

E.M. Professor Sebastião Vayego de Carvalho
Av. Ver. Rubens Mazieiro, 100 – Ouro Fino Paulista – CEP: 09442-700
Fone: (11) 4822-3137 / 4827-0948

DISCIPLINA: CIÊNCIAS
SEMANA- 16- DE 21/06 A 25/06

NOME:	Nº:	SÉRIE: 8º ANO
PROFESSOR(A): Marilaine L. Martines	CARGA HORÁRIASEMANAL:4aulas	
ENVIAR PARA: google classroom	DATA DE ENTREGA: 25.06.2021	
OBJETOS DE CONHECIMENTO/CONTEÚDO –Vida e Evolução		
HABILIDADES: (EF08CI09) Identificar e comparar o modo de ação e a eficácia dos diversos métodos contraceptivos e justificar a necessidade de compartilhar a responsabilidade na escolha e na utilização do método adequado à prevenção da gravidez na adolescência e de infecções Sexualmente Transmissíveis- IST		
ESTRATÉGIAS E RECURSOS: : Envio de texto para leitura atenta parte II. Video sobre o tema e exercícios propostos no google forms		
ORIENTAÇÕES: Leia o texto com atenção . Se possível assista ao vídeo indicado, em seguida faça os exercícios propostos no google forms. As dúvidas existentes devem ser tiradas com a professora através de whatsapp no período da tarde entre 16h e 18h. Nos dias 4ª, 5ª e 6ª Feira. Video: https://www.youtube.com/watch?v=3BFovRk3CR0		

**Dando continuidade aos nossos estudos, vamos para a parte II da aula:
Outros contraceptivos:**

Diafragma



O diafragma é um **método de barreira móvel**, que pode ser colocado e retirado da vagina e consiste em uma estrutura de látex combinada com gel espermicida. É preciso consulta médica para verificação do tamanho a ser utilizado.

Deve ser colocada duas horas antes da relação sexual e retirada após 4 a 6 horas, sendo necessário ser lavado com água e sabão após o uso e sua durabilidade é de cerca de 2 anos. Livre de hormônios e com baixo custo, o diafragma não apresenta um alto índice de eficácia, por isso, a recomendação do uso combinado com espermicida.

Vantagens	Desvantagens
Pode ser utilizado somente quando precisar.	Exige controle do número de horas de uso.
É livre de hormônios.	Requer uso combinado de espermicida para aumentar a eficácia.
Não é afetado por outras medicações.	Pode causar irritação, reação alérgica e infecção no trato urinário.

Anel vaginal



O anel vaginal é um **método hormonal** que possui uma formulação semelhante à da pílula anticoncepcional, tendo aparência semelhante a uma pulseira, é flexível e transparente. É introduzido na vagina e acomodado no colo do útero no 5º dia de menstruação, onde permanece por 3 semanas liberando hormônios que evitam a liberação dos óvulos. Veja na tabela abaixo algumas vantagens e desvantagens do anel vaginal.

Vantagens	Desvantagens
Alto índice de eficácia.	Pode causar desconforto e irritação.
Não exige controle diário.	Pode causar alteração do peso.
Não interfere na vida sexual.	Pode causar dores de cabeça e alterações de humor.

Espermicida



O espermicida é considerado um **complemento contraceptivo**, o qual deve ser utilizado de forma conjunta com outros métodos, como com o diafragma e preservativo. Sua principal ação é criar um ambiente que dificulte a motilidade do esperma. São comercializados em diferentes formatos, podendo ser em creme, gel e até espumas. Devem ser inseridos na vagina 5 a 90 minutos antes da relação sexual e, após o ato, é preciso aguardar no mínimo 6 horas para higienização.

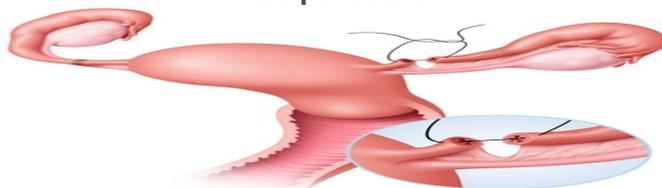
Vantagens	Desvantagens
É de fácil utilização.	Se utilizado sozinho tem baixo índice de eficácia.
É livre de hormônios.	Pode causar irritação, reação alérgica e infecção no trato urinário.
É de fácil obtenção.	Exige controle de horas antes e depois da relação sexual.

Métodos Contraceptivos Definitivos

Os métodos contraceptivos definitivos consistem na **esterilização permanente** e pode ser realizado tanto nos homens quanto nas mulheres, impedindo assim, que os espermatozoides cheguem ao óvulo.

