

Atividades Referentes ao Período de 12 a 16 de julho de 2021

5º ano

<https://portaleducacao.hortolandia.sp.gov.br/index.php/emef-fernanda-grazielle-rezende-covre>

EMEF Fernanda Grazielle Resende Covre

Professoras: Silvana, Adriana, Iracema e Rita.

Ano/Turma: 5º Anos A, B, C e D.

Dia Da Semana	Rotina Diária: Descrição Das Atividades
Segunda – Feira Data: 12/07	Leitura Diária: O Tempo – Ivo Minkovicius. Disponível em https://youtu.be/NtEWAcbmfhU Acesso em 01/07/2021 Língua Portuguesa: Uso dos sinais de pontuação: aspas e parênteses, ler o texto informativo: pombo-correio, entender as explicações e realizar os exercícios.
Terça-Feira Data: 13/07	Leitura Diária: A casa feita de sonho - Varal de Histórias. Disponível em https://www.youtube.com/watch?v=CzbWBAPvZxc – acesso em 25/06/2021 Matemática: Plano cartesiano, atividades sobre o tema, adição e subtração, situações problemas do livro Ápis de matemática com interação professora e aluno.
Quarta-Feira Data: 14/07	Leitura Diária: O Livro da escrita – Ruth Rocha e Otávio Roth. Disponível em https://drive.google.com/drive/folders/1RCemF7788CtvF2V-ewlqcx9W5nnkJPGL?sort=13&direction=a Acessado em 28/06/2021 História: Registros de memória, texto informativo. Realizar atividades propostas e complementares no livro didático com interação professor e aluno. Inglês: Family (Revisão) página 29 https://portaleducacao.hortolandia.sp.gov.br/index.php/ingles
Quinta-Feira Data: 15/07	Leitura Diária: O Burro Teimoso (Vídeo Engraçado) - Mariza Disponível em https://www.youtube.com/watch?v=hepliFKG54Q acesso em 25/06/2021. Geografia: Texto informativo sobre as cidades e suas relações. Atividades relacionadas ao tema. Arte: Para acessar a atividade, clique no link abaixo. https://portaleducacao.hortolandia.sp.gov.br/index.php/artes
Sexta-Feira Data: 16/07	Leitura Diária: O vestido azul. Disponível em https://youtu.be/D368BPqCpLk Acesso 05/07/2021 Ciências: Seis coisas que você precisa saber sobre a hipertensão. Educação Física: Para acessar a atividade, clique no link abaixo. https://portaleducacao.hortolandia.sp.gov.br/index.php/ed-fisica

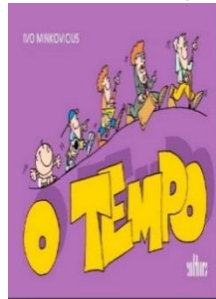
Segunda- feira

Olá crianças, tudo bem com vocês? Prontos para mais uma semana de estudos? Antes de iniciar as atividades, vamos ouvir uma história.

Este livro mostra, com graça e muita sutileza, as formas que o **tempo** encontra para fazer o mundo acontecer.

Leitura diária

O Tempo – Ivo Minkovicus → <https://youtu.be/NtEWAcbmfhU>



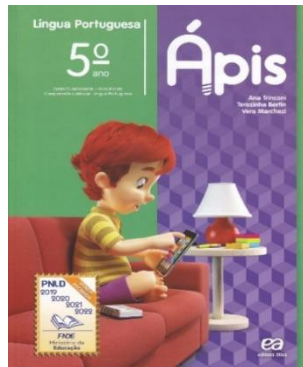
Fonte da imagem <https://www.amazon.com.br> acesso 01/07/2021.

Língua Portuguesa

Você já viu esses dois sinais de pontuação? Sabe como usá-los? É isso que vamos aprender na aula de hoje.

() - parênteses “ ” - aspas

Leia o trecho do texto informativo “Pombo Correio” que se encontra na página 30 do seu livro ÁPIS de Língua Portuguesa.



Pombo Correio

O pombo-correio quase sempre volta ao ninho. Como ele consegue fazer isso? Mistério! A ave é submetida a um treinamento durante o qual ela é solta cada vez mais longe do ninho, amarrando -se, em um dos seus pés, uma mensagem que ela levará até “sua casa”.

Na antiguidade, os egípcios já utilizavam os pombos-correios. Até hoje em Paris (na França) eles transportam amostras de sangue que chegam atrasadas por causa do trânsito. Dessa forma, no momento em que a ambulância chega com o ferido ao hospital, já se sabe o grupo sanguíneo do paciente.

