

**Escola: E. M. PROFESSOR SEBASTIÃO VAYEGO DE CARVALHO**

Nome do aluno:	Data: 05/10 a 09/10	Semana: 6
Professora(s): Alesandra/Andréa/Jussara	Turma(s): 5^{os} A,B,C	
Componente Curricular: Português	Entregar:	

PROGRAMA SEGUE: Atividade de intensificação da aprendizagem.

Habilidade: **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.**

EF05LP08 – Localizar e organizar informações explícitas, na sequência em que aparecem no texto.

➤ **Dicas preciosas:**

1. Leia com atenção todas as questões e as instruções dadas nesta atividade e faça todos os exercícios lembrando que estamos buscando aprimorar seus conhecimentos, por isso se surgirem dúvidas solicite o auxílio de sua professora;
2. Ao finalizar as suas atividades faça a devolutiva da mesma através de foto nas plataformas já combinadas.
3. **A impressão destas folhas não se faz necessário. As respostas podem ser feitas no caderno.**





Você se alimenta bem? Leia o texto informativo abaixo e responda as questões.

Geralmente durante o dia gastamos energia para pensar, brincar, praticar esportes e realizar todas as nossas atividades. A energia perdida é novamente obtida por meio dos alimentos. Os alimentos são combustíveis para nosso corpo. Por isso devemos ter uma boa alimentação, com pelo menos cinco refeições diárias: café da manhã, lanche, almoço, lanche e jantar.

Devemos ingerir alimentos variados de diferentes origens, para obtermos nutrientes necessários à saúde do nosso corpo. O importante não é a quantidade, mas a qualidade dos alimentos. Precisamos nos acostumar a experimentar o que não conhecemos, desde frutas e verduras até pratos sofisticados, para enriquecer a nossa alimentação.

a) O que o ser humano gasta durante suas atividades diárias?

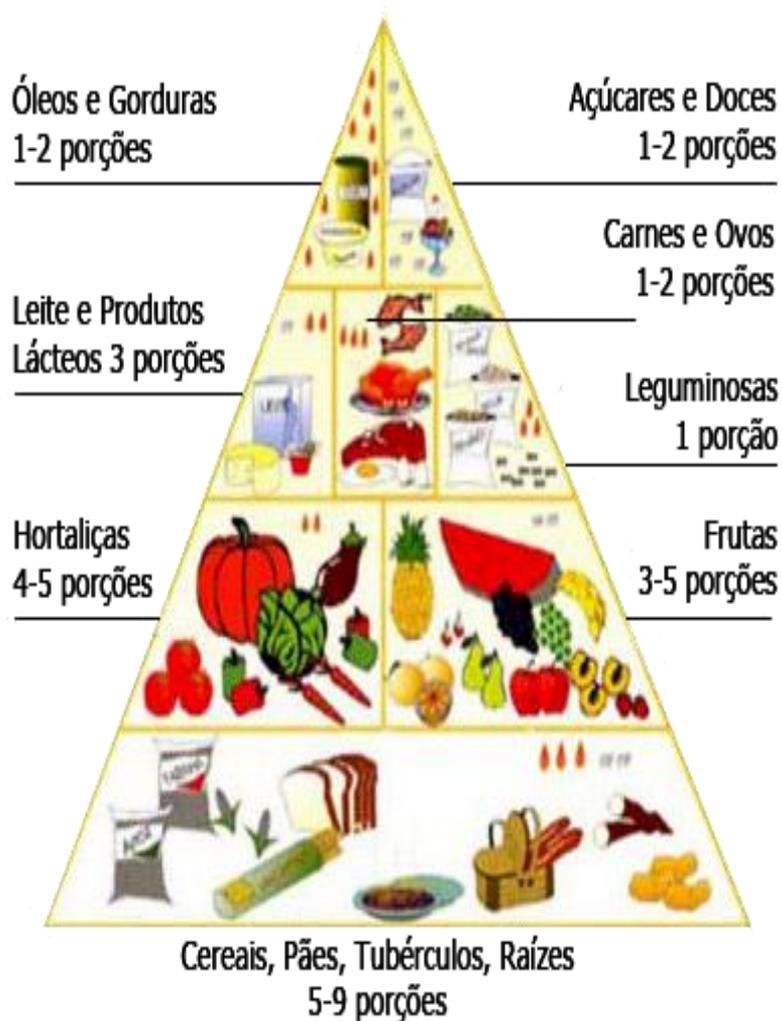
b) Os alimentos funcionam como o que para nosso corpo?

c) Devemos ter quantas refeições diárias e quais são elas?