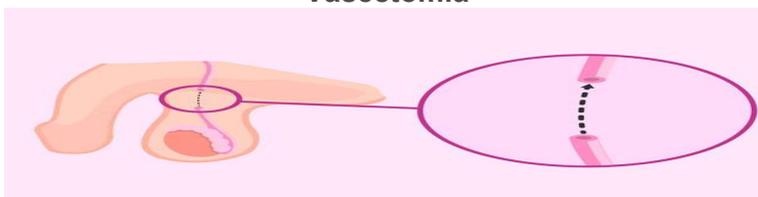
De acordo com a Lei do Planejamento Familiar, pessoas com mais de 25 anos e que tiverem pelo menos 2 filhos vivos, ou quando houver risco de vida para a mulher ou para bebê, podem usar os métodos contraceptivos definitivos.

Laqueadura



É a **esterilização nas mulheres**, que consiste na ligadura das trompas de Falópio. É realizado um procedimento cirúrgico em que o médico utiliza um instrumento que bloqueia a passagem do espermatozoide até o óvulo. Em alguns casos é removido um pedaço da trompa.

Vasectomia



A vasectomia é a **esterilização realizada no homem**. Ela consiste no bloqueio dos ductos deferentes, responsáveis pelo transporte do esperma para outras glândulas, de modo que o sêmen não tenha mais espermatozoides.

A partir desse procedimento, considera-se que o organismo demore 3 meses para se livrar de todo espermatozoide. Confira na tabela a seguir algumas vantagens e desvantagens do método contraceptivo permanente.

Vantagens	Desvantagens
Tem duração permanente.	Não tem reversão.
É livre de hormônios.	É um procedimento cirúrgico realizado por médico.
Não afeta o uso de outros medicamentos.	Pode haver complicações pós-cirúrgicas.

Pílula do Dia Seguinte



A pílula anticoncepcional de emergência só deve ser usada excepcionalmente e nunca deve ser adotada como método contraceptivo usual.

Cada dose é composta por duas pílulas que devem ser ingeridas com intervalo de 12 horas. Elas **concentram elevada dose hormonal** (o equivalente a 8 pílulas anticoncepcionais de uso prolongado) que retarda a ovulação, dificultando assim a gestação.

O uso frequente da pílula do dia seguinte pode causar alterações no ciclo menstrual.

Vantagens	Desvantagens
Maior índice de eficácia quando utilizada dentro do prazo de 12 horas após a relação sexual.	Possui dose elevada de hormônios em uma única pílula.
Pode ser utilizada até 5 dias após a relação sexual sem uso de outro método contraceptivo.	Pode alterar o ciclo menstrual.

Tabelinha

CICLO DE 28 DIAS						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

1	início da menstruação
14	metade do ciclo menstrual
10 a 18	período fértil

A tabelinha é um **método contraceptivo natural** que permite à mulher saber o seu período fértil, ou seja, o período do mês em que ela está ovulando e pode engravidar. Ao adotar este método contraceptivo, a mulher opta por ter relações sexuais somente nos dias não férteis do ciclo menstrual. É um método que exige regularidade, pois em casos de erro a eficácia de uso chega a 76%. Para utilizar esse método, é preciso registrar o primeiro dia da menstruação, em pelo menos seis meses para se ter conhecimento da duração do ciclo. Considera-se que o ciclo menstrual tem início no 1º dia da menstruação e termina na véspera da menstruação seguinte. É importante destacar que em adolescentes o ciclo menstrual sofre muitas alterações, mas a maioria dos ciclos tem entre 28 e 31 dias. O período fértil corresponde à metade do ciclo, por exemplo se o seu ciclo é de 28 dias, o 14ª dia será o dia fértil, sendo que deve ser considerado dois dias antes e dois dias depois do dia fértil. Veja a seguir as principais vantagens e desvantagens da tabelinha.

Vantagens	Desvantagens
É livre de hormônios.	Exige um estilo de vida regrado.
Não tem efeitos colaterais.	Não é confiável e apresenta alto índice de falhas.
Não interfere na fertilidade.	Não protege contra doenças sexualmente transmissíveis.

Coito interrompido



O coito interrompido é um **método com baixo índice de eficácia** pois exige do casal autocontrole e experiência, especialmente do homem, que deve retirar o pênis da vagina antes da ejaculação, para que assim, o esperma não atinja o útero. É importante destacar que antes da ejaculação pode ser liberado pequena quantidade de espermatozoides através do líquido seminal.

Vantagens	Desvantagens
Não interfere no uso de outros medicamentos.	Não é confiável.
É livre de hormônios.	Interrompe o sexo.