Charles Léourier. **O segredo das pedras gravadas**: escrever e se comunicar. São Paulo: Scipione, 2004.p.38. (coleção Radar). (adaptado.)

No texto a expressão “sua casa” está escrita entre aspas. Por que será?

A palavra casa em geral, é empregada para se referir à **habitação** do ser humano, mas aqui foi empregada em outra situação, pois as aves não têm casa, mas ninho, por isso o uso de aspas.

Já os parênteses foram empregados para acrescentar uma explicação a um termo da frase, ou seja, foram empregados para explicar que Paris fica na França.

ASPAS: podem ser usadas para indicar o emprego de uma palavra de forma diferente do usual.

PARÊNTESES: são usados geralmente, para acrescentar uma explicação ou comentário a um termo da frase.

Hora da atividade

1) Leia as frases abaixo e coloque entre aspas as expressões diferentes do usual. Depois escreva qual o sentido da expressão. Como no exemplo.

A) Ela mora lá nos “cafundós do Judas”. **Muito longe.**

B) Esse homem costuma bater a carteira de quem não fica atento na fila dos bancos.

C) Fui dormir com as galinhas ontem, estava muito cansado! _____

D) Minha vizinha fala pelos cotovelos! _____

E) Mariana disse que não vai rolar a festa de sábado à noite! _____

F) Eles se comportaram super bem, porque são uns anjinhos... _____

G) Que tal darmos um rolê de carro no domingo à tarde? _____

H) Se você tivesse uma magrela igual a minha, podíamos ir longe! _____

I) Aquele menino não cansa de pagar mico na academia!

J) Melhor você baixar a bola, depois conversamos sobre isso..._____

2) Leia as frases abaixo e coloque parênteses de acordo com o que foi explicado acima. Observe o exemplo.

A) Aquela menina (que mora em frente à escola) está fazendo aniversário hoje.

- B) Amanhã vamos viajar para Bahia região nordeste.
- C) Não poderei ir apesar de querer muito naquela festa com você.
- D) São Paulo maior cidade do Brasil é uma metrópole de contrastes.
- E) Ela cozinha quando está disposta muito bem.
- F) É lá em frente à passarela que aconteceu aquele acidente de moto?
- G) Foi naquela sexta feira que não parava de chover que eu encontrei a blusa.
- H) Toscana na Itália tem umas plantações incríveis de girassóis!

TERÇA-FEIRA
MATEMÁTICA

Antes de iniciarmos as atividades, que tal ouvirmos uma história e começar bem o nosso dia? Então acesse o site abaixo.

Leitura diária: A casa feita de sonho - Varal de Histórias

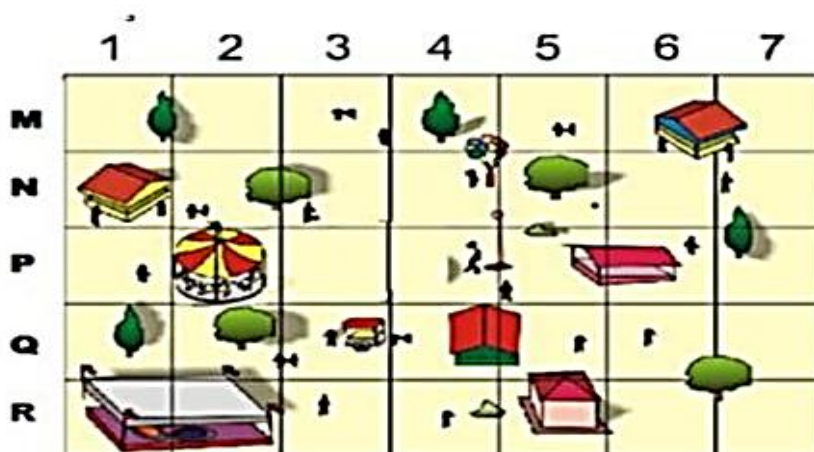


<https://www.youtube.com/watch?v=CzbWBAPvZxc>

Plano Cartesiano

É um sistema constituído de dois eixos, um na horizontal (eixo) e outro na vertical (eixo), que se cruzam formando um ângulo reto. Cada ponto nesse sistema pode ser localizado por meio do uso de pares ordenados – escritas que apresentam dois números separados por vírgula, entre dois parênteses.

