

EM PADRE TOMAZ GHIRARDELLI

**CADERNO
DE ATIVIDADES
MÊS DE ABRIL**

7º ANO _____

NOME COMPLETO DO(A) ALUNO(A):



CAMPO GRANDE / ABRIL - 2021

SUMÁRIO

PROPOSTA DE ATIVIDADE LÍNGUA PORTUGUESA - 7º ANO.....	04
PROPOSTA DE ATIVIDADE MATEMÁTICA - 7º ANO.....	16
PROPOSTA DE ATIVIDADE – HISTÓRIA – 7º ANO.....	24
PROPOSTA DE ATIVIDADE GEOGRAFIA – 7º ANO.....	28
PROPOSTA DE ATIVIDADE GEOGRAFIA REGIONAL 7º ANO.....	32
PROPOSTA DE ATIVIDADE CIÊNCIAS - 7º ANO.....	36
PROPOSTA DE ATIVIDADE ARTE - 7º ANO.....	41
PROPOSTA DE ATIVIDADE EDUCAÇÃO FÍSICA - 7º ANO.....	48
PROPOSTA DE ATIVIDADE LÍNGUA INGLESA - 7º ANO	59

ESCOLA MUNICIPAL _____

CAMPO GRANDE: _____ / _____ / 2021

ALUNO(A): _____

PROFESSOR(A): _____ 7º ANO _____

LÍNGUA PORTUGUESA

ATIVIDADE 1

Leia o texto abaixo para responder as questões 1 a 8:

Daiane dos Santos

Daiane dos Santos é uma das maiores ginastas artísticas que o Brasil já conheceu. Mas sua carreira começou de um jeito bem inusitado.

Nascida em Porto Alegre em 10 de fevereiro de 1983, Daiane sempre foi muito atlética. Ela foi descoberta pela professora Cleusa de Paula enquanto brincava em uma praça.

A professora apostou no talento nato da menina e convidou-a para treinar na AACETE (Associação dos Amigos do Centro Estadual de Treinamento Esportivo) e depois no Grêmio Náutico União. Daiane já tinha 11 anos – bem mais velha do que a maioria das ginastas iniciantes – mas compensou a idade com muita garra.

Tanta dedicação valeu a pena: aos 16 anos, Daiane conquistou duas medalhas (prata no salto sobre cavalo e bronze por equipes) nos Jogos Pan-americanos de Winnipeg (Canadá).

Aos 20 anos, tornou-se a primeira atleta brasileira, entre homens e mulheres, a conquistar o ouro em uma etapa da Copa do Mundo de Ginástica Artística. Foi em 2003, no Campeonato Mundial de Anaheim (Estados Unidos). Daiane venceu a final da prova de solo e encantou o mundo ao som de “Brasileirinho”, um chorinho do compositor Waldir Azevedo. Na ocasião, executou pela primeira vez um movimento com alto grau de dificuldade, o duplo twist carpado. O movimento ficou conhecido como “Dos Santos I”, e sua variação, o duplo twist esticado, como “Dos Santos II”.

Os anos seguintes foram de muito treino, lesões e medalhas. Daiane participou das principais competições de ginástica artística do mundo, quase sempre com bons resultados. Quando se aposentou do esporte, aos 29 anos, colecionava dezenas de medalhas, entre as quais nove de ouro em etapas do Campeonato Mundial de Ginástica Artística.

Negra, baixinha e muito determinada, Daiane tornou-se uma grande inspiração para os ginastas brasileiros. Hoje em dia, ela é empresária e participa de vários projetos que divulgam o esporte.

Disponível em: <plenarinho.leg.br >

1. O texto acima é:

- a) uma biografia;
- b) uma entrevista;
- c) uma reportagem;
- d) uma carta;

2. Identifique o segmento que apresenta Daiane dos Santos:

- a) “Daiane dos Santos é uma das maiores ginastas artísticas que o Brasil já conheceu.”
- b) “Daiane participou das principais competições de ginástica artística do mundo [...]”
- c) “[...] Daiane tornou-se uma grande inspiração para os ginastas brasileiros.”
- d) “Negra, baixinha e muito determinada [...]”

3. Na oração “[...] Daiane sempre foi muito atlética.” a palavra grifada:

- a) define uma característica de Daiane dos Santos;
- b) intensifica uma característica de Daiane dos Santos;
- c) complementa uma característica de Daiane dos Santos;
- d) nega uma característica de Daiane dos Santos;

4. Na parte “Ela foi descoberta pela professora Cleusa de Paula [...]”, o pronome “Ela”:

- a) retoma Daiane;
- b) anuncia Daiane;
- c) interpela Daiane;
- d) exclui Daiane;

5. Segundo o texto, Daiane dos Santos conquistou, aos 16 anos, medalhas:

- a) na Copa do Mundo de Ginástica Artística;
- b) no Campeonato Mundial de Ginástica Artística;
- c) nos Jogos Pan-americanos de Winnipeg (Canadá);
- d) na Copa do Brasil;

6. Em “Daiane já tinha 11 anos – bem mais velha do que a maioria das ginastas iniciantes – mas compensou a idade com muita garra.”, o termo “mas” introduz um fato:

- a) que conclui o anterior;
- b) que justifica o anterior;
- c) que compensa o anterior;
- d) que exclui a anterior;

7. No trecho “[...] tornou-se a primeira atleta brasileira [...]”, o numeral indica uma colocação da atleta brasileira, Daiane dos Santos. Por isso, esse numeral classifica-se como:

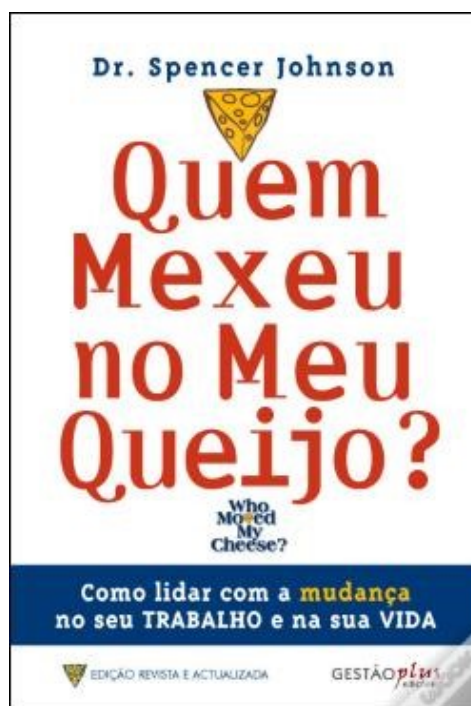
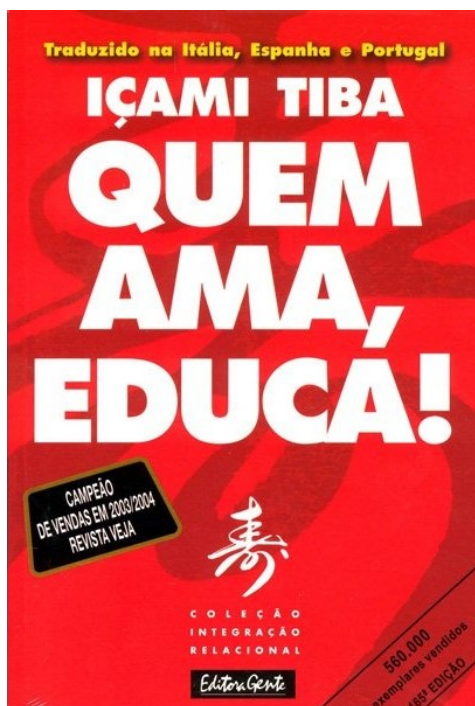
- a) ordinal;
- b) cardinal;
- c) multiplicativo;
- d) divisor;

8. No período “Hoje em dia, ela é empresária e participa de vários projetos que divulgam o esporte.”, a expressão sublinhada indica uma circunstância de:

- a) lugar;
- b) modo;
- c) tempo;
- d) negação;

ATIVIDADE 2

Veja as capas de livros a seguir: Livro A Livro B. Os dois livros têm a palavra “Quem” em seus títulos, porém em um caso temos pronome indefinido e no outro pronome interrogativo. Qual seria a classificação do pronome quem em cada um dos títulos? Tome cuidado, pois a classificação de um pronome depende do contexto.



Livro A: _____

Livro B: _____

ATIVIDADE 3

Leia o texto a seguir para responder as questões de 1 a 11:

A CAIXA DE PANDORA

Conta a história que o titã Prometeu (aquele que vê antes) e seu irmão Epimeteu (aquele que vê depois) criaram os animais e os homens. Deram a cada animal um poder, como voar, caçar, coragem, garras, dentes afiados. O homem, criado por Prometeu a partir da argila, ficou sem nada por ser o último a ser feito. Prometeu deu um pouco de cada animal para o homem, mas faltava alguma coisa especial.



Prometeu ensinou diversas coisas ao homem. Ensinou a domesticar animais, fazer remédios, construir barcos, escrever, cantar, interpretar sonhos e buscar riquezas minerais. Porém, irritou Zeus ao roubar o fogo dos deuses e dá-lo aos homens. Zeus decidiu, então, vingar-se de Prometeu e da humanidade.

Prometeu foi acorrentado a uma montanha. Sua condenação foi passar a eternidade preso a uma rocha, onde uma ave viria comer seu fígado. Toda noite seu fígado se regeneraria e a ave voltaria no dia seguinte pra lhe comer o fígado novamente.

Para castigar os homens, Zeus ordenou que o Deus das Artes, Hefesto, fizesse uma mulher parecida com as deusas. Hefesto lhe apresentou uma estátua linda. A deusa Atena lhe deu o sopro de vida, a deusa Afrodite lhe deu beleza, o deus Apolo lhe deu uma voz suave e Hermes lhe deu persuasão. Zeus deu instruções secretas a seu filho Hermes que, obedecendo às ordens do pai, ensinou Pandora a contar suaves mentiras. Com isso, a linda mulher passou a ter uma personalidade dissimulada e perigosa. Assim, a mulher recebeu o nome de Pandora (aquela que tem todos os dons).

Pandora foi enviada para Epimeteu, que já tinha sido alertado por seu irmão a não aceitar nada dos deuses. Ele, por “ver sempre depois”, agiu de forma precipitada e ficou encantado com a bela Pandora. Ela chegou trazendo uma caixa fechada, um presente de casamento para Epimeteu.

Ao ver Pandora, Epimeteu esqueceu-se que Prometeu lhe havia recomendado muitas vezes para não aceitar presentes de Zeus; e aceitou-a de braços abertos.

Certo dia, Pandora lembrou do presente que os deuses mandaram-na entregar a Epimeteu, e assim que se aproximou da caixa Epimeteu alertou-a para se afastar, pois Prometeu lhe recomendara que jamais a abrisse, caso contrário, os espíritos do mal recairiam sobre eles.

Mas, apesar daquelas palavras, a curiosidade da mulher aumentava; não mais resistindo, esperou que o marido saísse de casa e correu para abrir a caixa proibida. Mal ergueu a tampa, Pandora deu um grito de pavor e do interior da caixa saíram monstros horríveis: o Mal, a Fome, o

Ódio, a Doença, a Vingança, a Loucura, a inveja, a violência, a ganância e muitos outros espíritos maléficos...

