



PREFEITURA MUNICIPAL

SÃO JOSÉ DO VALE DO RIO PRETO

São José pode mais!

Em parceria



Material de Complementação Escolar

EJA FASE VIII e IX

Secretaria de Educação, Cultura,
Ciência e Tecnologia

2020

Atividade 1

AQUI TEM
Ciências

1 – Leia o texto:

Alimentação e saúde

Para que o ser humano cresça de forma saudável, é necessária uma alimentação nutritiva e variada. Os alimentos, que são considerados excelentes fontes de energia, auxiliam em certas ações que nosso corpo realiza, como: estudar, trabalhar, brincar e, principalmente, praticar exercícios físicos. Sem essa energia, o corpo não teria disposição para realizar ações como essas que foram citadas.

Para adquirir uma boa saúde é fundamental e importante:

- alimentar-se em períodos curtos de 3 em 3 horas;
- comer alimentos frescos, naturais e variados;
- ao ingerir alimentos crus, lavá-los muito bem;
- conservar os alimentos em local fresco e limpo;
- mastigar bem os alimentos.



<https://www.flickr.com/photos/97513256@N06/9044357936>

Ressalta-se que cada alimento tem o seu valor nutritivo. As frutas, por exemplo, acumulam grande quantidade de água e sais minerais, principalmente ferro, cálcio, sódio e potássio. O ferro auxilia na oxigenação do organismo, ajudando, entre outros, no desempenho das funções cerebrais com exatidão. As frutas também fornecem calorias, fibras e vários outros nutrientes que regulam outros mecanismos e previnem doenças degenerativas, tais como: câncer de estômago, esôfago, intestino e pulmão, além de doenças cardiovasculares.

Os nutricionistas recomendam a ingestão diária de pelo menos cinco porções de frutas, para compor uma dieta balanceada, paralela a alimentos como hortaliças, carnes e derivados do leite.

- Doenças degenerativas: são enfermidades que causam transformações negativas e progressivas em quem é afetado por elas.
- Doenças cardiovasculares: são doenças referentes ao coração e à circulação do sangue.

<https://m.mundoeducacao.bol.uol.com.br/>

Atividade 2

Para que o ser humano cresça de forma saudável é necessário:

- A) ingerir álcool.
- B) uma alimentação nutritiva e variada.
- C) somente comer um tipo de alimento.
- D) uma dieta rica em proteínas.



https://www.publicdomainpictures.net/view_image.php?image=9038&picture=salada-na-bacia

Atividade 3

Por que os alimentos auxiliam em certas ações que nosso corpo realiza como: estudar, trabalhar, brincar e, principalmente, praticar exercícios físicos?

- A) Por serem considerados excelentes fontes de energia.
- B) Porque temos fome.
- C) Por aumentarem a potência muscular.
- D) Por gastarem energia.



<https://www.neepix.com/photo/7283674/woman-female-girl-human-person-people-stretching-exercise>

Atividade 4

Alimentar-se em períodos curtos de 3 em 3 horas; comer alimentos frescos, naturais e variados; ao ingerir alimentos crus, lavá-los muito bem; conservar os alimentos em local fresco e limpo e mastigar bem os alimentos são ações fundamentais para que tenhamos:

- A) um bom pensamento.
- B) uma boa saúde.
- C) boas relações sociais.
- D) bons sonhos.



<https://shere.com/photos/12877>

Atividade 5

Marque a afirmativa **incorreta**, segundo o texto da página anterior.

- A) Cada alimento tem o seu valor nutritivo.
- B) O ferro auxilia no desempenho das funções cerebrais.
- C) As frutas fornecem nutrientes que previnem doenças degenerativas.
- D) Devemos ingerir alimentos crus, direto da natureza, sem lavá-los.



<https://shere.com/vectors/halters-passos-aerobic%C3%A0-delic%C3%A0-dinbolic-293955/>

Atividade 6

Doenças degenerativas são:

- A) enfermidades que causam transformações negativas.
- B) doenças simples que se curam facilmente.
- C) doenças referentes ao coração.
- D) doenças mentais.

Atividade 7

Doenças referentes ao coração e circulação do sangue são chamadas de:

- A) hereditárias.
- B) virose.
- C) verminose.
- D) cardíacas.

AGORA 😊
é com você !!!

PUBLICDOMAINVECTORS.ORG

Atividade 8

De acordo com o que leu no texto sobre alimentação saudável e saúde, você acha que a sua alimentação é saudável? Justifique.

