

Escola Municipal Professora Lavínia de Figueiredo Arnoni		
Nome do aluno:	Data:	Semana:
Professora: Elisângela Pinho e Ilza A C Simão	Turma: 5 ano	8
Componente Curricular: Língua Portuguesa	Entregar devolutiva na Classroom	
ATIVIDADES ADAPTADAS		
<p>Habilidades: (EFA5LP03) – Localizar informações explícitas em textos; (EF35LP03) – Identificar a ideia central do texto, demonstrando compreensão global. (EF05LP15) – Ler/assistir e compreender, com autonomia, notícias, reportagens, vídeos em vlogs argumentativos, dentre outros gêneros do campo político-cidadão, de acordo com as convenções dos gêneros e considerando a situação comunicativa e o tema/assunto do texto.</p>		

Por que comemos?

Nas aulas de ciências, vimos que precisamos de energia para viver, e ela vem dos alimentos que ingerimos. Mas quando estamos nos alimentando não é esse o fator que nos motiva a comer. Segundo a nutricionista Sumeya Osman expressou em seu artigo: “Por que comemos?”. Vamos ler alguns fragmentos do artigo:

“Vivemos numa sociedade onde comer está associado a uns cem números de situações e emoções: Comemos quando temos fome; comemos quando estamos chateados; Comemos para celebrar; Comemos quando estamos ansiosos; Comemos quando estamos aborrecidos ou entediados; (...)”.

Após ler o texto acima, responda as questões:

1 – Por que comemos?

E aí fica a pergunta: O que comemos?

Passamos 9 meses nos alimentando dentro do corpo de nossa mãe. O alimento é fornecido na medida e na forma certa para o desenvolvimento de todo o nosso corpo. Quando nascemos, passamos a depender de ser alimentado, pois nosso corpo continua a se desenvolver, por exemplo: a nossa visão, a nossa audição, o nosso estômago, por isso não podemos nascer e comer o nosso arroz e feijão. O nosso organismo ainda não está com o sistema digestório em pleno funcionamento, está ainda se desenvolvendo, e para isso precisa do alimento certo. Segundo a

nutricionista Sheila Basso, em seu artigo: “Alimentação para toda a vida: o que devemos comer de acordo com a idade”.

“Cada fase da nossa vida precisa ser acompanhada de uma alimentação própria, afinal, somos reflexos daquilo que comemos! Ao longo dos anos, a necessidade de certos nutrientes faz dos hábitos alimentares uma fonte essencial para a qualidade de vida e bem-estar, não importando a sua faixa etária.”

2 – Qual o motivo dos bebês não comerem arroz e feijão ao nascerem?

Para completar as informações sobre alimentação saudável assista o vídeo abaixo:

<https://www.youtube.com/watch?v=gG7Z-0Sy-xU>

1 – Para termos um corpo saudável, ágil e flexível, segundo o vídeo, é necessário cuidarmos de três regras de ouro, quais são elas?

2- No vídeo é explicada a importância dos grupos dos alimentos. Dê três exemplos de cada grupo de alimentos:

a) Alimentos energéticos

b) Alimentos construtores:

c) Frutas e verduras:

3 - Marque a alternativa correta:

A história de João e Maria é famosa por ter uma casa de cheia de guloseimas no meio da floresta, a intenção da Bruxa é:

- a) deixar a casa mais doce e agradável aos olhos dos visitantes.
- b) atrair formigas para o seu estudo sobre alimentação saudável entre as formigas.

c) Atrair crianças, pois ela vivia na floresta muito sozinha e queria ter mais amigos.

d) Atrair crianças, pois gostava de comer crianças gordinhas.

4 - Proponho uma pesquisa que demorará três dias para ser realizadas, mas é uma maneira de percebermos como anda a nossa alimentação.

Faça um diário de sua alimentação: anote por três dias tudo o que você comer durante o dia, inclusive balas, bolachas, chocolates, salgadinhos, sucos artificiais, refrigerante, etc.. Sugestão para anotar o seu diário:

Dia da semana	Manhã	Tarde	Noite

DESAFIO DA PROFESSORA

Você conhece os contos clássicos da literatura infantil?

Muito dos contos clássicos tem o alimento como papel coadjuvante de suas histórias. Desafio você a identificá-los em cada conto mencionado abaixo:

Contos Clássicos	Alimento
Chapeuzinho Vermelho	
Cinderela	
Branca de Neve	
Cachinhos Dourados e os três Ursos	
João e o pé de Feijão	
Rapunzel	
João e Maria	Doces e guloseimas

Escola Municipal Professora Lavínia de Figueiredo Arnoni		
Nome do aluno:	Data:	Semana:
Professora: Elisangela Pinho e Ilza A C Simão	Turma: 5 ano	8
Componente Curricular: Ciências	Entregar devolutiva na Classroom	
ATIVIDADES ADAPTADAS		
Habilidades: (EF05CI08) Organizar um cardápio equilibrado com base nas características dos grupos alimentares (nutrientes e calorias) e nas necessidades individuais (atividades realizadas, idade, sexo etc.) para a manutenção da saúde do organismo.		