Quando voltou a lacrar a caixa, conseguiu prender ali um único espírito, a Esperança. Assim, então, tudo aconteceu exatamente conforme Zeus havia planejado. Usou a curiosidade e a mentira de Pandora para espalhar o mal sobre o mundo, tornando os homens duros de coração e cruéis, castigando Prometeu e toda a humanidade. Ela ainda tentou fechar a caixa, mas só conseguiu prender a esperança.

Disponível em: <<http://www.dominiopublico.gov.br>>

1. Após a leitura do texto, responda no caderno:

- Por que os humanos foram criados sem poder?
- Quais ensinamentos Prometeu deu aos humanos?
- O que deixou Zeus irritado?
- Qual o castigo Prometeu recebeu de Zeus?
- Quem mais foi castigado por Zeus nesse mito?

2. Ainda sobre o texto, explique:

- Quem criou Pandora?
- Qual o significado do nome “Pandora”?
- Por que Epimeteu aceitou Pandora de presente?
- Por que Pandora abriu a caixa?
- O que tinha na caixa de Pandora?

3. Sobre o texto em análise, marque **V** para verdadeiro e **F** para falso:

- ☐ Apenas coisas ruins saíram da caixa.
- ☐ O único sentimento que ficou na caixa foi o amor.
- ☐ Pandora não se arrependeu ter aberto a caixa.
- ☐ Tudo ocorreu justamente como Zeus tinha planejado.
- ☐ A curiosidade e a mentira de Pandora espalharam o mal sobre o mundo.

4. O texto “A caixa de Pandora” é considerado um (a):

- Conto;
- Mito;
- Lenda;
- Sonho;

5. Segundo o texto, por que Prometeu ensinou diversas coisas ao homem?

- Porque sentiu pena deles.
- Para compensar a falta de poder.

- c) Porque ele era bondoso.
d) Para irritar o seu pai.
6. Nesse texto, há presença de um narrador:
a) Personagem, pois Prometeu conta sua própria história.
b) Personagem, porque Epimeteu narra sua vida.
c) Observador, porque ele conta a história e ainda faz parte dela.
d) Observador, pois só ele apenas narra os fatos sem participar da história.
7. Que tipo de assunto importante das nossas vidas esse texto tenta explicar com essa história?
a) Ele explica a origem do amor.
b) Ele explica as relações familiares dos deuses.
c) Mostra como surgiu os animais.
d) Tenta explicar a origem do mal na Terra.
8. Em sua opinião, qual foi a única coisa que ficou dentro da caixa? Por quê?
9. Como seria o mundo se esses males não tivessem saído da Caixa de Pandora?
10. O que podemos fazer para mudar essa situação?
11. Qual dos males que saiu da caixa de Pandora que mais te preocupa? Por quê?

ATIVIDADE 4

Leia a tirinha e responda as questões 1 a 4:



1. Identifique e circule um pronome oblíquo da fala do Calvin, no primeiro quadrinho.
2. No primeiro e último quadrinho há emprego de um pronome reto que não está de acordo com a norma padrão. Identifique-os e reescreva as frases corrigindo-as utilizando o pronome oblíquo adequado.
3. No último quadrinho, observe a fala de Calvin e responda, a quem se refere a pronome você?

4. A quem se refere o pronome “ele” no último quadrinho?

ATIVIDADE 5

Há o uso de muitos pronomes possessivos na tira a seguir, observe e depois responda as questões 1 e 2:



1. Reescreva os pronomes possessivos da tirinha:
2. Todos esses pronomes estão se referindo a um mesmo substantivo, que é:
 - a) caneta;
 - b) vermelha;
 - c) azul;
 - d) mãe;

Leia a charge para responder às questões 3 e 4:



3. Reescreva os pronomes que estão na charge.
4. Qual a classificação do pronome **ninguém** que aparece no balão?

ATIVIDADE 6

1. Reescreva os trechos fazendo a devida coesão. Utilize artigos, pronomes ou advérbios. Não se esqueça de que a elipse (omissão de um termo) também é um mecanismo de coesão. Exemplo:

A gravata do uniforme de Pedro está velha e surrada. A minha gravata está novinha em folha.

A gravata do uniforme de Pedro está velha e surrada, enquanto a minha está novinha em folha.

- a) Ontem fui conhecer o novo apartamento do Tiago. Tiago comprou o apartamento com o dinheiro recebido do jornal.
- b) Perto da estação havia um pequeno restaurante. No restaurante costumavam reunir-se os trabalhadores da ferrovia.
- c) No quintal, as crianças brincavam. O prédio vizinho estava em construção. Os carros passavam buzinando. As brincadeiras, o barulho da construção e das buzinas tiravam-me a concentração no trabalho que eu estava fazendo.
- d) Os convidados chegaram atrasados. Os convidados tinham errado o caminho e custaram a encontrar alguém que orientasse o caminho aos convidados.
- e) Os candidatos foram convocados por edital. Os candidatos deverão apresentar-se, munidos de documentos, até o dia 24.

ATIVIDADE 7

Leia esse trecho da notícia abaixo:

Jô Soares é entrevistado por Ziraldo no último programa de seu *talk show*

Foi com um clima de saudade e retrospectiva que Jô Soares gravou nesta sexta-feira (16) seu último programa, “Programa do Jô” (Globo).

O entrevistado não podia ter sido outro: Ziraldo, cartunista que segundo o apresentador, era presença certa todo ano no seu programa de entrevista, tanto na época do SBT, quanto na Globo.

Mas não era bem Ziraldo sendo entrevistado. Ele era o gancho, para que, Jô contasse suas histórias. No segundo bloco, o artista reconheceu que as funções haviam mudado. “Conseguir entrevistar Jô Soares”, disse.

[...]

Conforme o entrevistador ia vendo as imagens, os dois lembravam episódios que haviam vivido.

