

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JESUS DO ITABAPOANA-RJ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER

Atividades Orientadoras



Educação de Jovens e Adultos

FASE IV



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA DATA

NOME:

FASE CÓDIGO BNCC

**LÍNGUA
PORTUGUESA**

LP

RECEITA CULINÁRIA

PÃO DE QUEIJO



INGREDIENTES

- 2 ½ xícaras de polvilho doce;
- ½ xícara de polvilho azedo;
- 1 xícara de leite;
- ¾ xícara de óleo;
- 1 xícara de queijo parmesão ou minas;
- 3 ovos inteiros;
- 1 colher de chá de sal.

MODO DE PREPARO

- Bata tudo no liquidificador, menos o queijo;
- Despeje tudo em uma vasilha e misture com o queijo já ralado;
- Leve ao forno em forminhas de empada untada por 20 minutos, a 180°.



ATIVIDADE

01 Essa receita serve para quê? Marque.



Orientar o preparo de alimentos.

Indicar quais remédios um paciente deve tomar.

Mostrar como se monta um eletrodoméstico.

02 Quais são as partes em que a receita está dividida?

Início, meio e fim.

Título, ingredientes e modo de preparo.

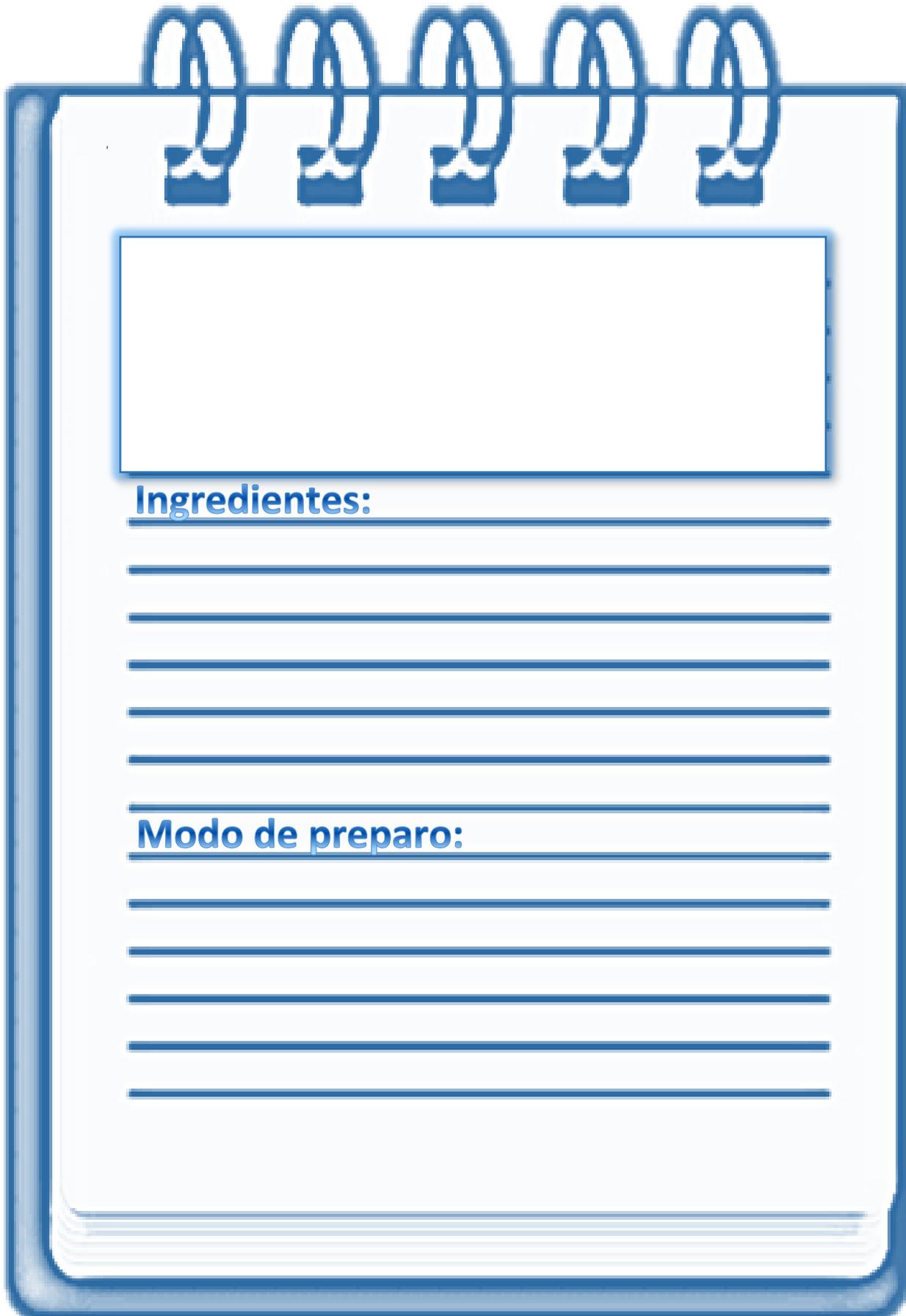
Título, conteúdo e autor.