Observe a tirinha abaixo.



DAVIS, Jim. Disponível em: <http://tirinhasdogarfield.blogspot.com.br>. Acesso em: 29 mar. 2018.

1 – Qual dos dois personagens, Jon ou o gato Garfield, está mais preocupado com a saúde do corpo? Por quê?

2 – Além dos exercícios físicos, que atitudes são importantes para a saúde do corpo? ESCREVA dois exemplos.

Para completar as informações sobre alimentação saudável assista o vídeo abaixo, “Cinco chaves para uma alimentação mais segura”:

<https://youtu.be/4487VycN9sE>

Anote as três chaves que você considera mais importante:

EXPERIMENTO CIENTÍFICO



Teste do ovo

Objetivo da atividade: Fixar conhecimentos a respeito da escolha e compra de alimentos, em especial da validade.

Material: 2 ovos, sendo 1 “novo” e outro “velho”.

Procedimentos: Avaliar se os ovos estão velhos ou não através de observação da casca. Realizar o teste do ovo: colocar cada ovo em vasilhas diferentes contendo água e sal. O ovo que flutuar é porque está velho. Depois abrir os ovos e observar as características da gema e do odor.

5 – Descreva sua experiência:

Escola Municipal Professora Lavínia de Figueiredo Arnoni		
Nome do aluno:	Data:	Semana:
Professora: Elisangela Pinho e Ilza A C Simão	Turma: 5 ano	8
Componente Curricular: História	Entregar devolutiva na Classroom	
ATIVIDADES ADAPTADAS		
Habilidades (EF05HI01) Identificar os processos de formação das culturas e dos povos, relacionando-os com o espaço geográfico ocupado.		

Assista ao vídeo “Reportagem da TV Cultura mostra a diversidade da culinária brasileira”

<https://www.youtube.com/watch?v=OKfBiWyVAB0>

Baseado no vídeo, responda as questões abaixo:

1 – Quais animais domesticados foram trazidos pelos portugueses?

2 – Quais alimentos africanos foram trazidos pelos portugueses?

3 - A culinária brasileira sofreu influência de que povos:

- a) Africanas, americanas, indígenas.
- b) Africanas, mexicanas, indígenas.
- c) Africanas, portuguesas, indígenas.

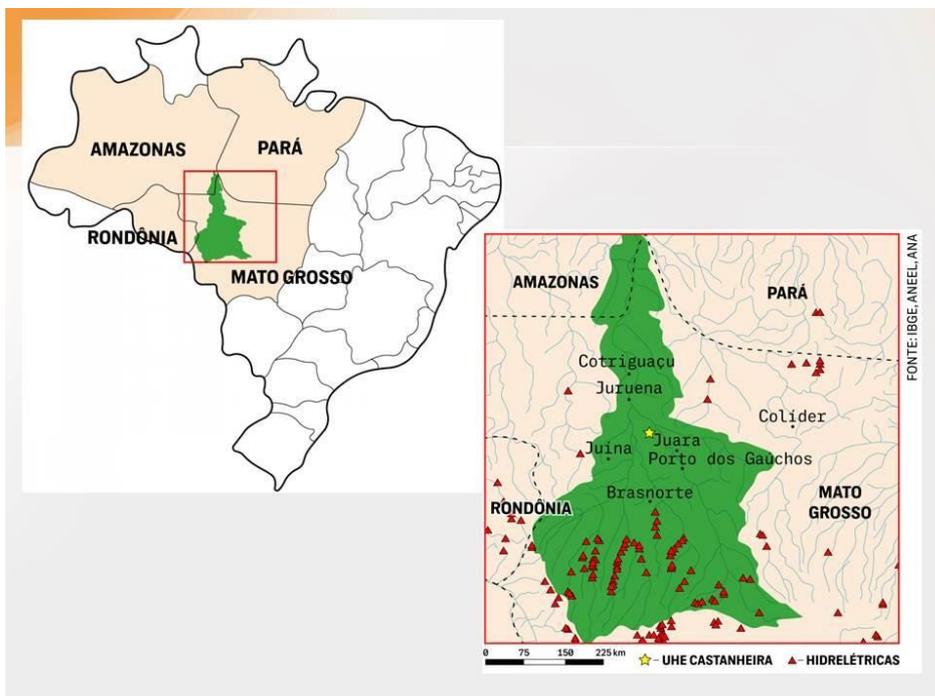
4 - Outra grande contribuição da cultura africana se mostra a mesa em outros pratos como mungunzá, sarapatel, baba de moça, cocada, bala de coco e muitos outros exemplos são iguarias da cozinha brasileira e admiradores em todo o mundo, Mas nenhuma receita se iguala em popularidade a _____. Originada das senzalas, era feita das sobras de carnes que os senhores de engenhos não comiam.