[...]

Felipe Guacomelli.Folha Online.16 dez 2016.

Disponível em: <http://www1.folha.uol.com.br/cartunistaziraldo-entrevista-jo-soares-no-ultimo-programa-do-talk-show>

1. Você teve dificuldade para compreender o título dessa notícia? De quem é o *talk show*? Como você descobriu? Comente.

2. Leia a seguir o título de outra notícia:

Cartunista Ziraldo entrevista Jô Soares no último programa de *talk show*

a) Em sua opinião qual dos títulos é mais claro? Por quê?

b) Reescreva o título da notícia do site do jornal Folha de São Paulo, retirando a ambiguidade.

ATIVIDADE 8

Produção textual

A primeira etapa para sua produção é pesquisar sobre mitos.

Estruture sua história nas etapas a seguir:

- Situação inicial: apresente as personagens, o tempo e o espaço.
- Desenvolvimento: uma complicação surge e se desenrola. Nesse momento, atinge seu clímax.
- Situação final: a história se resolve e chega ao fim.

Após organizar a estrutura do texto, escreva o primeiro parágrafo. Lembre-se de usar adequadamente as expressões temporais para situar o tempo remoto da história. Estabeleça sequência de fatos de forma que a narrativa fique coesa e coerente. Use a criatividade e escreva entre 15 a 20 linhas.

ATIVIDADE 9

Leia com atenção o texto. Depois, responda às questões interpretativas propostas:

Troca de peles

Há muitos anos e muitos anos, aconteceu um grande baile para o qual todos os bichos foram convidados. Não, a festa não foi no céu, foi em terra firme mesmo. Os animais estavam todos em polvorosa, menos um...

Tijubina, um lagarto-cinzentos fêmea muito vaidoso e esperto, achando sua pele muito sem graça para comparecer à ocasião tão importante, lagarteava sobre as pedras com olhos tristes. Saindo de um arbusto, Carambôlo, um lagarto macho, bem-intencionado, de pele em tons de verde bem alegre, quis saber o que se passava com Tijubina, sua velha conhecida.

– Estamos às vésperas do grande baile dos bichos e eu me sinto mal por não ter uma pele mais vistosa. Como posso ir nestes trajes? – disse Tijubina com voz de choro. Sensibilizado, Carambôlo decidiu emprestar sua pele, para que a amiga pudesse ir bem bonita à festa. Disse ele:

– Então, Tijubina, façamos assim: eu fico com a sua pele cinza e você vai com a minha, que é verde e reluzente. Mas, veja lá, depois do baile, desfazemos a troca!

Imediatamente, Tijubina mudou de humor! Dias depois, trocou de pele com Carambôlo e entrou no salão toda verde e vaidosa.

Na saída, Carambôlo, no traje cinza, parou para esperar a amiga, que não apareceu. Bonzinho como ele só, pensou:

– Ela deve ter tido algum contratempo, indo embora mais cedo. Amanhã, ela aparece.

Mas Tijubina não veio no dia seguinte, nem no outro, nem no outro... E Carambôlo perdeu as contas dos dias que passou esperando por sua antiga pele.

Hoje, ele é um lagarto-cinzentos, que balança a cabeça o tempo todo, lamentando ter sido passado para trás. Vai dizer que você nunca encontrou com ele?

Revista "Ciência Hoje das Crianças". Edição 244. Disponível em: <<http://capes.cienciahoje.org.br>>.

1. Identifique o fato que motivou a história acima:

- a) o grande baile para os bichos.
- b) a troca de peles entre os lagartos.
- c) a insatisfação de um lagarto-cinzentos fêmea com a sua pele.

2. O que significa dizer que os animais, com exceção de um, estavam em polvorosa?

- a) Significa dizer que eles estavam agitados.
- b) Significa dizer que eles estavam surpresos.
- c) Significa dizer que eles estavam preocupados.

3. O narrador refere-se ao lagarto Tijubina no trecho:

- a) "muito vaidoso e esperto".
- b) "bem-intencionado".
- c) "de pele em tons de verde bem alegre".

4. No segmento “Mas, veja lá, depois do baile, desfazemos a troca!”, Carambôlo:
 - a) adverte Tijubina.
 - b) ameaça Tijubina.
 - c) aconselha Tijubina.

5. Qual a função do travessão (–) na história ?

6. Adjetivos indicam características do substantivo, sendo assim, retire 5 adjetivos do texto.

ATIVIDADE 10

Leia com atenção o texto. Depois, responda às questões interpretativas propostas:

Nossa vida

Lá em casa, a situação estava difícil. O pai tinha ficado desempregado. A mãe achava que qualquer trabalho podia pelo menos pagar a comida. A gente morava em Mambá, Estado de Goiás. Aí apareceu um emprego numa fazenda pro lado dos Gerais da Bahia, bem perto da fronteira. Fui trabalhar junto com meus irmãos nessa tal fazenda. Era o projeto de um grande banco, apoiado pelo governo.

A fazenda dizia que pagava o salário, mas nunca existiu salário nenhum. No final do mês, tudo que se comia ou se usava era descontado. Não sobrava nada de dinheiro. E a gente era obrigada a trabalhar de sol a sol.

— Trabalho escravo — disseram os peões de Mambá que já tinham passado por isso.

— Mas usar criança é judiação! — falou um dia o dono do bar.

Disseram também que essas fazendas usam crianças como trabalhadores porque fica mais barato. Quatro ou cinco custam o mesmo que um adulto, comem menos, obedecem melhor e cada uma faz o trabalho de gente grande.

O capataz da fazenda dizia que o dinheiro podia sobrar se a gente trabalhasse direito. Ouvi falar de gente que saiu de lá com dívida, mas não com dinheiro.