Ex: A alternativa que mostra a localização do carrossel do parque de diversão abaixo é:



- A) (N,3)
- B) (P,3)
- C) (N,2)
- D) (P,2)**

ATIVIDADES

1) De acordo com as imagens abaixo, use as coordenadas cartesianas para localizar pessoas ou objetos.

a) Observe o plano cartesiano a seguir.

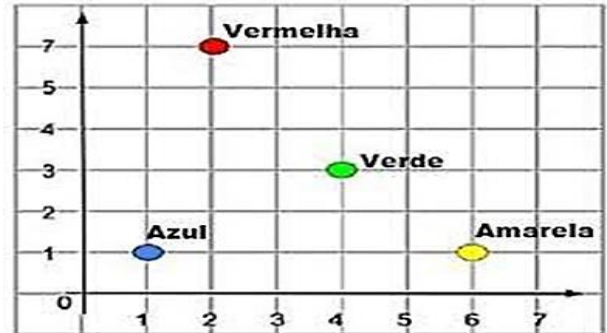
Escreva o nome da cor do ponto, de acordo com o par ordenado apresentado:

(1, 1): _____

(6, 1): _____

(4, 3): _____

(2, 7): _____



b) A seguir, temos a representação de algumas construções de um clube esportivo.

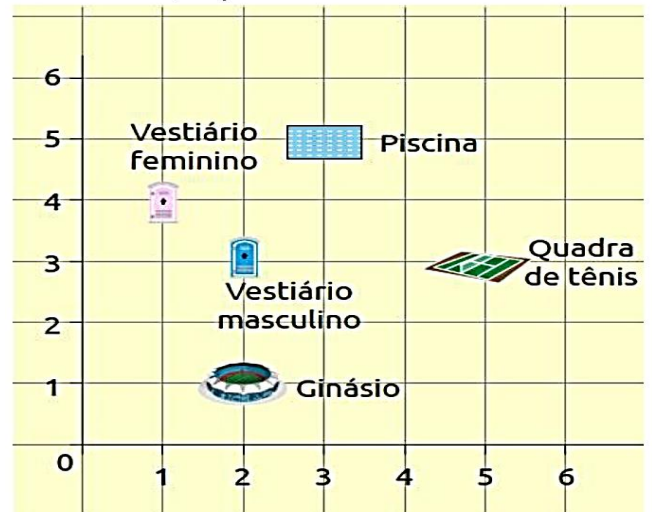
Responda:

Qual é a localização do vestiário masculino?

(2,1) ((5,3) (2,3) (3,5)

Qual é a localização da quadra de tênis?

(3,5) (5,3) (2,1) (2,3)

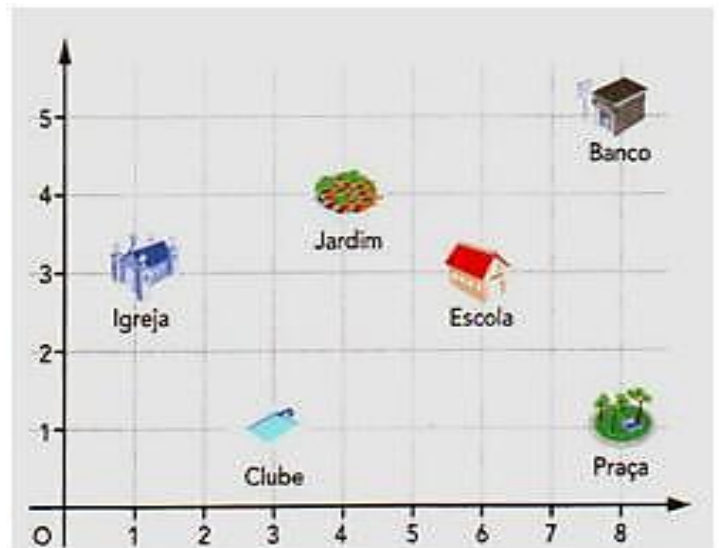


c) Que logradouro está localizado em cada um destes pares ordenados?

(1 ; 3) _____

(8 ; 1) _____

(4 ; 4) _____

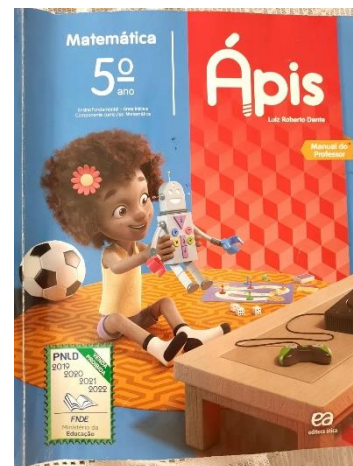


Atividades adaptadas pela professora.