03 Quais são os eletrodomésticos utilizados nessa receita?

04 Essa é uma receita que as crianças podem fazer sozinhas? Justifique sua resposta.

05 Você sabe o que aconteceria se uma receita não apresentasse números? Justifique sua resposta.

06 Escolha uma receita de sua preferência e escreva-a. Se possível coloque uma figura ou desenho da receita.



Ingredientes:

Modo de preparo:

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

MATEMÁTICA

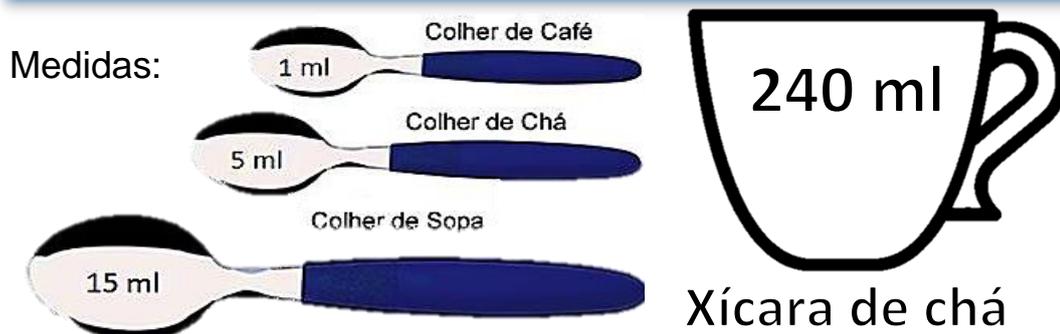
MAT

MEDIDA DE CAPACIDADES E METADE.

Se a receita de pão de queijo não tivesse números, não seria possível fazer o delicioso pão, pois não saberíamos as quantidades dos ingredientes e isto poderia ser desastroso. Os números que estão na receita referem-se às medidas dos ingredientes e a temperatura do forno. Vamos conhecer um pouquinho sobre o assunto?

$\frac{1}{2}$ ou $\frac{1}{2}$ lê-se um meio ou metade.

Para calcular a metade dividimos meio a meio.



ml = mililitro, é a milésima parte do litro.

ATIVIDADE

01 Calcule a metade da capacidade da xícara de chá, isto é, a metade de 240.

02

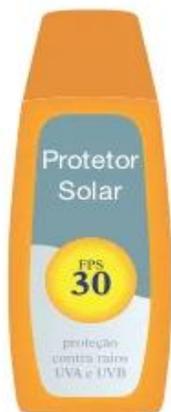
Quantos ml terão em 2 xícaras de leite? Para isto, você precisará somar os valores iguais referentes à capacidade da xícara ($240 + 240$). Somar parcelas iguais é o mesmo que multiplicar.

03

As unidades de medida de capacidade mais utilizadas são o mililitro (mL) e litro (L), sendo que:

1 L corresponde a 1 000 mL

Complete com a unidade de medida de capacidade adequada: ml ou L.

A

125

B

18

C

180

D

1 000

Ilustrações: Leo Marini

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE

IV

CÓDIGO BNCC

EF04GE04

GEOGRAFIA

GE

ATIVIDADE AGRÍCOLA

Agricultura é a atividade de cultivar a terra.

A agricultura fornece alimentos para o consumo das pessoas e matéria-prima para as indústrias.

Preparar e semear a terra são as primeiras etapas da atividade agrícola. Depois, no tempo certo, é feita a colheita do que foi plantado.

Algumas condições contribuem para o desenvolvimento da atividade agrícola: **solos férteis, terrenos planos e existência de água.**

Quando os solos têm pouca fertilidade, precisam de adubos e de fertilizantes.

Os **terrenos planos** são os mais favoráveis à agricultura, pois facilitam o cultivo. Neles, é possível usar máquinas e tratores.

Terrenos montanhosos ou inclinados dificultam a prática agrícola e é necessário utilizar técnicas especiais, como fazer terraços ou degraus para plantar, ou ainda plantar seguindo as curvas do terreno. O uso dessas técnicas evita que as enxurradas destruam o solo.



1. Preparar a terra



2. Semear a terra



3. Colher o que foi produzido

ATIVIDADE

01

De acordo com o texto acima, responda.

a) O que é agricultura?

b) Quais são as condições que contribuem para o desenvolvimento da atividade agrícola?

02 João é agricultor e vai comprar um sítio. Observe a tabela que apresenta as principais características de três sítios.

Principais características dos sítios

Sítio	Solo	Terreno	Água
Alegria	Fértil	Plano	Existente
Esperança	Improdutivo	Plano	Ausente
Três Irmãos	Fértil	Montanhoso	Ausente

a) Em sua opinião, qual desses sítios João deve comprar? Justifique.