Atividade 9

Leia o trecho da música:

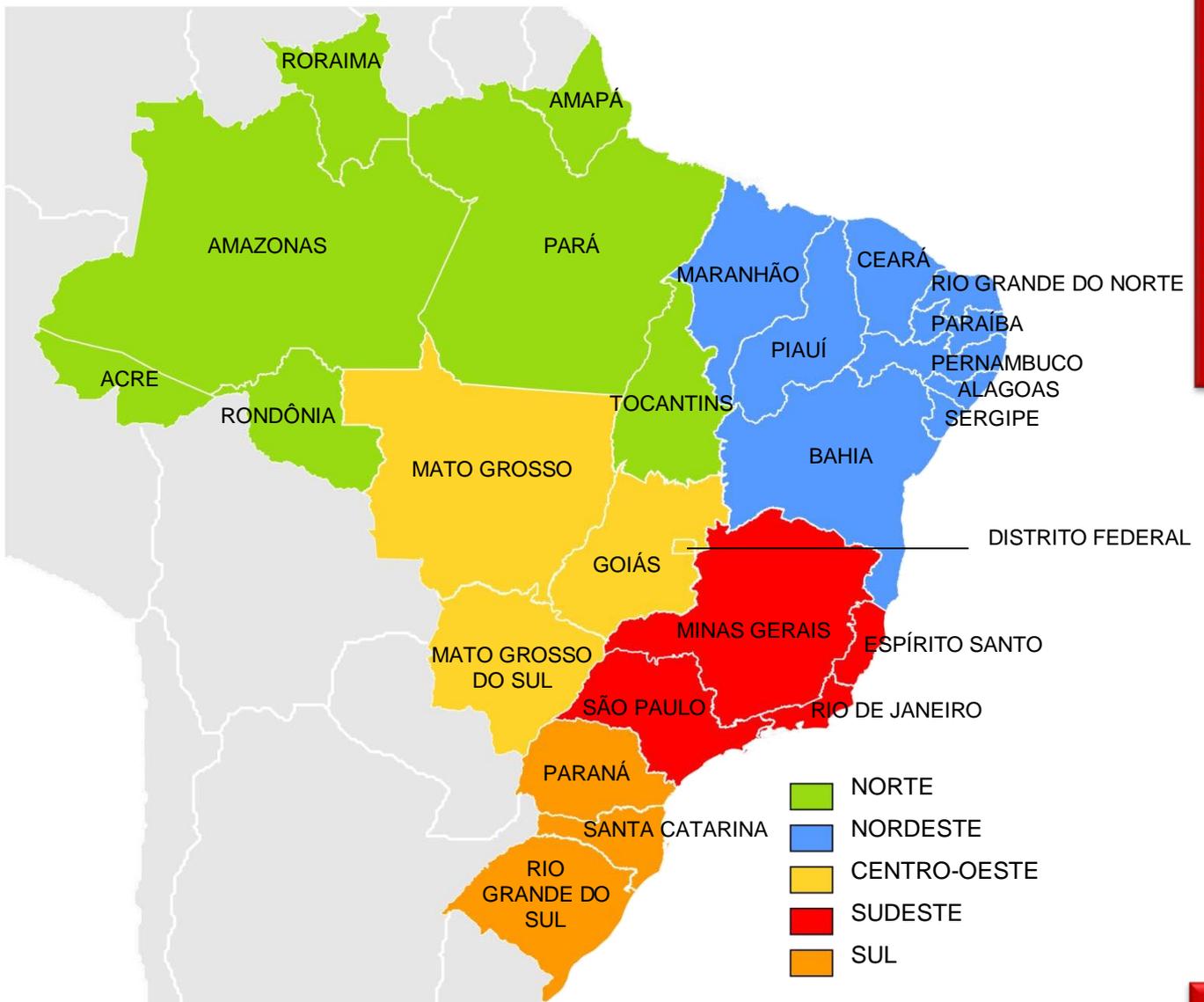
“Minha vida é andar por este país
Pra ver se um dia descanso feliz
Guardando as recordações
Das terras onde passei
Andando pelos sertões
E dos amigos que lá deixei”

Música *Vida de viajante* de Luiz Gonzaga

<https://kibrex.com/illustrations/moldura-core%C3%A7%C3%A3o-luas-musicais-1393097/>



Observe o mapa de nosso país, o Brasil. Cada cor representa uma região geoeconômica.



https://pt.wikipedia.org/wiki/Subdivis%C3%B5es_do_Brasil

Atividade 10

a) Escreva o nome do estado em que você vive.

b) Qual o nome da região geoeconômica em que seu estado se situa?

c) Quais são os nomes dos demais estados que compõem a região em que se situa o seu estado?