3) Agora, você irá fazer atividades em seu livro de Matemática Ápis do 5º ano, para lembrar o que já estudamos.

Atenção para as páginas e exercícios que você deverá realizar:

- * página 62 – exercício 2
- * página 64 – exercício 2
- * página 65 – exercícios número 5 e número 8 (a,b)
- * página 70 – exercícios número 1 (a,b,c) e exercício número 2.



QUARTA - FEIRA

Leitura diária: O Livro da escrita – Ruth Rocha e Otávio Roth.

<https://drive.google.com/drive/folders/1RCemF7788CtvF2V-ewlqcx9W5nnkJJGL?sort=13&direction=a>

HISTÓRIA

REGISTROS DE MEMÓRIA.

Olá crianças, tudo bem? Vamos conversar um pouco sobre o que é memória.

A memória é uma reconstrução do passado feita pelos historiadores que passam para as gerações seguintes.

A memória não é a mesma coisa que lembranças, uma vez que lembrança é uma experiência individual de um acontecimento. Então, a memória é uma construção que pode ser transmitida para as gerações seguintes. Ela não serve apenas para construir um passado sobre grandes acontecimentos mas também de grandes personalidades como: a criação de heróis ou a vilanização de personagens.

Existem vários nomes na história como Tiradentes (Joaquim José da Silva Xavier) e vários eventos como: a copa do mundo, que é uma competição mundial que de quatro em quatro anos todos param para acompanhar.

FONTE: <https://m.educador.brasilecola.uol.com.br/emp/estrategias-ensino/dicas-aula-sobre-memoria-historia.htm>

Texto adaptado pela professora (Acesso em 02/07/2021)

ATIVIDADES:

1) O que é memória?

2) Explique a diferença entre lembrança e memória.

3) Para complementar o que estudamos, leia o texto “Registro de memória: Cultural material” na página 30 do livro Buriti mais História e faça no próprio livro as atividades 1 e 2 na página 31.



QUINTA-FEIRA

Antes de começarmos as atividades, vamos assistir a uma história bem engraçada.

O Burro Teimoso (Vídeo Engraçado) - MARIZA (OFICIAL)

<https://www.youtube.com/watch?v=hepliFKG54Q>



GEOGRAFIA

AS CIDADES E SUAS RELAÇÕES

REDE URBANA

As cidades são diferentes umas das outras e cada uma tem suas próprias características. De acordo com essas características, uma cidade pode influenciar outras cidades, o campo e até outras regiões.

Com o crescimento das cidades, a influência das atividades urbanas sobre o campo aumentou. Porém, isso não fez com que o campo e as atividades econômicas típicas do espaço rural desaparecessem. Os espaços urbanos e rural continuam interagindo por meio de investimentos, da troca de produtos e de serviços e pelo fluxo de pessoas.

As cidades se relacionam umas com as outras, formando uma rede urbana. A **rede urbana** é composta de um conjunto de centros urbanos que se articulam entre si por meio de fluxos de pessoas, mercadorias, informações e recursos financeiros.

A HIERARQUIA URBANA

Com base na análise do poder de atração e de influência que uma cidade exerce sobre as outras cidades e espaços, o IBGE fez uma classificação das cidades brasileiras, criando uma hierarquia entre elas. De acordo com essa hierarquia, elas podem ser classificadas em:

- **Metrópoles:** cidades de grande porte, com muitos habitantes e uma grande área de influência. Concentram serviços diversificados e especializados, como hospitais de alta complexidade, centros culturais e sedes de empresas. São Paulo é a maior Metrópole do Brasil e tem importância nacional e internacional e no comando de diferentes atividades econômicas.
- **Capitais regionais:** cidades que exercem grande influência regional e que apresentam ampla variedade de atividades de comércio e de serviços, como algumas especialidades médicas, universidades e centros culturais.
- **Centros sub-regionais:** cidades com menor número de habitantes que as capitais regionais que atraem pessoas geralmente do mesmo estado em busca de serviços mais especializados.
- **Centros de zona:** cidades menores que os centros sub-regionais e que oferecem atividades do comércio e de serviços básicos, como escolas, postos de saúde, mercados, lojas etc.
- **Centros locais:** cidades pequenas, com poucos habitantes, e que influenciam apenas as áreas rurais do próprio município. Os moradores dos centros locais buscam médicos, farmácias e outros serviços em cidades maiores.