Se pelo menos a gente estivesse se alimentando bem... Minha mãe não sabia que a comida na fazenda era ruim. Achava que era frescura de criança. Mas não era, não. De manhãzinha, café aguado com pão duro. No almoço, só coisa de entupir — macarrão puro ou arroz com farinha.

Pro serviço na fazenda render, o capataz fazia a gente trabalhar firme. Eu tenho catorze anos. Sou forte. Mas meus irmãos e um monte de outras crianças com corpinho fraco faziam serviço pesado de adulto — roçar e capinar era duro de lascar, mas a gente ainda aguentava. O pior era carregar carrinhos de mão pesados, cheios de material para a lavoura.

Ninguém tem ideia da vida dura que a gente levava nessa fazenda dos Gerais da Bahia.

Paula Saldanha. “Heróis dos Gerais”. São Paulo, FTD, 1998, p. 7-9.

1. O objetivo do texto é:
 - a) divulgar algo.
 - b) noticiar um fato.
 - c) narrar uma história.

2. Em qual passagem do texto podemos perceber que o narrador expõe uma opinião?
 - a) “Era o projeto de um grande banco, apoiado pelo governo.”
 - b) “De manhãzinha, café aguado com pão duro.”
 - c) “Ninguém tem ideia da vida dura que a gente levava nessa fazenda dos Gerais da Bahia.”

3. Qual das expressões grifadas indica um lugar?
 - a) “Lá em casa, a situação estava difícil.”
 - b) “No final do mês, tudo que se comia ou se usava era descontado.”
 - c) “No almoço, só coisa de entupir — macarrão puro ou arroz com farinha.”

4. Em “Achava que era frescura de criança.”, o narrador expressa o pensamento:
 - a) de seu pai.
 - b) de sua mãe.
 - c) do capataz da fazenda.

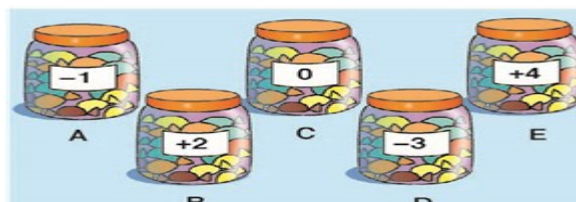
5. Segundo o narrador, ele e seus irmãos realizavam serviços bem pesados na fazenda dos Gerais da Bahia. Qual era o pior?
6. O que você entende por trabalho escravo? Hoje em dia existe trabalho escravo? Se não souber, faça uma pesquisa e escreva sua opinião.

MATEMÁTICA

CONJUNTO DOS NÚMEROS INTEIROS (Z)

ATIVIDADE 1

1. Num bar chegaram alguns potes que deveriam conter 60 bombons cada um. O proprietário fez uma verificação e marcou os potes da seguinte maneira:



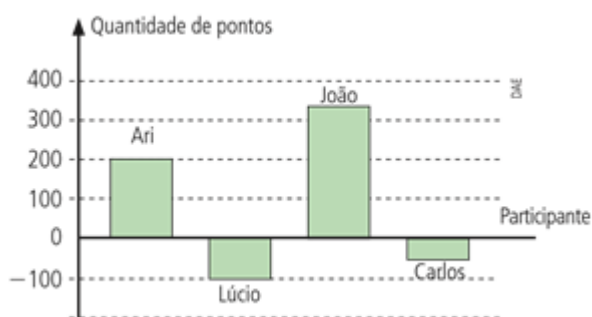
-3 indica a falta de três bombons.

+2 indica o excesso de dois bombons.

- a) Existe algum pote que contém 60 bombons? Qual deles?
- b) Quantos bombons há em cada pote?
- c) Se transferirmos o excesso de bombons do último pote para o primeiro, qual será a nova anotação no primeiro pote?

2. Observe o gráfico:

Resultado de um jogo com quatro participantes



Escreva os nomes dos participantes em ordem decrescente de pontos.

3. Escreva os números inteiros que estão compreendidos entre:

a) 76,.....79.

b) 50,.....54.

4. Num campeonato de futebol, o saldo de gols é muito utilizado como critério de desempate entre dois times que apresentam o mesmo número de pontos. Ele é obtido pela diferença entre gols marcado e gols sofridos.

Time	Gols marcados	Gols sofridos
A	15	
B	10	15
C		7
D	9	

- a) Quantos gols sofreu o time A?
- b) Qual é o saldo de gols do time B?
- c) Quantos gols marcou o time C?
- d) Quantos Gols sofreu o time D?



5. As temperaturas, na maior parte dos países, é medida em graus Celsius ($^{\circ}\text{C}$).

Existem alguns países que são muito frios, como:

Islândia, com temperaturas que chegam a -40°C ;

Mongólia, com temperaturas que chegam a -20°C ;

Canadá, que chega a apresentar, de noite, temperatura de -39°C ;

Groenlândia, com temperaturas de até -9°C .

Organize todas as temperaturas em uma reta numérica e indique qual país é o menos frio e qual é o mais frio.

Sucessor e Antecessor de um número inteiro

O sucessor de um número inteiro é o inteiro que está imediatamente à sua direita. É o número que vem depois. Exemplo: o sucessor de -10 é -9 e o sucessor de 5 é 6 .

O antecessor de um número inteiro é o inteiro que está imediatamente à sua esquerda. É o número que vem antes. Exemplo: o antecessor de -8 é -9 e o antecessor de 10 é 9 .

