

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

# **Atividades Orientadoras**



## **Educação de Jovens e Adultos**

### **FASE II**

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA  
1ª SEMANA DE JUNHO

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

**LP**

## Língua Portuguesa

1

A IMPORTÂNCIA DA **INCLUSÃO DIGITAL** PARA OS CIDADÃOS PODE SER OBSERVADA EM TODA A SOCIEDADE COMO UM FATOR DE TRANSFORMAÇÃO SOCIAL, POIS REFLETE DIRETAMENTE NA REALIDADE DA POPULAÇÃO.

01

LEIA O TEXTO E RESPONDA:



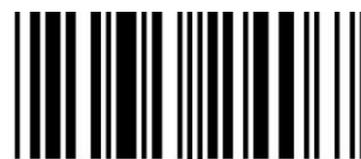
MARQUE COM X O DESENHO QUE MOSTRA UM CÓDIGO DE BARRAS.



( )



( )



( )

27035 24076

## SUBSTANTIVOS: PRÓPRIOS E COMUNS.



**O QUE É SUBSTANTIVO?**  
SUBSTANTIVO É A PALAVRA QUE DESIGNA O NOME DO SER.  
OS SUBSTANTIVOS PODEM SER:

**SUBSTANTIVOS COMUNS:** SÃO AQUELES QUE DÃO NOME A TODOS OS SERES DA MESMA ESPÉCIE. ELES SÃO ESCRITOS COM A LETRA INICIAL MINÚSCULA.

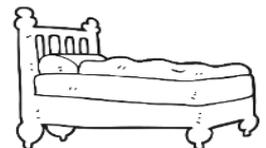
**POMAR, ABÓBORA, BOLA, CASA.**

**SUBSTANTIVOS PRÓPRIOS:** SÃO AQUELES QUE DÃO NOME A UM SÓ SER DA MESMA ESPÉCIE. ELES SÃO ESCRITOS COM A LETRA INICIAL MAIÚSCULA.

**JOÃO, MARIA, TEREZA, PEDRO.**

02

ESCREVA O NOME DOS SUBSTANTIVOS COMUNS ABAIXO:



03 PINTE O SUBSTANTIVO PRÓPRIO E ESCREVA-O NA FRENTE DA FRASE:

A- JULIANA É UMA MENINA EDUCADA. \_\_\_\_\_

B- VOU VIAJAR PARA O RIO DE JANEIRO. \_\_\_\_\_

D- A PROFESSORA CAMILA É MUITO DEDICADA. \_\_\_\_\_

04

ESCREVA OS SUBSTANTIVOS ABAIXO NOS LUGARES CORRETOS.

RATO – RENATO – PATO – RAFAELA – CABEÇA – HELENA –  
SÃO PAULO – CADERNO – RIO DE JANEIRO – FERNANDA –  
LÁPIS – BANANA – DENTE – CARLOS – PENTE – JOÃO.

SUBSTANTIVOS PRÓPRIOS	SUBSTANTIVOS COMUNS

3

### SUBSTANTIVOS: SIMPLES E COMPOSTO.

**SUBSTANTIVOS SIMPLES** SÃO OS SUBSTANTIVOS FORMADOS POR APENAS UM RADICAL.

**ÁGUA, AMOR, ANTENA, BICHO, BRASIL, CADEADO, CHUVA.**

**SUBSTANTIVOS COMPOSTOS** SÃO OS SUBSTANTIVOS FORMADOS POR DOIS OU MAIS RADICAIS.

**AGUARDENTE (ÁGUA + ARDENTE), CACHORRO-QUENTE, CANA-DE-AÇÚCAR, GIRASSOL (DO VERBO GIRAR + SOL).**

05

SUBLINHE OS SUBSTANTIVOS SIMPLES E CIRCULE OS SUBSTANTIVOS COMPOSTOS:

RATO – GUARDA-ROUPA – ÁRVORE – MACACO – AMOR-PERFEITO –  
GUARDA-CHUVA – AMOR – HOMEM – BEIJA-FLOR.

