


ESCOLAMUNICIPALMARIA SIQUEIRA DE PAULA

Nome do aluno:		Semana:30
Professora: Luciléia	Quarta- Feira	Turmas: 4º Ano
Componente Curricular: 1 aula de Língua Portuguesa	Entrega: Foto/vídeo/ Atividade impressa	
Componente Curricular: 2 aulas de Ciências		



Língua Portuguesa

Livro Ápis página 123- Analisando a linguagem de uma carta .

Produzindo uma carta de leitor.



Ciências

Projeto Alimentação .



O que significa ter uma alimentação Saudável para você?

Vamos ler os textos abaixo.

Alimentação equilibrada



Observe os alimentos da foto.
Para que servem os alimentos?

O ser humano necessita da energia dos alimentos para realizar todas as atividades diárias e ter um desenvolvimento saudável.

Alimentar-se bem não significa apenas comer muito. O mais importante é a qualidade do alimento.

A alimentação deve ser equilibrada e variada, composta de alimentos que forneçam a quantidade suficiente de nutrientes de que o organismo necessita, proporcional ao gasto de energia.

Por exemplo, uma pessoa que come hambúrguer, batata frita, pizza, cachorro-quente, esquecendo-se de verduras, legumes, frutas e leite, certamente terá **carência*** de alguns nutrientes e excesso de outros. O ideal é ter uma alimentação equilibrada.

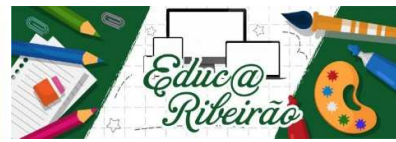


SUA VEZ

1 O que você sente quando fica sem comer?



Cansaço e fome indicam que parte de nossas energias foi gasta e precisa ser repostas. As atividades do dia a dia consomem energia e requerem a ingestão de alimentos, que funcionam como **combustível** para o corpo. Para repor essa energia gasta, o organismo retira nutrientes dos alimentos que ingerimos.



Observe a capa da revista. Leia e depois responda:



Qual é o nome dessa revista?

A reportagem principal das revistas vem sempre em destaque na capa. Qual é a reportagem principal dessa edição?

A reportagem principal fala sobre:

- alimentação saudável.
- comida de lanchonete.

Escreva o nome de 3 alimentos que estão na capa:

Para você, por que devemos ter uma alimentação saudável? ...

Você já leu alguma revista? ..

Se você já leu, qual era o nome dela?