ATIVIDADE 2

1. Responda:

- Qual é o sucessor de 14 ? _____
- Qual é o sucessor de -11 ? _____
- -4 é sucessor de qual número? _____
- Qual é o suceso de -1 ? _____
- Todo número inteiro tem sucessor? _____

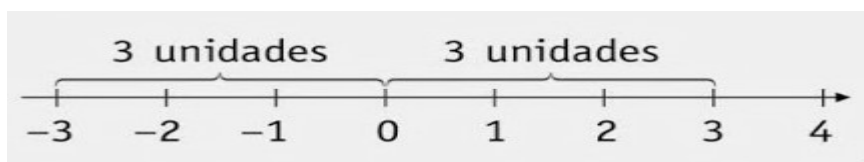
2. Responda:

- Qual é o antecessor de -1 ? _____
- Qual é o antecessor de -10 ? _____
- -3 é antecessor de qual número? _____
- Todo número inteiro tem antecessor? _____

Números Opostos ou Simétricos

Números opostos ou simétricos são aqueles que estão localizados na reta numérica à mesma distância do zero.

Exemplo: o número 3 e o número -3 são opostos.



ATIVIDADE 3

1. Responda:

- Qual é o simétrico de 10 ? _____
- Qual é o simétrico ou oposto de -1 ? _____
- Qual é o oposto do oposto de -10 ? _____
- Qual é o simétrico ou oposto de zero? _____

2. Escreva o oposto de cada número inteiro a seguir:

- | | |
|-----------|-----------|
| a) $4 =$ | f) $-1 =$ |
| b) $7 =$ | g) $-1 =$ |
| c) $+2 =$ | h) $-a =$ |
| d) $-9 =$ | i) $-m =$ |
| e) $-7 =$ | j) $+b =$ |

Números Consecutivos

Um número e seu antecessor, ou um número e seu sucessor formam pares de números consecutivos. Exemplos: 5 e 6 são números consecutivos.

ATIVIDADE 4

Responda:

- Qual é o consecutivo de -5 ? _____
- Qual é o consecutivo de -10 ? _____
- Qual é o consecutivo de 0 ? _____
- $-4, -3, -2$, são consecutivos ? _____

Valor Absoluto ou Módulo

O valor absoluto ou módulo de um número é o valor desse número sem considerar o sinal.

$|-3| = 3$ (Lê-se: o módulo ou valor absoluto de três negativo é igual a três)

$|+7| = 7$ (Lê-se: o módulo ou valor absoluto de sete positivo é igual a sete)

ATIVIDADE 5

1. Determine o valor de:

- a) $|-1| =$ c) $|-10| =$
 b) $|+5| =$ d) $|7| =$

2. Dois números inteiros diferentes têm o mesmo módulo: 20. Quais são esses números?

3. Quais são os números inteiros que têm módulo menor que $|-3|$?

4. Sabe-se que $N = -36$. Qual é o oposto ou simétrico do número N?

OPERAÇÕES EM Z. ADIÇÃO E SUBTRAÇÃO

Adição:

Adição de dois números inteiros de mesmo sinal.

Vamos calcular $(+3) + (+5) = +3 + 5 = +8$

Adição de dois números inteiros de sinais diferentes:

Vamos calcular $(-3) + (+7) = -3 + 7 = +4$

A adição de mais de dois números inteiros de sinais diferentes deve ser feita por agrupamento.

Exemplo: $(+3) + (-5) + (-7) =$

$= (-2) + (-7) =$

$= -9$

Subtração:

Subtração de dois números inteiros Para eliminar os parênteses que vem depois do sinal negativo (-) trocamos o sinal do número de dentro dos parênteses.

Exemplo: $(+8) - (+2) =$

$+8 - 2 = +6 = 6$

ATIVIDADE 6

Resolva as situações problema:

1. Um reservatório contém 500 litros de água e efetuamos, sucessivamente, as seguintes operações:

- a) Retiramos 80 litros =
 b) Colocamos 45 litros =

- c) Colocamos 30 litros =
- d) Retiramos 130 litros =
- e) Retiramos 80 litros =
- f) Qual a quantidade de água que ficou no reservatório?

2. Em um Jogo de Boliche a cada garrafa derrubada, o jogador marca +3 pontos; a cada garrafa não derrubada marca -5 pontos. Ao final das várias partidas que Suelen jogou, derrubou 15 e não derrubou 7. Fazendo os cálculos diga:

- a) Qual o número de pontos que ela fez com as peças derrubadas
- b) Qual foi o número de pontos que ela deixou de marcar
- c) Qual o número de pontos que Suelen fez no final da partida

3. Se você tem R\$71,00 no banco e retira R\$100,00, sua conta fica com saldo positivo ou negativo? Qual é o valor desse saldo?

4. Para fazer um bolo, Renata gastou R\$ 27,00. Ela vendeu o bolo por R\$ 70,00. Qual foi o seu lucro?

5. Uma pessoa tem R\$ 500,00 na sua conta bancária e faz, sucessivamente, as seguintes operações bancárias:

- a) Coloca R\$ 200,00
- b) Retira R\$ 900,00
- c) Coloca R\$ 600,00
- d) Retira R\$ 700,00
- e) Após as operações bancárias sua conta fica com o saldo positivo ou negativo? Qual o valor desse saldo?

6. **ELIMINE** os parênteses e **CALCULE**:

- a) $(12) + (-12) =$
- b) $(-23) - (-21) =$
- c) $(+15) - (+28) =$
- d) $(24) + (-12) - (-3) =$
- e) $(-12) + (10) - (-19) - (+9) =$

Multiplicação de Números inteiros

Quando estudamos os números naturais, vimos que a multiplicação equivale a uma soma de parcelas iguais. Por exemplo:

$$5 \cdot 4 = 4+4+4+4+4 = 20$$

Ao estudar os números inteiros, no decorrer desta apostila, vimos que:

- o oposto de um número positivo é um número negativo; (exemplo: $- (+3) = -3$)

- o oposto de um número negativo é um número positivo; (exemplo: $-(-3) = +3$)

Agora, observe estas multiplicações:

- I) $(+2) \cdot (+4) = +8$
- II) $(-2) \cdot (+4) = -8$
- III) $(+2) \cdot (-4) = -8$
- IV) $(-2) \cdot (-8) = +8$

Em qualquer multiplicação de números inteiros diferentes de zero, temos:

- o produto de dois números de **mesmo sinal** é um **número positivo**;
- o produto de dois números de **sinais diferentes** é um **número negativo**.