- a. Arroz.
- b. Feijoada.
- c. Caldo de mocotó.
- d. Feijão de corda.

Escola Municipal Professora Lavínia de Figueiredo Arnoni		
Nome do aluno:	Data:	Semana:
Professora: Elisângela Pinho e Ilza A C Simão	Turma: 5 ano	6
Componente Curricular: Geografia	Entregar devolutiva na Classroom	
ATIVIDADES ADAPTADAS		
Habilidades: (EF05GE02) Identificar diferenças étnico-raciais e étnico-culturais e desigualdades sociais entre grupos em diferentes territórios.		

Hoje vamos conhecer um pouco da alimentação dos índios e perceber a sua influência na culinária brasileira.

Para começar o assunto, vamos localizar o Parque Indígena do Xingu, um dos mais conhecidos território indígena do Brasil:



<https://theintercept.com/2019/04/23/hidreletrica-indigenas-tapayunas-ameacado-s-mt/>

1 – De acordo com o mapa, em qual estado e região brasileira localiza-se o Parque do Xingu?

A CULINÁRIA DO BRASIL E SUAS REGIÕES E INFLUÊNCIAS.

Existem, atualmente, mais de duzentos grupos indígenas conhecidos no território brasileiro. Cada um com seus hábitos alimentares, preferências gastronômicas e alimentos que não conseguem ingerir. Iguarias para alguns são alimentos repulsivos para outros.

Para muitos deles, a mandioca é a base da alimentação, sendo o milho também importante para muitas tribos. Alguns, como os Timbira, de Tocantins e Maranhão, e os Nambikwara, de Rondônia, coletam alimentos disponíveis na floresta, sem se dedicar muito a plantações, ao contrário dos Caiapó, de Mato Grosso e do Pará, que possuem grandes roças, contando inclusive com especialistas para avaliar o local do melhor solo para as suas culturas agrícolas nas aldeias.

Há grupos que consomem carne de animais como antas e jabotis – caso dos índios Caiapó, que preferem carnes gordas –, e os que se alimentam mais de peixes e carne de macacos, como os da região do Alto Xingu.

(...) Outra importante fonte de alimento eram os peixes, tartarugas, moluscos e crustáceos. Entre os peixes mais consumidos estavam os pirarucus, carapebas, curimãs, tucunarés, comorins, cavalas, traíras, beijupirás, surubins, tambaquis, garoupas, sardinhas, agulhas, piranambus e jaús. Eram inúmeros os peixes de água salgada e de água doce, conhecidos e consumidos pelos índios brasileiros. Os que tinham pele ou couro eram chamados de *pirá* e os de escamas *cará*. Os maiores eram preparados assados ou moqueados; os menores eram cozidos, sendo o caldo utilizado para fazer pirão.

Além da farinha de mandioca também fazem parte da culinária tradicional do índio outros tipos de farinha, como as de peixe seco, inhame (cará), amendoim e banana. (...)

https://pt.wikipedia.org/wiki/Culin%C3%A1ria_do_Brasil

2 – A culinária do Brasil é fruto de uma mistura de ingredientes, inclusive indígenas. Além da farinha tradicional de mandioca, eles fazem farinha com outros ingredientes. Quais são eles?

3 – Cite pelo menos três espécies de peixes mais consumidos pelos índios?

Escola Municipal Professora Lavínia de Figueiredo Arnoni

Nome do aluno:	Data:	Semana: 8
Professora: Elisângela Pinho e Ilza A C Simão	Turma: 5 ano	
Componente Curricular: Matemática	Entregar devolutiva na Classroom	

ATIVIDADES ADAPTADAS

Habilidades: (EF05MA24) – Interpretar dados estatísticos apresentados em textos, tabelas e gráficos (colunas ou linhas) referentes a outras áreas do conhecimento ou a outros contextos, como saúde, trânsito, e produzir textos com o objetivo de sintetizar conclusões; (EF05MA08) – Resolver e elaborar problema de multiplicação e divisão com números naturais e com números racionais cuja representação decimal é finita (com multiplicador natural e divisor natural diferente de zero) utilizando estratégias diversas, como cálculo por estimativa, cálculo mental e algoritmos. (EF05MA12) Resolver problemas que envolvam variação de proporcionalidade direta entre duas grandezas, para associar a quantidade de um produto ao valor a pagar, alterar as quantidades de ingredientes de receitas, ampliar ou reduzir escalas em mapas, entre outros.