Atividade 11

Escreva os nomes dos estados que fazem fronteira com

a) o estado do Amazonas:

b) o estado de Santa Catarina:

c) o estado do Rio de Janeiro:

d) o estado de Goiás:

e) o estado do Ceará:

Atividade 12

Leia o texto:

Sugarloaf**AQUI TEM***Língua
Estrangeira*

Rio de Janeiro's best-known landmark is the rock peak of Sugarloaf, towering 394 meters above the harbor. It sits on a point of land that projects out into the bay and wraps around its harbor, and is connected to the city by a low strip of land. You can take a cable car from Praça General Tibúrcio to the top of the **Morro da Urca**, a lower peak from which a second cableway runs to the summit of the Sugarloaf. From here, you can see the entire mountainous coast that rings the bay and its islands. Below, the 100-meter **Praia da Urca** beach is near the location of Rio's original nucleus, between the Morro Cara de Cão and the Sugarloaf. On Cara de Cão are three forts of which the 16th-century, star-shaped **Fort São João** is open to the public.

Fonte: <https://www.planetware.com/tourist-attractions-/rio-de-janeiro-bra-rj-r.htm>

Atividade 13



Em Inglês, há muitas palavras que são parecidas com o Português. Elas são chamadas de cognatas ou transparentes.

Use o conhecimento que você tem sobre ele e, com a ajuda das palavras cognatas, responda às questões abaixo:

a) Como se diz Pão de Açúcar em inglês?

b) Que altura tem o pico do Pão de Açúcar?

c) Quantos metros de extensão tem a Praia da Urca?

Atividade 14

Relacione as palavras com seu significado:

- | | |
|---------------|--------------|
| A - Meters | () bondinho |
| B - Peak | () metros |
| C - Cable car | () baía |
| D - Bay | () pico |

Atividade 15

No texto, há várias palavras cognatas/transparentes. Copie abaixo 5 dessas palavras.

Atividade 16

Marque (V) Verdadeiro ou (F) Falso:

- a) O bondinho do Pão de Açúcar parte da Praça General Tibúrcio. ()
- b) A Praia da Urca fica entre o Morro Cara de Cão e o Pão de Açúcar. ()
- c) O Forte de São João foi construído no século 18. ()
- d) O Forte São João tem o formato de estrela. ()



Saiu no Jornal



Contra coronavírus, governo do RJ traça medidas para reduzir ainda mais o volume de passageiros.

A Secretaria Estadual de Transportes do RJ programou para esta terça-feira (17/03) uma reunião com as concessionárias que operam barcas, trens e metrô. O objetivo é reduzir — ainda mais — o volume de passageiros, sobretudo nos horários de pico.

O Metrô Rio informou que está adotando novo protocolo de limpeza, com reforço de equipes e ações de higienização nas composições e estações.

<https://g1.globo.com/rj/rio-de-janeiro/noticia/2020/03/17/contra-coronavirus-governo-do-rj-traca-medidas-para-reduzir-ainda-mais-o-volume-de-passageiros.ghtml>

Atividade 17

Sobre a notícia, responda:

a) Qual a manchete da notícia?

b) De onde foi retirada essa notícia?

c) Qual o assunto da notícia?

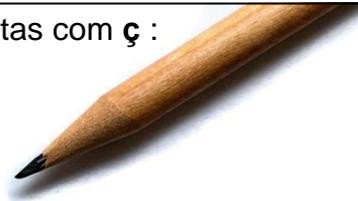
d) Qual o motivo da redução do número de passageiros?

AGORA 😊
é com você !!!

e) Qual a sua opinião sobre a limpeza nos transportes públicos?

Atividade 18

Localize na notícia e copie abaixo 5 palavras escritas com **ç** :

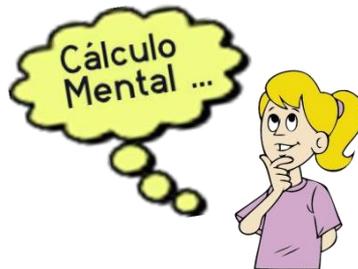


<https://www.pexels.com/photo/wooden-pencil/>

Atividade 19

Complete as palavras com **ç**, **ss** ou **s**.

- | | | | | |
|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| a) ora__ão | b) cora__ão | c) aten__ão | d) defen__or | e) exten__ão |
| f) ascen__ão | g) obse__ão | h) exce__ão | i) tor__ão | j) admira__ão |
| k) absor__ão | l) asse__or | m) assun__ão | n) coa__ão | o) admi__ão |



Atividade 20

“O objetivo é reduzir, ainda mais, o volume de passageiros, sobretudo nos horários de pico.”



[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:SuperVia_Serie_5000_\(10-04-2018\)_-4.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:SuperVia_Serie_5000_(10-04-2018)_-4.jpg)

Vamos imaginar que, no horário de pico, a estação de trens da Central do Brasil recebeu 1 000 pessoas. Elas foram distribuídas em 4 trens, para evitar aglomeração. Quantas pessoas cada trem levou?