06

CLASSIFIQUE OS SUBSTANTIVOS ABAIXO EM **SIMPLES** OU

4

**COMPOSTO:**

GIRASSOL \_\_\_\_\_

PASSATEMPO \_\_\_\_\_

NOITE \_\_\_\_\_

PISCA-PISCA \_\_\_\_\_

GUARDA-CHUVA \_\_\_\_\_

FLOR \_\_\_\_\_

MONSTRO \_\_\_\_\_

ESTRELA-DO-MAR \_\_\_\_\_

ROSTO \_\_\_\_\_

CORPO \_\_\_\_\_

POMBO-CORREIO \_\_\_\_\_



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

1ª SEMANA DE JUNHO

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

**MA**

# Matemática

5

**01** OBSERVE O CALENDÁRIO DO MÊS DE JUNHO E FAÇA O QUE SE PEDE.

## JUNHO DE 2022

Domingo	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
			1	2	3	4
5	6	7 	8	9	10	11
12 Dia dos Namorados	13	14 	15	16 Corpus Christi	17	18
19	20	21 	22	23	24	25
26	27	28 	29	30		

A- PINTE DE AMARELO A DATA DE HOJE.

B- PINTE DE LARANJA TODAS AS DATAS DO MÊS DE JUNHO QUE IRÃO CAIR NO SÁBADO.

C- O MÊS DE JUNHO DE 2022 TERÁ QUANTOS DOMINGOS? \_\_\_\_\_

D- EM QUE DIA DA SEMANA CAIU O PRIMEIRO DIA DESSE MÊS?

( ) DOMINGO      ( ) QUARTA-FEIRA      ( ) TERÇA-FEIRA

OS NUMERAIS MULTIPLICATIVOS (**DOBRO**, **TRIPLO**, **QUÁDRUPLO**) SÃO AQUELES QUE FAZEM REFERÊNCIA A UMA QUANTIDADE QUE FOI MULTIPLICADA.

TABELA DOS NUMERAIS MULTIPLICATIVAS	
<b>2X</b>	<b>DOBRO</b>
<b>3X</b>	<b>TRIPLO</b>
<b>4X</b>	<b>QUÁDRUPLO</b>

02

COMPLETE AS MULTIPLICAÇÕES ABAIXO COM A AJUDA DO PROFESSOR.

**2**  
**DOBRO**

- 2X1= \_\_\_\_\_
- 2X2= \_\_\_\_\_
- 2X3= \_\_\_\_\_
- 2X4= \_\_\_\_\_
- 2X5= \_\_\_\_\_
- 2X6= \_\_\_\_\_
- 2X7= \_\_\_\_\_
- 2X8= \_\_\_\_\_
- 2X9= \_\_\_\_\_
- 2X10= \_\_\_\_\_

**3**  
**TRIPLO**

- 3X1= \_\_\_\_\_
- 3X2= \_\_\_\_\_
- 3X3= \_\_\_\_\_
- 3X4= \_\_\_\_\_
- 3X5= \_\_\_\_\_
- 3X6= \_\_\_\_\_
- 3X7= \_\_\_\_\_
- 3X8= \_\_\_\_\_
- 3X9= \_\_\_\_\_
- 3X10= \_\_\_\_\_

**4**  
**QUÁDRUPLO**

- 4X1= \_\_\_\_\_
- 4X2= \_\_\_\_\_
- 4X3= \_\_\_\_\_
- 4X4= \_\_\_\_\_
- 4X5= \_\_\_\_\_
- 4X6= \_\_\_\_\_
- 4X7= \_\_\_\_\_
- 4X8= \_\_\_\_\_
- 4X9= \_\_\_\_\_
- 4X10= \_\_\_\_\_

03

COMPLETE A TABELA ABAIXO.