ATIVIDADE 7

- Qual é o sinal de um produto:
 - Que tem dois números positivos?
 - Que tem dois números negativos?
 - Que tem um número positivo e outro negativo?
- Determine os produtos e escreva a resposta em seu caderno.
 - $(-3) \cdot (-3) =$
 - $(+8) \cdot (-13) =$
 - $(+12) \cdot (-12) =$
 - $(-15) \cdot (+20) =$
 - $(+12) \cdot (-6) =$
 - $(-6) \cdot (-7) =$

Divisão de números inteiros

Considerando que a divisão é a operação inversa da multiplicação, sabemos, por exemplo, que:

$$18 : 3 = 6, \text{ porque } 6 \cdot 3 = 18$$

Em uma divisão entre dois números inteiros, com o divisor diferente de zero, temos:

- quociente **positivo** quando esses números (dividendo e divisor) são de **mesmo sinal**;
- quociente **negativo** quando esses números (dividendo e divisor) são de **sinais diferentes**.

$$(-60) : (-4) = +15 \text{ porque } (-4) \cdot (+15) = -60$$

$$(-15) : (-3) = +5 \text{ porque } (-3) \cdot (+5) = (-15)$$

ATIVIDADE 8

- Determine o quociente entre dois números não nulos:
 - quando esses números são iguais;
 - quando esses números são opostos.

2. Calcule as Divisões:

- a) $(+9): (-9) =$
- b) $(+8): (-2) =$
- c) $(-60): (-10) =$
- d) $(-72): (-8) =$
- e) $(+80): (+8) =$

3. Qual é o sinal do quociente?

- a) O dividendo e o divisor têm sinais iguais.
- b) O dividendo e o divisor têm sinais contrários.

4. Responda:

- a) A metade de 60:
- b) A metade de - 10:
- c) A terça parte de - 60:
- d) A quarta parte - 100:

5. Observe o quadro seguinte:

+ 200	:	- 8	=	A
- 285	:	- 5	=	B
- 246	:	+ 6	=	C

De acordo com o quadro, qual o valor de:

- a) $A + B + C?$
- b) $A + B - C?$
- c) $A - B - C?$

ATIVIDADE 9

Complete os espaços pontilhados usando os símbolos $>$, $=$ ou $<$. Em seguida, marque no cartão da **LOTEMÁTICA**, observando as colunas de acordo com a tabela:

		1	X	2
1	-3.....-2	$>$	$=$	$<$
2	+8.....+2	$>$	$=$	$<$
3	+3.....0	$>$	$=$	$<$
4	-5.....-6	$>$	$=$	$<$
5	-1.....0	$>$	$=$	$<$
6	+7.....+2	$>$	$=$	$<$
7	-2.....-1	$>$	$=$	$<$

8	-8.... 8	>	=	<
9	+9.... +6	>	=	<
10	+5.....-2	>	=	<
11	-1..... +4	>	=	<
12	-2.... 0	>	=	<
13	+ 3.....-1	>	=	<
14	+3..... -2	>	=	<
15	-3....-(+3)	>	=	<

	1	x	2
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

HISTÓRIA

ATIVIDADE 1

Leia o texto abaixo para responder as questões 1 a 3:

Povos pré-colombianos: Incas

A expansão e dominação Inca sobre outros povos.

Nas montanhas dos Andes, instalou-se uma dominação próxima daquilo que geralmente denominamos de império. Quando os espanhóis se aproximaram da região andina, na década de 1530, os incas reinavam há algumas gerações sobre uma vasta área, chamada de “Império das Quatro Direções”, cujos domínios estendiam-se do atual Equador, ao Norte, até o Chile, ao Sul. (...) Os incas instalaram-se inicialmente no Vale de Cuzco, por volta do século XIII d.C., mas apenas no século XV (por volta de 1470 d.C.) começaram a estender seus domínios sobre outros territórios e povos da região andina, incorporando e cobrando tributos de centenas de grupos étnicos caracterizados por grande diversidade cultural e linguística.

Texto adaptado de VIANA, Larissa. História da América I. vol.1. Rio de Janeiro: Fundação CECIERJ, 2010. p. 36.

Imagem 01.



Imagem 02. Cidade de Machu Picchu



Imagem 01 disponível em: <https://pt-static.z-dn.net/files/d0c/f1e08cb6325e8c1a3c42fab7c0ff9d6.jpg>. Acesso: 30/05/2020.

Imagem 02 disponível em: https://static.escolakids.uol.com.br/comteudo_legenda/fe5754d195d760a452514f1f8b_b0cd8b.jpg. Acesso: 30/05/2020.

1. Sobre a expansão territorial do Império Inca assinale (V) para verdadeiro e (F) para falso nas frases a seguir.

() O território do povo Inca não pode ser considerado um grande império, pois, não foi tão grande assim.

- () A cidade de Machu Picchu foi uma grande construção arquitetônica e teve uma grande importância para o povo inca.
- () Os Incas se instalaram inicialmente no vale de Cuzco e posteriormente realizaram uma vasta expansão territorial.
- () Nos dias atuais não existe nenhum registro histórico sobre o povo Inca.

2. Quais são os países que ocupam hoje em dia o território que pertencia ao povo Inca. (Observe o mapa da imagem 01).
3. Por que outros povos pagavam tributos aos incas?

