

## ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA LAVÍNIA DE FIGUEIREDO ARNONI

Nome do aluno:	Semana 33	
Professor: Rose, Madalena e Ilza	Data: 04/11/2021	Turma: 5ºs anos
Componente Curricular: Língua Portuguesa	Entrega:	

Bom dia!

Realize a atividade do Livro Ápis na página 161.

Atividade 5, Item b

5 Você entrevistou pessoas da comunidade onde vive. Leia agora um trecho de uma entrevista com Ziraldo, escritor de livros infantojuvenis e criador do personagem Menino Maluquinho.

**Estadinho:** Qual foi o primeiro livro que você leu?

**Ziraldo:** Li os Contos Infantis do *Tesouro da Juventude*, uma coleção fantástica de capa dura que as pessoas vendiam de porta em porta no Brasil inteiro. O sonho de minha mãe era arrumar dinheiro para conhecer todos os volumes. Tinha os contos infantis clássicos. Li Pinóquio, Patinho Feio... Depois, larguei tudo, comecei a fazer minhas próprias escolhas e passei para o gibí. Então, meus amigos de infância eram o Batman, o Capitão América... Isso estimulou muito a minha vocação. Eu passava o dia desenhando histórias com os meus heróis. Eu tinha 11, 12 anos.

Natália Mazzoni. Disponível em: <[www.estadao.com.br/blogs/estadinho/parabens-ziraldo/](http://www.estadao.com.br/blogs/estadinho/parabens-ziraldo/)>. Acesso em: 16 ago. 2017.

a) O que ajudou Ziraldo em sua vocação?

Ler muito.       Desenhar muito.       Brincar muito.

b) Sublinhe na entrevista uma frase que indique algo que era habitual na vida de Ziraldo, no passado, e circule o verbo usado.

c) Use outra cor de lápis ou caneta e sublinhe agora uma frase que indique algo que ocorreu em determinado momento do passado. Depois, circule o verbo usado.

6 Registre a seguir três coisas que você:

a) faz habitualmente. \_\_\_\_\_

b) fez ontem. \_\_\_\_\_

c) com toda certeza fará nos próximos dias. \_\_\_\_\_

As formas verbais empregadas nessas atividades indicam ações que de fato acontecem, aconteceram ou acontecerão. Dizemos que indicam algo real, certo.

O modo do verbo que expressa o fato (a ação) como algo real, certo, é chamado de modo indicativo.

REPORTAGEM 161

<b>ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA LAVÍNIA DE FIGUEIREDO ARNONI</b>		
Nome do aluno:		<b>Semana 33</b>
Professor: Rose, Madalena e Ilza	Data: 04/11/2021	Turma: 5ºs anos
Componente Curricular: Matemática	Entrega:	

Realize as atividades da **página 177 do livro de matemática** com atenção!

Na aula de Geografia, os alunos da professora Clotilde pesquisaram sobre bacias hidrográficas no Brasil.

1. O que você sabe a esse respeito? Pesquise e escreva um texto.

2. Os alunos descobriram que das 12 grandes bacias hidrográficas do país, oito estão contaminadas. De acordo com essa informação, assinale a fração que indica o número de bacias hidrográficas contaminadas em relação ao total de bacias hidrográficas brasileiras.

a)  $\frac{8}{12}$                       b)  $\frac{12}{8}$                       c)  $\frac{1}{12}$                       d)  $\frac{1}{8}$

3. Na baía da Guanabara, no Rio de Janeiro, um quinto da sujeira são bolas de futebol, pneus, caiaques, sacolas plásticas e pedaços de barcos que afundaram. O restante vem do continente, ou seja, da poluição das praias e do esgoto lançado no mar. Assinale a afirmação verdadeira.

a)  $\frac{1}{5}$  da sujeira é proveniente de coisas que as pessoas jogam.  
b)  $\frac{1}{5}$  da sujeira vem do continente.  
c)  $\frac{5}{1}$  da sujeira é proveniente de coisas que as pessoas jogam.  
d)  $\frac{4}{5}$  da sujeira vem do continente.

cento e setenta e sete 177

## ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA LAVÍNIA DE FIGUEIREDO ARNONI

Nome do aluno:		<b>Semana 33</b>
Professor: Rose, Madalena e Ilza	Data: 04/11/2021	Turma: 5 <sup>os</sup> anos
Componente Curricular: Ciências	Entrega:	

Bom dia!

Hoje o livro nos trás um novo tema: POR UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, abra o livro interdisciplinar página 212 e leia com atenção o texto. Para fazer o exercício 1 e 2 da página 213, veja a figura da pirâmide alimentar que foi adaptada à realidade da população brasileira. Orienta o consumo energético médio diário de 2.000 kcal, distribuído em seis refeições ao longo do dia. Recomenda-se ainda a prática de atividade física por no mínimo 30 minutos diários.

**► Por uma alimentação saudável** Os elementos representados nestas páginas não estão em mesma proporção de tamanho.

Você já ouviu falar que alguém só come "besteiras"?