QUANTIDADE DE FRUTAS	DOBRO (2X)	TRIPLO (3X)	QUÁDRUPLO (4X)
10 MAÇÃS			
13 LARANJAS			
20 ABACAXIS			
22 MORANGOS			
25 BANANAS			

04

RESOLVA OS PROBLEMAS ABAIXO.

MARIA COLHEU 36 CAJUS NO POMAR PELA MANHÃ E À TARDE, COLHEU O TRIPLO (3X) DO QUE COLHEU DE MANHÃ. QUANTOS CAJUS MARIA COLHEU?

\_\_\_\_\_

LORENA GANHOU 25 SELOS E MALU GANHOU O DOBRO (2X). QUANTOS SELOS MALU GANHOU?

\_\_\_\_\_

THAIS TEM 14 ANOS E SUA MÃE TEM O QUÁDRUPLO (4X) DE SUA IDADE. QUANTOS ANOS A MÃE DE THAIS TEM?

\_\_\_\_\_

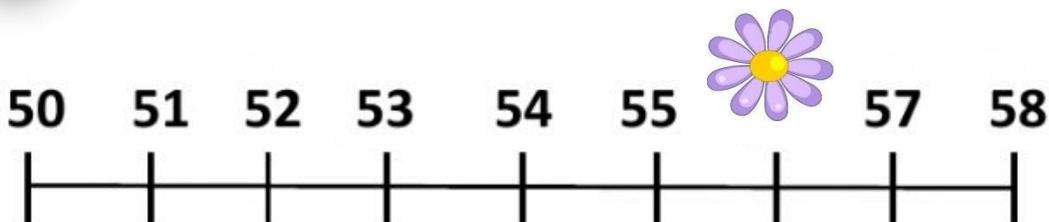
05

COMPLETE A SEQUÊNCIA NUMÉRICA DE 50 A 129.

50		52	53		55				59
60	61			64			67		
70		72			75			78	
80							87		89
90		92			95			98	
100		102				106			
110	111								
120		122							129

06

DESCUBRA O NÚMERO ESCONDIDO.



QUAL É O  
NÚMERO?

