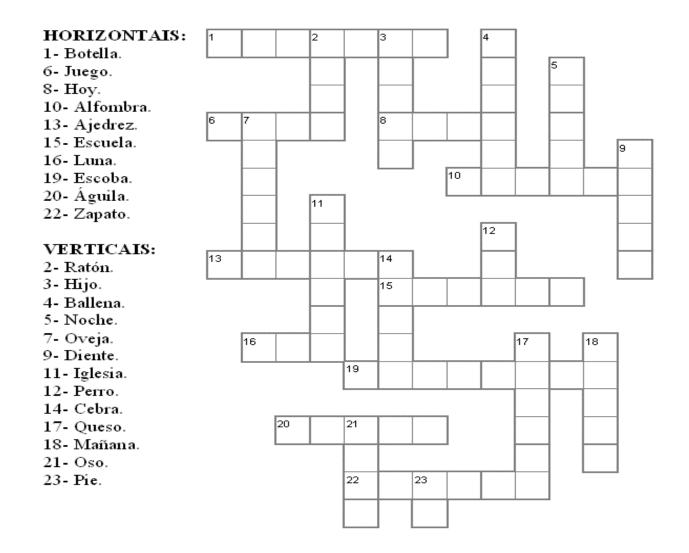
**ORIENTAÇÕES:** 

Ler as atividades com atenção e registar no caderno. Ao concluir as atividades deverá tirar uma fotografia da atividade feita e encaminhar no grupo de WhatsApp da sua turma.

#### Actividade 3 - Rellena el crucigrama

Crucigrama espanhol/português

Por: Paulo Freixinho



Assine o Feed e receba por e-mail as novidades do blogue!