Secretaria de Educação
Avenida Prefeito Valdirio Prisco, 193
Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br
(11) 4828-9600/ 4825-9270

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- 31- DE 18/10 A 22/10

NOME:	**Nº:**	**SÉRIE: 6º ANO _____**
PROFESSOR(A): Marilaine L. Martines	**CARGA HORÁRIA SEMANAL:4aulas**	
ENVIAR PARA: google forms	**DATA DE ENTREGA: 22.10.2021**	
OBJETOS DE CONHECIMENTO/CONTEÚDO: VIDA E EVOLUÇÃO		
HABILIDADES:EF06CI08) Explicar a importância da visão (captação e interpretação das imagens) na interação do organismo com o meio e, com base no funcionamento do olho humano, selecionar lentes adequadas para a correção de diferentes defeitos da visão.		
ESTRATÉGIAS E RECURSOS: Exercícios referentes a semana 29		
ORIENTAÇÕES: Releiam o texto com atenção da semana 29 e respondam as questões propostas. Plantão de dúvidas das 18h30 ás 19h30 pelo whatsap. (5ª e 6ª feira)		

Link para acessar o google forms https://forms.gle/NNnvXRjpysDTTEZe7

Exercícios propostos no google forms:

1. **As células com maior metabolismo de todo o nosso organismo estão:**
   ( ) no sistema ocular.
   ( ) no sistema cardíaco
   ( ) no sistema respiratório
   ( ) no sistema nervoso
2. **Alguns dos cuidados e hábitos essenciais que devemos ter para a saúde dos olhos são:**
   ( ) Coçar muitas vezes durante o dia e dormir com compressas durante a noite
   ( ) Evitar coçar os olhos, usar óculos de Sol
   ( ) Nunca usar óculos para o Sol e evitar coçar os olhos
   ( ) Usar muito colírio e coçar toda vez que necessário
3. **Quanto ao uso de maquiagem é recomendável:**
   ( ) Dormir 2 vezes por semana somente com maquiagem
   ( ) Usar maquiagem somente pela manhã, evitando o desgaste dos olhos
   ( ) Nunca devemos dormir de maquiagem para não obstruir os poros com acúmulos de substâncias na região.
   ( ) Não há nenhuma restrição quanto ao uso de maquiagem
4. **Precisamos ter uma alimentação balanceada com alimentos ricos em vitaminas A, C e D e zinco, encontramos estas vitaminas em:**

( ) em alimentos como pães, doces, bolos e chocolates em geral
( ) em alimentos como frituras, açucares, fígado e refrigerantes
( ) em alimentos como cenoura, laranja, verduras verde-escuras e ovos.
( ) em alimentos como iogurtes, pães, biscoitos, bolos e chocolates

5. Devemos higienizar pelo menos uma vez ao dia nossos olhos, desta forma:

( ) Ao realizar essa limpeza, estaremos removendo toda impureza e secreções e, consequentemente, evitando coceiras que possam provocar irritações ou até mesmo uma possível conjuntivite.
( ) Ao realizar essa limpeza, estaremos removendo toda impureza e secreções e, consequentemente, evitando crescimento da conjuntiva e problemas na íris
( )Ao realizar essa limpeza, estaremos removendo toda impureza e secreções e, consequentemente, evitando ardência na parte interior do olho e vermelhidão na parte externa
( ) Ao realizar essa limpeza, estaremos removendo toda impureza e secreções e, consequentemente, evitando perda de visão

6. A prática de piscar permite:
( ) lubrificação/hidratação da nossa córnea
( ) hidratação do nervo óptico
( ) sangramento da retina
( ) lubrificação da pupila

7. Sempre quando for colocar suas lentes de contato, antes e depois, é importante:
( ) Verificar se guardou no estojo, as lentes na parte correta para não troca-las antes de colocar
( ) higienizar suas mãos, pois elas acabam se tornando veículos para a transmissão de infecções e bactérias para os nossos olhos.
( ) Limpar com soro fisiológico e qualquer outra substância líquida
( ) Limpar com uma substância como detergente ou sabão

8. Ter uma boa qualidade de sono é muito importante para :
( ) A hidratação dos cílios
( ) a hidratação e descanso dos nossos olhos
( ) Seus olhos amanhecerem mais claros
( ) Seus olhos amanhecerem com mais brilho

9. Quando usamos um grau de óculos que não seja o indicado para nossa visão, isso acabará causando:
( ) Dores no estômago e falta de ar
( ) Dores no ouvido e dores de cabeça
( ) Dores no pescoço e dores na garganta
( ) Dores nos olhos e de cabeça ou tonturas.