\_\_\_\_\_



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

1ª SEMANA DE JUNHO

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

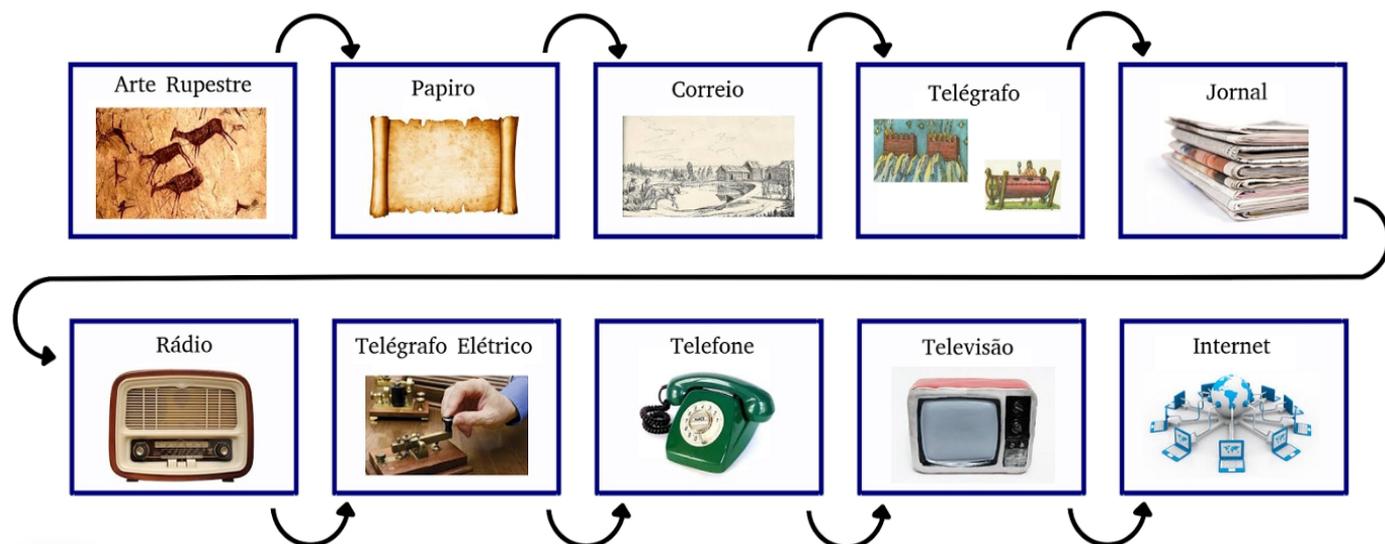
# CO História

## A EVOLUÇÃO DOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO.

A COMUNICAÇÃO ENTRE AS PESSOAS ESTÁ CADA DIA MAIS RÁPIDA. ATÉ PARECE QUE O MUNDO ESTÁ DIMINUINDO.

QUANDO FALAMOS EM TECNOLOGIA, O QUE VEM À NOSSA MENTE SÃO OS MEIOS DE COMUNICAÇÃO.

AO LONGO DA HISTÓRIA, O HOMEM SEMPRE DESENVOLVEU FORMAS PARA SE COMUNICAR: SINAIS, DESENHOS, CARTAS, CRIAÇÃO DE ALGUNS OBJETOS...



01

QUAL É O MEIO DE COMUNICAÇÃO MAIS ANTIGO?

- ( ) RÁDIO    ( ) INTERNET    ( ) ARTE RUPESTRE    ( ) TELEFONE

02

E O MAIS ATUAL?

- ( ) RÁDIO    ( ) INTERNET    ( ) ARTE RUPESTRE    ( ) TELEFONE

OBSERVE AS IMAGENS QUE REPRESENTAM OS MEIOS DE COMUNICAÇÃO E EM SEGUIDA NUMERE AS SUAS FUNÇÕES.

 <p>(1)</p>	<p>PARA ESCUTAR MÚSICA.</p> <p>( )</p>
 <p>(2)</p>	<p>MENSAGEM QUE RECEBO DO CORREIO.</p> <p>( )</p>
 <p>(3)</p>	<p>PARA FALAR COM UMA PESSOA DISTANTE.</p> <p>( )</p>
 <p>(4)</p>	<p>PARA LER REPORTAGENS, NOTÍCIAS, ETC.</p> <p>( )</p>
 <p>(5)</p>	<p>PARA VER O NOTICIÁRIO, NOVELAS, PROGRAMAS RELIGIOSOS OU DESENHO.</p> <p>( )</p>
 <p>(6)</p>	<p>PARA ENTRAR NA INTERNET.</p> <p>( )</p>

UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA  DATA

NOME:

FASE  CÓDIGO BNCC

CI

## Ciências

11

### DESCARTE DO LIXO ELETRÔNICO.



**01** CASO UTILIZE PILHA OU BATERIA COMUM, COMO VOCÊ A DESCARTA DEPOIS QUE ELA PARA DE FUNCIONAR?

- ( ) DESCARTO NO LIXO COMUM.
- ( ) LEVO A UM POSTO DE RECOLHIMENTO/COLETA.

**LEIA COM A AJUDA DO SEU PROFESSOR.**

LIXO ELETRÔNICO É TODO RESÍDUO MATERIAL PRODUZIDO PELO DESCARTE DE EQUIPAMENTOS ELETRÔNICOS.

COM O ELEVADO USO DE EQUIPAMENTOS ELETRÔNICOS NO MUNDO MODERNO, ESTE TIPO DE LIXO TEM SE TORNADO UM GRANDE PROBLEMA AMBIENTAL QUANDO NÃO DESCARTADO EM LOCAIS ADEQUADOS.