Atividade 21

Em razão da pandemia do coronavírus, um grupo de estudantes de um bairro do Rio de Janeiro realizou uma “vaquinha” virtual para arrecadação de valores para compra de sabonetes para algumas famílias do bairro. Considerando que o valor da doação foi de R\$5,00 por pessoa e o total arrecadado foi de R\$ 100,00, quantas pessoas participaram da “vaquinha” virtual?

- a) 10 pessoas.
- b) 20 pessoas.
- c) 30 pessoas.
- d) 40 pessoas.



AQUI TEM
Matemática

Atividade 22

Pedro foi à farmácia e comprou 6 sabonetes e 2 frascos de álcool gel. Cada sabonete custou x reais e cada frasco de álcool gel custou y em reais.

A expressão que representa o valor total que Pedro gastou é:

- a) $6x+2y$.
- b) $6y+2x$.
- c) $x+y$.
- d) $x-y$.

**Atividade 23**

Uma pessoa da cidade de Wuhan infectou 14 pessoas em um hospital, um caso que pode ser classificado como de hospedeiro "supercontagante". Supondo que a cada 7 dias, 14 pessoas sejam infectadas por essa pessoa, ao final de 21 dias quantas pessoas seriam infectadas por esse hospedeiro “supercontagante”?

- a) 21.
- b) 42.
- c) 50.
- d) 60.

Análise de Tabelas

Atividade 24

A tabela abaixo mostra o consumo de água no Brasil.

| Agricultura | Consumo animal | Consumo urbano | Consumo industrial | Consumo rural |
|-------------|----------------|----------------|--------------------|---------------|
| 72% | 11% | 9% | 7% | 1% |

Fonte: <http://www.abc.com.br/noticias/internacional/2013/03/agricultura-e-quem-mais-gasta-agua-no-brasil-e-no-mundo>

Responda às perguntas abaixo:

- Qual é o setor que gasta mais água? _____
- Escreva sob forma de fração o consumo animal: _____
- Qual é setor que gasta menos água? _____

Atividade 25

A cidade do **Rio de Janeiro** possui 6.320.446 habitantes. Outros municípios fluminenses com grande concentração populacional são: São Gonçalo (999 728), Duque de Caxias (855 048), Nova Iguaçu (796 257), Niterói (487 562) e Belford Roxo (469 332).

Observando o numeral **487 562**, faça a sua decomposição, assinalando a alternativa correta:

- $4 \times 100.000 + 8 \times 10.000 + 7 \times 1000 + 5 \times 100 + 6 \times 10 + 2$.
- $4 \times 10.000 + 8 \times 1000 + 7 \times 100 + 5 \times 10 + 6 + 2$.
- $4 \times 10 + 8 \times 100 + 7 \times 1000 + 5 \times 10.000 + 6 \times 100 \times 2$.
- $4 \times 100.000 + 8 \times 1000 + 7 \times 10 + 5 \times 100 + 6 \times 10 + 2$.



[https://publicacoes.mec.gov.br/images/verificar-de-%C3%A9Dona-de-bonif%C3%A7%C3%AAs%20176.html](https://publicacoes.mec.gov.br/images/imagens/verificar-de-%C3%A9Dona-de-bonif%C3%A7%C3%AAs%20176.html)

Fonte de dados: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rj/panorama>

FOTOGRAFIA



AQUI TEM

*Linguagens
Artísticas*

Atualmente, com a popularização dos aparelhos celulares com câmera, a fotografia tem sido usada de muitas formas, principalmente nas redes sociais. Vamos estudar um pouco sobre a arte de fotografar!

MAS O QUE É FOTOGRAFIA?

Fotografia é desenhar com luz. Sem luz, não há fotografia.

Engana-se quem acha que para se fotografar é preciso apenas apertar o botão de uma câmera fotográfica. A verdadeira fotografia vai muito além de um clique, ela é o registro de um momento, de uma cena escolhida pelo olhar do observador. Na fotografia é possível congelar um movimento, analisá-lo em seus detalhes e guardá-lo por muito tempo.

Uma fotografia boa é aquela em que se consegue expressar as emoções e detalhes presentes em um momento. E para isso é preciso que o fotógrafo observe os detalhes e dê o clique no momento oportuno.

MAS PARA QUE FOTOGRAFAMOS? QUAIS AS FINALIDADES DA FOTOGRAFIA?

O ser humano tem a necessidade de congelar momentos, para poder se lembrar depois. Além disso, o ser humano tem a necessidade de gravar a sua própria imagem, seja para se mostrar na atualidade ou para ser lembrado na posteridade.

Há outros porquês de se fotografar. Por exemplo, é difícil imaginar jornais, revistas e livros sem a fotografia. Estamos cercados por imagens, mas cada uma tem a sua própria finalidade.

Texto adaptado de <http://vidadeprofessor.pro.br/arte-da-fotografia/>