Final de semana e manter a dieta balanceada é muito difícil não é? Observando a Pirâmide Alimentar e de acordo com as porções diárias que podem ser ingeridas, monte um Cardápio balanceado para um final de semana, incluindo todas as refeições.



	Sábado	Domingo
Café da manhã		
Lanche da manhã		
Almoço		
Lanche da tarde		
Jantar		

**Escola: E. M. PROFESSOR SEBASTIÃO VAYEGO DE CARVALHO**

Nome do aluno:	Data: 05/10 a 09/10	Semana: 6
Professora(s): Alesandra/Andréa/Jussara	Turma(s): 5 ^{os} A,B,C	
Componente Curricular: Matemática	Entregar:	

PROGRAMA SEGUE: Atividade de intensificação da aprendizagem.

Habilidade: **EF05MA02 - Ler, escrever e ordenar números racionais na forma decimal com compreensão das principais características do sistema de numeração decimal, utilizando, como recursos, a composição e decomposição e a reta numérica.**

EF05MA03 – Identificar e representar frações (menores e maiores que a unidade), associando-as ao resultado de uma divisão ou à ideia de parte de um todo.

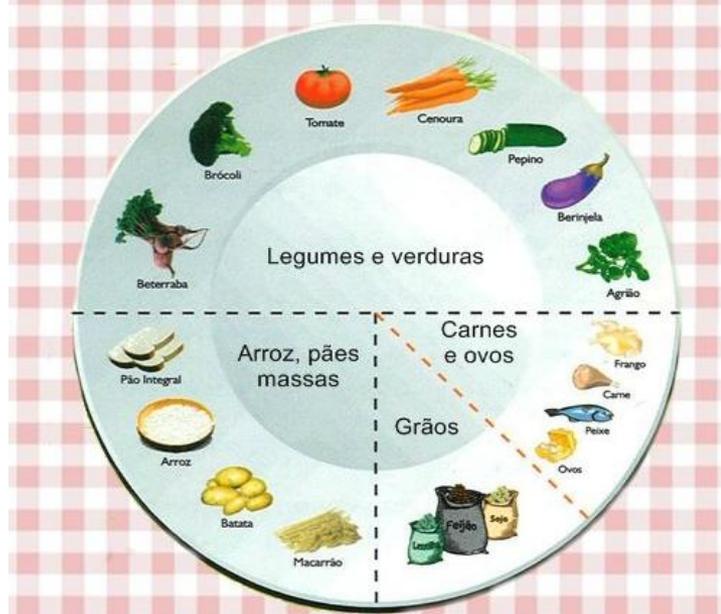
➤ **Dicas preciosas:**

1. Leia com atenção todas as questões e as instruções dadas nesta atividade e faça todos os exercícios lembrando que estamos buscando aprimorar seus conhecimentos, por isso se surgirem dúvidas solicite o auxílio de sua professora;
2. Ao finalizar as suas atividades faça a devolutiva da mesma através de foto nas plataformas já combinadas.
3. **A impressão destas folhas não se faz necessário. As respostas podem ser feitas no caderno.**





Olha que prato colorido e saudável que foi preparado. Sobre esse prato, indique as frações de acordo com sua divisão e os decimais, referentes a cada grupo de alimentos. **Faça os cálculos necessários no caderno.**



Alimentos	Fração	Decimal
Legumes e verduras		
Arroz, pães e massas		
Grãos		
Carnes e ovos		