EXEMPLOS DE LIXO ELETRÔNICO: **MONITORES** DE COMPUTADORES; **TELEFONES CELULARES** E BATERIAS; **COMPUTADORES** (NOTEBOOKS E DESKTOPS); **TELEVISORES** (TUBO, PLASMA E LCD); DVD PLAYER; CÂMERAS FOTOGRÁFICAS; **IMPRESSORAS**; **PILHAS**.

02

\_\_\_\_\_ É TODO RESÍDUO MATERIAL PRODUZIDO PELO DESCARTE DE EQUIPAMENTOS ELETRÔNICOS.

03

DÊ EXEMPLOS DE LIXO ELETRÔNICO.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

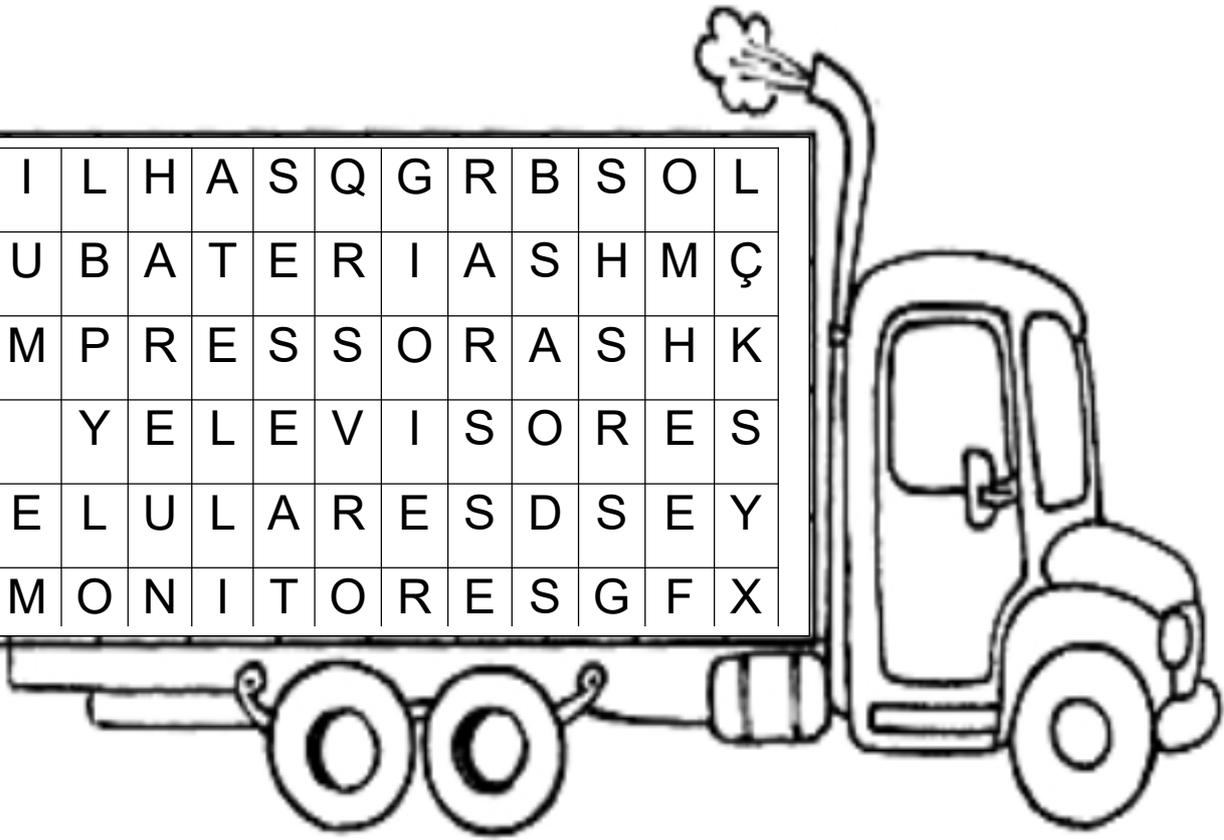
04

NA NOSSA CIDADE, VOCÊ SABE EM QUAL LOCAL DEVE SER FEITO O DESCARTE DO LIXO ELETRÔNICO? (RESPOSTA ORAL)