10. Os peixes são ótimas opções na alimentação, pois são ricos em ômega 3 e ômega 6, que ajudam a:
( ) Hidratar a pele
( ) preservarem os vasos sanguíneos que irrigam a retina
( ) fazer com que os cabelos cresçam mais rápido
( ) Melhorar a cor das nossa pele, tornando-a mais macia.

Secretaria de Educação
Avenida Prefeito Valdirio Prisco, 193
Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br
(11) 4828-9600/ 4825-9270

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

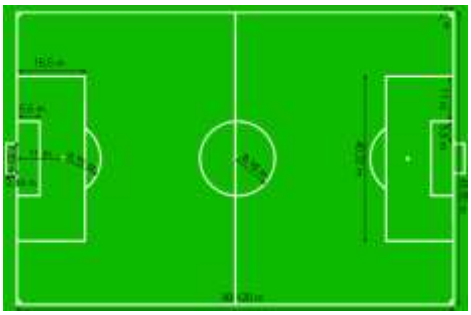
SEMANA 31

18/10/2021 A 22/10/2021

NOME:	**Nº:**	**SÉRIE: 6º ANO**
PROFESSOR(A): DANILO HENRIQUES FERREIRA	**CARGA HORÁRIA SEMANAL: 2 AULAS**	
ENVIAR PARA: GOOGLE CLASSROOM	**DATA DE ENTREGA: 22/10/2021**	
OBJETOS DE CONHECIMENTO/CONTEÚDO: ESPORTE DE INVASÃO: FUTEBOL		
HABILIDADE(S): (EF67EF06) ANALISAR AS TRANSFORMAÇÕES NA ORGANIZAÇÃO E NA PRÁTICA DOS ESPORTES EM SUAS DIFERENTES MANIFESTAÇÕES (PROFISSIONAL E COMUNITÁRIA/LAZER)		
ESTRATÉGIAS E RECURSOS: ATRAVÉS DA UTILIZAÇÃO DE TEXTOS, IMAGENS E VÍDEOS.		
ORIENTAÇÕES: OS ALUNOS DEVERÃO LER O TEXTO E COPIAR NO CADERNO. APÓS A CÓPIA, ENVIAR A FOTO DO CONTEÚDO NO CADERNO PARA SER VISTADO PELO PROFESSOR. **HORÁRIO DE ATENDIMENTO: SEGUNDA- FEIRA (13H AS 14H40), TERÇA-FEIRA (7H AS 12H20/13H AS 16H40), QUARTA-FEIRA (7H AS 12H20), SEXTA-FEIRA (13H AS 18H20).**		

FUTEBOL

O Campo



O futebol se joga num campo de grama natural ou sintética de forma retangular. As medidas oficiais são de 105x68 metros. As duas linhas localizadas ao longo do terreno recebem o nome de linhas laterais, enquanto que as outras são chamadas linhas de fundo. Os pontos no meio de cada linha lateral são unidos por outra linha, a linha de meio.

Sobre o centro de cada linha de fundo e adentrando-se no campo ficam a grande área, as pequenas áreas e as balizas. As chamadas balizas, também conhecidas como gols, são constituídas de dois postes verticais (conhecidos como traves) de 2,44 metros de altura localizados a 7,32 metros de distância um do outro e sobre o centro de cada linha de fundo. As partes superiores dos postes são unidas por outro poste horizontal, conhecido como travessão.

As grandes áreas são áreas retangulares localizadas no centro dos gols e adentrando-se no campo. As linhas que delimitam a grande área são traçadas a 16,5 metros dos postes verticais, adentrando-se também 16,5 metros ao interior do campo, e unidas por outra linha maior. O traçado da pequena área e semelhante, mas com uma medida de 5,5 metros

Boa Aula
Prof. Danilo