EXERCÍCIOS, ACESSE: <https://forms.gle/eVYdBN3oBrNKhsS46>

EXERCÍCIOS PROPOSTOS NA PLATAFORMA:

1. Observe os dados abaixo e assinale quais são meios contraceptivos:
 bolsa de água quente, salmoras e comprimidos analgésicos
 camisinha, pílula do dia seguinte, Diu, camisinha feminina entre outros
 descongestionantes, analgésicos, bolsa de água gelada
 curativos especiais, analgésicos, comprimidos de antibióticos
2. São processos irreversíveis:
 uso de camisinha e diu
 cirurgia como laqueadura e vasectomia
 tabelinha e anticoncepcionais
 Diu e pílula do dia seguinte
3. São processos reversíveis
 uso de camisinha e diu
 cirurgia como laqueadura e vasectomia
 vasectomia no caso do homem
 laqueadura no caso da mulher
4. O método contraceptivo natural que permite à mulher saber o seu período fértil é:
 DIU Laqueadura Pílula do dia seguinte Tabelinha
5. O espermicida é um considerado um **complemento contraceptivo**, o qual deve ser utilizado de forma conjunta com outros métodos, como com o diafragma e preservativo. Sua principal ação é:
 Facilitar o encontro entre espermatozoide e óvulo
 filtrar o espermatozoides separando-os do sangue
 criar um ambiente que dificulte a motilidade do esperma
 separar os espermatozoides da urina
6. A camisinha, além de ser um dos métodos contraceptivos também:
 protege de doenças sexualmente transmissíveis (DST).
 serve como auxiliar para quando a mulher fica menstruada
 serve para controlar o período menstrual
 serve para diminuir o fluxo sanguíneo
7. O contraceptivo muito parecido com um esparadrapo é:
 DIU Camisinha Adesivo anticoncepcional Camisinha feminina
8. Contraceptivo que pode permanecer no útero por até 5 anos, com a possibilidade de remoção a qualquer momento.
 DIU Camisinha Adesivo anticoncepcional Camisinha feminina
9. Anticoncepcionais que são feitos com hormônios semelhantes aos que são produzidos pelo próprio corpo (estrogênio e progesterona)
 DIU Camisinha Pílula anticoncepcional Camisinha feminina
10. É considerado um dos **métodos contraceptivos mais populares**:
 DIU Camisinha masculina vasectomia Camisinha feminina

BONS ESTUDOS!!!!!!

E.M. Professor Sebastião Vayego de Carvalho

Av. Ver. Rubens Mazieiro, 100 – Ouro Fino Paulista – CEP: 09442-700

Fone: (11) 4822-3137 / 4827-0948

E-mail: emvayego@hotmail.com

EDUCAÇÃO FÍSICA

SEMANA 16

21/06/2021 A 25/06/2021

NOME:	Nº:	SÉRIE: 8º ANO
PROFESSOR(A): DANILO HENRIQUES FERREIRA	CARGA HORÁRIA SEMANAL: 2 AULAS	
ENVIAR PARA: GOOGLE CLASSROOM	DATA DE ENTREGA: 25/06/2021	
OBJETOS DE CONHECIMENTO/CONTEÚDO: ESPORTES DE REDE/PAREDE		
HABILIDADE(S): (EF89EF03) FORMULAR E UTILIZAR ESTRATÉGIAS PARA SOLUCIONAR OS DESAFIOS TÉCNICOS E TÁTICOS, TANTO NOS ESPORTES DE CAMPO E TACO, REDE/PAREDE, INVASÃO E COMBATE COMO NAS MODALIDADES ESPORTIVAS ESCOLHIDAS PARA PRATICAR DE FORMA ESPECÍFICA.		
ESTRATÉGIAS E RECURSOS: ATRAVÉS DA UTILIZAÇÃO DE TEXTOS, IMAGENS E VÍDEOS.		
ORIENTAÇÕES: USANDO O CONTEÚDO ENVIADO ANTERIORMENTE, RESPONDER AS QUESTÕES NO CADERNO. (ATIVIDADE PODERÁ SER IMPRESSA, MAS DEVERÁ SER RESPONDIDA A MÃO). OS ALUNOS DEVERÃO ENVIAR PARA O PROFESSOR UMA FOTO DO CONTEÚDO NO CADERNO PARA SER VISTADO.		
HORÁRIO DE ATENDIMENTO: SEGUNDA FEIRA (8H AS 12H/13H AS 14H40), TERÇA FEIRA (8H AS 12H/13H AS 16H40), QUARTA FEIRA (8H AS 12H), SEXTA FEIRA (8H AS 12H/13H AS 18H20)		

Atividade Teórica

Esportes de Rede/Parede

1- Complete a frase:

- a) Os três pisos utilizados no tênis são o _____, o _____ e a _____;
- b) Sobre a pontuação do tênis, quando um jogador ganha 6 _____, ele conquista 1 _____;
- c) _____ é o local demarcado por linhas, onde o atleta deverá mandar as bolinhas no momento do saque;
- d) Quando o jogo é em dupla, são utilizadas as linhas _____ da quadra.

2- Identifique os esportes abaixo.