A pirâmide alimentar é uma representação que nos ajuda a tomar consciência do que devemos comer e em quais proporções. Ela sugere que os alimentos da base devem ser consumidos em maior quantidade do que os do topo.

Assim, a base da pirâmide é formada por vegetais ou alimentos de origem vegetal. Aí estão os cereais, como arroz, milho, trigo e suas farinhas usadas para fazer pães, massas, etc.; e também a batata e a mandioca, por exemplo. Esses alimentos fornecem principalmente carboidratos (além de vitaminas, minerais e fibras).

Em um nível acima dos cereais estão as chamadas hortaliças (que são os vegetais usados em saladas e refogados) e as frutas. Também são ricas fontes de vitaminas, minerais e fibras.

Carnes, ovos, feijão e sementes oleaginosas estão um nível acima de hortaliças e frutas na pirâmide alimentar. São ricas fontes de proteínas, minerais e vitaminas do complexo B.

Com eles estão leite e derivados (como queijo e iogurte), que são uma rica fonte de cálcio.

Finalmente, o topo da pirâmide alimentar inclui alimentos ricos em gordura, como óleos, açúcares e doces, que geralmente fornecem muitas calorias e têm baixo valor nutricional. O recomendado é que gorduras e doces representem uma parte não muito grande da quantidade de calorias que ingerimos.

UNIDADE 3

### TEXTO COMPLEMENTAR.

Pirâmide alimentar: guia para alimentação saudável.

No Brasil, as propostas mais utilizadas como guias alimentares são do Ministério da Saúde, representadas pelo Guia alimentar para população brasileira[...] e a pirâmide alimentar adaptada para população brasileira da pesquisadora da Universidade de São Paulo, Sonia Tuncunduva Philippi [...].

[...]

A pirâmide alimentar defende os princípios básicos de uma alimentação saudável: variedade, equilíbrio e moderação.

- Variedade: Fornecer uma ampla seleção de alimentos diariamente. Não há um alimento completo, que forneça todos os nutrientes necessários a uma boa nutrição e consequente manutenção da saúde. Uma alimentação variada deve incluir alimentos de todos os grupos da pirâmide que juntos atenderão às recomendações nutricionais.
- Equilíbrio: uma alimentação equilibrada incorpora diariamente quantidade adequada e indicação do número de porções recomendadas, dos diferentes grupos alimentares, provendo calorias e nutrientes necessários.
- Moderação: controle no consumo dos alimentos do grupo das gorduras e açúcares, sal e quantidade de calorias [...].

[...] A pirâmide alimentar no processo de educação alimentar e nutricional, apresenta-se como um guia eficaz para o cumprimento destas recomendações.

GOMES, Helen Mara dos Santos; TEIXEIRA, Estelamar Maria Borgs. Pirâmide alimentar: guia para alimentação saudável. Boletim Técnico IFTM, ano 2, n. 3, p. 10-15, set./dez. 2016.

AGORA RESPONDA a página 213.

1 Observe os esquemas e termine de completá-los com base na leitura do texto da página anterior.

ALIMENTOS DE ORIGEM VEGETAL

exemplos

são ricas fontes de

CARBOIDRATOS

são ricas fontes de

VITAMINA B

PROTEÍNAS

MINERAIS

são ricas fontes de

CÁLCIO

GORDURA

fornece muitas

2 Analise o que estas crianças dizem e troque ideias com os colegas: Com qual(is) vocês concordam? De qual(is) vocês discordam? Justifiquem suas respostas.

Nossa alimentação deve ter predominantemente vegetais, por isso eles estão no topo da pirâmide alimentar.

Devemos comer carne e ovos tanto quanto vegetais.

Podemos comer um doce de sobremesa a cada refeição. A pirâmide alimentar não indica nada contrário.

Fonte: PHILIPPI, Sonia. Pirâmide dos alimentos. Fundamentos básicos da nutrição. Eduec/Manaus, 2005.

213

## OBA! EXPERIMENTO CIENTÍFICO



Experimento de hoje. **OVO BOIA OU AFUNDA?**

É uma pergunta que fazemos sempre. Então você acha que o ovo afunda ou boia na água?

Chame a família a faça. Para esse experimento você vai precisar de:

2 copos;

1 ovo;

6 colheres de sopa de Sal;

Colher;

Água.

COMO REALIZAR:

- A primeira coisa é encher o copo com água e colocar o ovo. Como o ovo é mais pesado que a água, ele vai afundar.
- Acontece que se você retirar o ovo, colocar 6 colheres de sopa de sal no copo de água, mexer bem e depois repetir a experiência de colocar o ovo, o resultado será diferente: o ovo vai boiar.

Isso acontece porque, com o sal, a densidade da água aumenta e com isso ela passa a ficar mais pesada do que o ovo.

Mas o mais legal é quando a gente enche meio copo de água com sal, coloca o ovo e depois acaba de encher o copo com água normal.

- Isso mesmo! O ovo fica no meio!

Tire uma boa foto do momento que mais gostou, **relate esse momento** e envie no classroom.