Texto adaptado do livro Buriti mais geografia – 5º ano

ATIVIDADES

Responda as atividades abaixo em seu caderno.

1) Em que aspectos uma cidade pode ser diferente da outra?

2) De que maneira a cidade se relaciona com o campo e vice-versa?

3) Escreva com suas palavras o que é uma rede urbana?

4) Como as cidades podem ser classificadas de acordo com a hierarquia existentes entre elas, segundo o IBGE?

SEXTA- FEIRA

Leitura diária: O vestido azul.

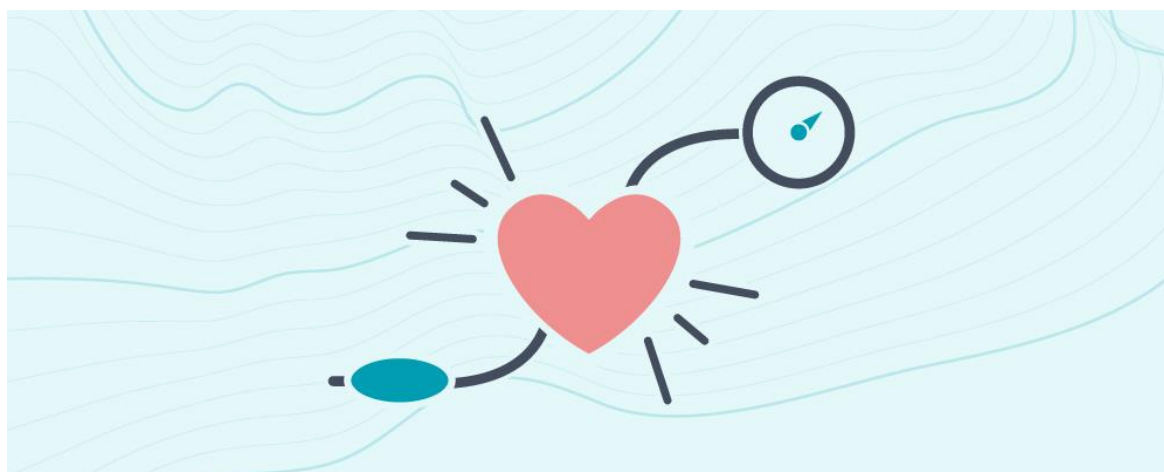
<https://youtu.be/D368BPqCpLk>

CIÊNCIAS

Olá alunos tudo bem? Esta semana, iremos aprender um pouco mais sobre a hipertensão.

6 coisas que você precisa saber sobre a Hipertensão

No dia Mundial da Hipertensão e em tempos de coronavírus, é importante lembrar das dicas de prevenção!



O Dia Mundial da Hipertensão, comemorado no dia 17 de maio, faz um alerta para a doença que afeta pelo menos um a cada quatro adultos brasileiros, conforme dados do Ministério da Saúde. A hipertensão pode ser herdada em boa parte dos casos, mas os fatores externos, como hábitos alimentares e comportamentais, também entram na lista de causas ou agravamentos dessa enfermidade.

Para quem é hipertenso, a prevenção e o controle da pressão alta é ainda mais urgente, uma vez que a doença é o fator de risco principal para infarto e acidente vascular cerebral, popularmente conhecido como derrame.

Confira abaixo seis pontos que merecem atenção:

1. Você sabe o que é hipertensão?

Segundo a definição do Ministério da Saúde, a hipertensão arterial, popularmente conhecida como pressão alta, é uma doença crônica caracterizada pelos níveis elevados da pressão sanguínea nas artérias. Ela acontece quando os valores das pressões máxima e mínima são iguais ou ultrapassam os 140/90 mmHg (ou 14 por 9).

A pressão alta faz com que o coração tenha que exercer um esforço maior do que o normal para que o sangue seja distribuído corretamente no corpo. A doença está frequentemente associada a alterações de colesterol, excesso de peso, intolerância à glicose e diabetes mellitus.

2. Dor de cabeça e tontura? É bom ficar de olho!

A dor de cabeça e a tontura estão entre os sintomas da hipertensão. Mas ainda é possível perceber a visão embaçada, zumbido no ouvido e dores no peito como sinais da doença. Em muitos casos, ela pode ser até mesmo silenciosa e não apresentar sinais ou sintomas. Por esse motivo, é sempre bom verificar regularmente a pressão.