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

CIÊNCIAS

CI

MISTURAS DE SUBSTÂNCIAS

O SORO CASEIRO

O soro caseiro serve para combater a desidratação porque ele repõe a água e os sais minerais perdidos em vômitos e diarreias, comuns na gastroenterite e na dengue, por exemplo.

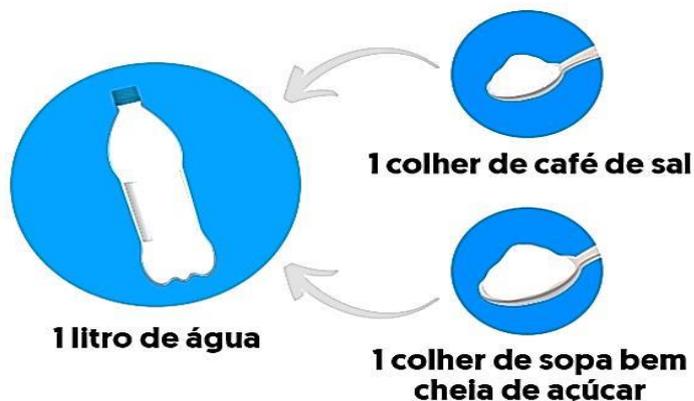
Ele é indicado para todas as idades e pode, inclusive, ser utilizado em cães e gatos, quando houver necessidade.

Receita de soro caseiro:

1 L de água filtrada, fervida ou mineral engarrafada;

1 colher de sopa bem cheia de açúcar

1 colher de café de sal (3,5g)



01 Quando fazemos a mistura do soro caseiro, podemos distinguir o sal e o açúcar que foram diluídos nela? Marque.

SIM

NÃO

02 Existem misturas em que podemos distinguir os elementos que foram misturados somente pela observação? Marque.

SIM

NÃO

Para fazer o **soro caseiro** de forma mais segura, você vai precisar de uma **medida**, também chamada de **colher padrão**. Esta colher pode ser facilmente adquirida, muitas vezes de graça, em farmácias populares ou postos de saúde.



03 Você já precisou tomar o soro caseiro? Por quê?

04 Marque:

a) O que acontece quando misturamos o sal e o açúcar na água?

Eles não se dissolvem não se misturam na água e podemos perceber pela observação o sal e o açúcar.

Eles se dissolvem se misturam na água e não conseguimos identificar pela observação nem o sal e nem o açúcar.



Saiba Mais!

As misturas que podemos perceber pela observação os materiais que a formam, (como: a água e o mel, água e óleo). São chamadas de **heterogêneas**.

Outras misturas na qual não conseguimos identificar os materiais que as compõem, (como: água e açúcar, água e sal). São chamadas de **homogêneas**.



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

**ENSINO
RELIGIOSO**

ER

FELICIDADE



RECEITA DA FELICIDADE



INGREDIENTES



3 xícaras de bondade

5 colheres de perdão

2 pitadas de alegria

½ litro de sinceridade

Esperança a gosto.



Aqueça o forno enquanto
mistura com muito carinho os ingredientes.

Pronto!!!

Sirva a vontade...



01 Complete as frases com as palavras que estão no texto **Receita da felicidade** e preencha a cruzadinha.

2. SINCERIDADE

1. BONDADE



3. CARINHO

4. PERDÃO

6. ALEGRIA

5. ESPERANÇA



02 *Dê um abraço em alguém que você ama muito e diga-lhe o quanto ele o faz feliz.*

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA DATA

NOME:

FASE CÓDIGO BNCC

EDUCAÇÃO FÍSICA

EF

ALONGAMENTO

Se sentir dificuldades na leitura, peça a ajuda de outra pessoa para ler o texto abaixo.

Alongamentos são exercícios voltados para o aumento da flexibilidade muscular, que promovem o estiramento das fibras musculares, fazendo com que elas aumentem o seu comprimento.

Muitos de nós acabamos sentados em frente ao computador, vídeo game, televisão, celular, etc.

Em vez de usarmos as escadas, subimos quase sempre de elevador, andamos pouco, os carros fazem isso por nós.

O sedentarismo está relacionado às doenças crônicas, como as cardiovasculares e o câncer. Para deixar o sedentarismo para trás, o ideal é caminhar durante 30 minutos, três vezes por semana. Podendo este tempo ser dividido, aumentando até chegar ao ideal, que é o exercício diário.

E mais: fazer alongamento antes de praticar atividades físicas melhora sua agilidade, habilidade e te faz sentir melhor.

Para manter as articulações em boas condições é preciso fazer exercícios de alongamento. O ato de esticar os músculos antes de utilizá-los protege de lesões e traz disposição para a realização das tarefas diárias.

1. Realize sozinho ou convide sua família para realizar os seguintes alongamentos:



AGORA REGISTRE

01 Qual exercício de alongamento você mais gostou de realizar? Marque.

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 12

02 Você teve dificuldades em algum alongamento? Se respondeu sim, marque quais alongamentos teve dificuldades?

SIM

NÃO

- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 12