05

ENCONTRE NO CAÇA-PALAVRAS ALGUNS LIXOS ELETRÔNICOS QUE FORAM DESCARTADOS CORRETAMENTE NO CAMINHÃO. AS PALAVRAS ESTÃO DESTACADAS NO TEXTO ACIMA.

P	I	L	H	A	S	Q	G	R	B	S	O	L
H	U	B	A	T	E	R	I	A	S	H	M	Ç
I	M	P	R	E	S	S	O	R	A	S	H	K
K	Y	E	L	E	V	I	S	O	R	E	S	
C	E	L	U	L	A	R	E	S	D	S	E	Y
G	M	O	N	I	T	O	R	E	S	G	F	X



UNIDADE ESCOLAR:

PROFESSORA

DATA

1ª SEMANA DE JUNHO

NOME:

FASE

CÓDIGO BNCC

**EF**

## Educação Física

15

### RITMO – DANÇA AERÓBICA

A **DANÇA AERÓBICA** MISTURA MOVIMENTOS RÍTMICOS DE **DANÇA** COM MOVIMENTOS **AERÓBICOS** TRADICIONAIS, O QUE PODE TE AJUDAR A MELHORAR SUA COORDENAÇÃO E A FLUIDEZ DOS SEUS MOVIMENTOS. ISSO PODE SER LEVADO PARA TODAS AS ÁREAS DA SUA VIDA, PERMITINDO QUE VOCÊ SEJA MAIS FLEXÍVEL E GRACIOSO NAS SUAS ATIVIDADES DIÁRIAS.

ESSA MODALIDADE TRABALHA COM **MOVIMENTOS** BÁSICOS COMO: SALTAR, EQUILIBRAR, BALANÇAR, GIRAR, ROLAR, E TAMBÉM **MOVIMENTOS** ESPECÍFICOS COMO: OS EXERCÍCIOS DE FORÇA, FLEXIBILIDADE E A ROTINA DOS ELEMENTOS DA **GINÁSTICA AERÓBICA** ESPORTIVA, A COREOGRAFIA.



A DANÇA, E CONSEQUENTEMENTE, A AULA DE RITMOS, É UMA DAS MUITAS ATIVIDADES TERAPÊUTICAS QUE AJUDAM AS PESSOAS A ENCONTRAR UMA NOVA VITALIDADE E SIGNIFICADO EM SUAS VIDAS. ALÉM DISSO A DANÇA É ESTIMULANTE E ENRIQUECE AS ATIVIDADES DE LAZER.



ANTES DE INICIAR A PRÁTICA DAS AULAS DE RITMOS PARA IDOSOS, É NECESSÁRIO REALIZAR UMA VISITA AO MÉDICO PARA UMA AVALIAÇÃO GERAL. ASSIM, ELE PODERÁ INDICAR OS CUIDADOS RECOMENDADOS E AVALIAR SE A ATIVIDADE É SEGURA DE ACORDO COM AS LIMITAÇÕES DO PACIENTE.

SE TIVER PROBLEMAS NAS COSTAS OU NAS ARTICULAÇÕES, O SEU MÉDICO DEVE ACONSELHÁ-LO SOBRE MODIFICAÇÕES.

A AULA DE RITMOS PARA IDOSOS É UMA ATIVIDADE DIVERTIDA E BENÉFICA PARA A SAÚDE MENTAL E FÍSICA, E QUE PERMITE RELAXAR E INTERAGIR COM OUTROS PARTICIPANTES, CRIANDO MOMENTOS ÚNICOS DE DIVERSÃO!