Como já vimos nas aulas de Ciências, a energia que o corpo necessita é medida em calorias.

Pensando nisso, vamos avaliar alguns hábitos comuns, principalmente entre as crianças, fazendo a leitura das informações disponibilizadas aos consumidores:

Vamos analisar o rótulo de um biscoito:

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL / INFORMACIÓN NUTRICIONAL / NUTRITIONAL INFORMATION		
Porção de / Porción / Portion 30 g (3 Biscoitos / Galletas / Biscuits)		
Quantidade por porção / Cantidad por porción / Quantity per portion		% VD[*]/%DV[*]
Valor energético/ Caloric Value	130 kcal = 546 kJ	7%
Carboidratos/ Carbohidratos / Carbohydrates	21 g	7%
Proteínas/ Proteins	2,3 g	3%
Gorduras totais / Grasas totales/ Total fat	4,0 g	7%
Gorduras saturadas/ Grasas Saturadas/Saturated Fat	1,3 g	6%
Gorduras trans/ Grasa Trans/ Trans Fat	não contém/no contiene/doesn't contain	**
Fibra alimentar/ Fibra alimentaria/ Dietary fibre	1,1 g	4%
Sódio/ Sódium	117 mg	5%

*%Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas. ** VD não estabelecido. **% Valores diarios de referencia con base a una dieta de 2.000 kcal o 8.400kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas. ** VD no establecido. **% Daily Reference Value based on a diet of 2.000Kcal or 8.400kJ. Daily values could be superior or inferior depending on your energetic necessity. **DV nor established.

1 – A tabela refere-se ao consumo de quantos biscoitos?

2 – Sei de crianças que comem assistindo televisão, e consomem de uma vez só o pacote inteiro. Sabendo que o pacote tem 12 biscoitos, calcule o que a criança ingere em:

- Valor energético: _____
- Carboidratos: _____
- Gorduras saturadas: _____
- Sódio: _____

Observação: Após comer o pacote inteiro de biscoito, uma criança de 10 anos já ingeriu aproximadamente 1/4 da quantidade do valor energético que pode consumir o dia todo. Isto significa que ao final do dia ela certamente comerá além de seu limite

diário, provocando o aumento de peso que, se associado a uma rotina sedentária, provoca o sobrepeso.

3 – O pessoal da Creche Feliz, faz a sua compra no Mercado do bairro, priorizando produtos naturais para a alimentação de suas 9 crianças na faixa de 2 a sete anos. Com base em uma receita saudável vamos ajudá-los nos cálculos para a lista de compras:

Crepioca de cenoura

Ingredientes

1 ovo

1 cenoura pequena ou 100 gramas, cozida e amassada

1 colher de sopa ou 45 gramas de massa de tapioca

Azeite e Orégano a gosto

Sabendo que esta receita rende 1 porção, calcule a receita para 9 porção:

Crepioca de cenoura para 9 porções:

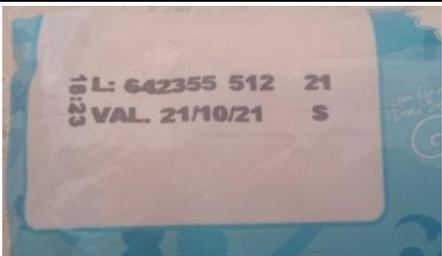
Ingredientes

___ ovo

___ cenoura pequena ou ___ gramas, cozida e amassada.

___ colher de sopa ou ___ gramas de massa de tapioca

4 – Estamos no mês de outubro, então observe as fotos tiradas das datas de vencimento de alguns produtos e diga quantos meses faltam para vencer os produtos:

 <p>O macarrão vence em ___ meses</p>	 <p>O alimento para cães vence em ___ meses</p>
--	---

5 – A diretora da Creche Feliz resolveu servir suco natural para as crianças. Foi ao mercado e comprou 2 dúzias de laranjas por R\$ 4,80 a dúzia, 2 quilos de cenoura por R\$ 2,75 o quilo e 1 quilo de açúcar no valor de R\$ 2,69.

a) Quanto ela gastou?

R: _____

b) – Para pagar ela deu 2 notas de R\$ 5,00 e 1 notas de R\$ 10,00. Quanto ela recebeu de troco?

R: _____