3. Se a pressão normalizou, continue usando o medicamento!

O uso correto e regular da medicação é essencial para o controle adequado da pressão arterial. Um problema muito comum é a pessoa descuidar do uso do medicamento quando está se sentindo bem. Ou seja, quando não está apresentando nenhum dos sintomas.

Porém, parar de tomar ou esquecer o medicamento faz com que a pressão volte a subir, além de aumentar o risco de complicações. Por isso, se a pressão melhorou, continue usando a medicação conforme a orientação recebida pelo profissional de saúde.

4. Uma pitada de sal, mas nem tanto!

A alimentação pode ser a mocinha ou vilã nessa história. O consumo excessivo de sal está relacionado ao aumento no risco de doenças crônicas, como a hipertensão. Os alimentos ultraprocessados, como enlatados, salgadinhos e embutidos, são ricos em sódio, que é o principal componente do sal.

Por outro lado, a alimentação baseada na comida de verdade pode ser uma aliada no tratamento e controle da doença. As preparações feitas em casa garantem a origem dos ingredientes e a dosagem correta dos temperos, incluindo o sal, que deve ser usado em quantidades mínimas. É importante lembrar que o brasileiro consome o dobro do sal que deveria consumir. Portanto, esse deve ser um ingrediente adicionado em quantidades mínimas.

Indivíduos hipertensos precisam aumentar o consumo de frutas, verduras, legumes, produtos lácteos com baixo teor de gordura, cereais integrais, peixes, aves e oleaginosas. Devem ainda restringir o consumo de carnes vermelhas e processadas e de bebidas açucaradas, além dos já conhecidos alimentos ultraprocessados e do sal.

Manter essa dieta contribui para a ingestão de nutrientes que auxiliam no controle da pressão arterial, como potássio, magnésio, cálcio e fibras alimentares. Esse tipo de alimentação auxilia não apenas no controle da pressão arterial, mas também na obtenção e manutenção de um peso saudável.

Uma vez que o excesso de peso influencia no aumento da pressão arterial, enquanto que a perda de peso, para níveis saudáveis, contribui para redução ou manutenção da pressão. Além disso, conforme o Guia Alimentar orienta, uma alimentação adequada precisa ter como base alimentos *in natura* ou minimamente processados.

5. Atividade física no controle da hipertensão

A hipertensão não tem cura, mas tem controle e tratamento, sendo que a atividade física contribui nesse processo. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o recomendado é que a população com mais de 18 anos pratique atividade física moderada/vigorosa pelo menos 150 minutos/semanais para gerar benefícios à saúde.

Portanto, não só para o controle, mas também para a prevenção da doença, é necessária a adoção de comportamentos saudáveis na sua rotina de vida, como a inclusão de práticas regulares de atividade física.

Qualquer atividade física é melhor que não fazer nada. Então, use a criatividade para inserir na sua rotina um tempinho para o seu corpo se mexer! Tente realizar pelo menos 30 minutos diários de atividade física, de intensidade moderada. Vamos lá?

6. Durante a pandemia, o cuidado é redobrado para os hipertensos.

Pacientes portadores de doenças crônicas estão dentro do grupo de risco, uma vez que essas enfermidades agravam o quadro de Covid-19. Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), pacientes com condições crônicas pré-existentes, como a hipertensão, apresentaram versões mais graves da doença causada pelo novo Coronavírus.

Isso significa dizer que a infecção se desenvolveu rapidamente para a síndrome do desconforto respiratório agudo, insuficiência respiratória aguda e outras complicações. Vale lembrar ainda que a hipertensão pode estar associada a outras doenças também, como obesidade, diabetes e problemas cardíacos.

Desse modo, manter o controle da pressão arterial é uma forma de se prevenir de formas graves de COVID-19. Mais do que nunca, é importante seguir o tratamento adequadamente e continuar o acompanhamento com profissional de saúde.

Se for possível, opte pelas consultas virtuais. Mas caso não possa, basta manter todos os cuidados de higiene, o uso de máscaras e o distanciamento. Só não vale perder as consultas!

Enquete

1. O que é hipertensão?

2. Quais os sintomas da hipertensão?

3. Qual o agravante do consumo de sal em demasia no combate a hipertensão?

Chegamos ao final de mais uma semana de muito estudo e aprendizado!

Esperamos que tenham gostado das aulas, pois preparamos com muito carinho para vocês.

Um abraço e até a próxima semana!