ATIVIDADE 2

Leia os textos abaixo para responder as questões 1 a 5:

Povos pré-colombianos: Maias

Texto 01 - A astronomia foi muito desenvolvida pelos maias. Através da observação dos astros celestes os maias desenvolveram complexos calendários, os dois principais, que eram utilizados em conjunto, chamavam-se Haab e Tzolk'in.

Texto 02 - Os maias construíram centenas de pirâmides. No alto das pirâmides ocorriam complexos rituais, entre eles sacrifícios humanos.

Texto 03 - Entre os principais ingredientes da culinária maia estavam o milho, o feijão, a pimenta, tomates, cacau e abacate. O que chamamos atualmente de “comida mexicana” é uma culinária muito parecida com a da antiga cozinha maia. Os maias preparam uma bebida amarga, feita à base de cacau que chamavam de xocoatl, esta é a origem da palavra chocolate.

Texto 04 - Os povos da Mesoamérica, inclusive os maias, jogavam um jogo que ficou conhecido como “bola maia”, também chamado de Pok Ta Pok. O jogo era disputado entre dois times com uma bola com um núcleo de pedra revestida de borracha. O objetivo do jogo era acertar a bola por um aro, semelhante ao basquete. Os jogadores só podiam utilizar o antebraço, as coxas e cintura para tocar a bola.

Texto 05 – [...] a civilização maia chegou ao fim no século IX por questões ambientais. [...] os maias devastaram grande parte da floresta para a fabricação de cal, material básico para a construção das pirâmides. Por causa do grande desmatamento, houve uma diminuição das chuvas, diminuindo drasticamente a produção agrícola.

Fonte: <https://novaescola.org.br/5372/civilizacao-maia>. Acesso: 30/05/2020.

1. Relacione seus números com as descrições abaixo:
 - a) Jogo de bola maia ()
 - b) Alimentação maia ()
 - c) Colapso da civilização maia ()
 - d) Pirâmides maia ()
 - e) Calendário maia ()
2. Você já ouviu falar do calendário Maia? Fale sobre isso.
3. Observe a imagem ao lado. É possível comparar as pirâmides maias com a de outro povo estudado? Por quê?



4. Podemos comparar o jogo “bola maia” com algum outro esporte da atualidade? Explique.
5. O Império Maia chegou ao fim devido a problemas ambientais como mencionado no texto 05. Você acredita que outros povos chegaram ao fim do mesmo modo? Nos dias atuais é possível que alguma civilização passe pelo mesmo problema?

ATIVIDADE 3

Leia o texto abaixo e responda no seu caderno:

O texto a seguir, escrito em 1590 pelo jesuíta espanhol José Acosta, descreve alguns aspectos da população do Peru.

Os índios do Peru, antes da vinda dos espanhóis, nenhum gênero de escrita tiveram [...]; nem por isso conservaram menos a memória das suas antiguidades, nem tiveram menos sua conta para os negócios de paz e guerra e governo, porque na tradição de uns e outros foram muito diligentes, e como coisa sagrada recebiam e guardavam os moços o que seus maiores lhes referiam, e como o mesmo cuidado as ensinavam seus sucessores. Foram desta diligências, supriam a falta de escrita e letras, parte com pinturas [...] parte, e sobretudo, com quipos.

ACOSTA, José de. História natural e moral das Índias [1590]. Citado em: FREITAS, Gustavo de. 900 textos e documentos de história: Lisboa: Plátano, 1976. P.123.

1. Quem é o autor do texto? Em que ano ele escreveu?

2. De qual povo o autor descreve no texto?
3. Como os incas preservavam suas tradições e sua história, uma vez que eles não conheciam a escrita?
4. Que outros recursos os incas utilizavam para substituir a escrita?
5. Os depoimentos orais são também utilizados pelas sociedades que tem escrita? Justifique sua resposta.

GEOGRAFIA GERAL

ATIVIDADE 1

Leia o texto abaixo para responder as questões de 1 a 4:

A distribuição da população brasileira caracteriza o Brasil como um país pouco povoado. Conforme dados do Censo Demográfico de 2018, realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a **população total do Brasil** é de 209,5 habitantes. Esse elevado contingente populacional coloca o país entre os mais populosos do mundo. O Brasil ocupa hoje o quinto lugar dentre os mais populosos, sendo superado somente pela China (1,3 bilhão), Índia (1,1 bilhão), Estados Unidos (314 milhões) e Indonésia (229 milhões).

A **população brasileira** está irregularmente distribuída no território, pois há regiões densamente povoadas e outras com baixa densidade demográfica. A população brasileira estabelece-se de forma concentrada na Região Sudeste, com 80.364.410 habitantes; o Nordeste abriga 53.081.950 habitantes; e o Sul acolhe cerca de 27,3 milhões. As regiões menos povoadas são: a Região Norte, com 15.864.454, e o Centro-Oeste, com pouco mais de 14 milhões de habitantes.

A irregularidade na distribuição da população fica evidente quando alguns dados populacionais de regiões ou estados são analisados. Somente o estado de São Paulo concentra cerca de 41,2 milhões de habitantes, sendo superior ao contingente populacional das regiões Centro-Oeste e Norte juntas.

A população brasileira está distribuída em um extenso território, com 8,5 milhões de quilômetros quadrados. Em virtude disso, a população relativa é modesta, com cerca de 22,4 hab./km². O dado apresentado classifica o país como pouco povoado, apesar de ser populoso diante do número da população absoluta.

O **Sudeste** é a região mais populosa do país por ter ingressado primeiramente no processo de industrialização, encontrando-se hoje bastante desenvolvido industrial e economicamente. O surgimento da indústria no Sudeste foi primordial para a urbanização e a concentração populacional na região, pois se tornou uma área de atração para trabalhadores de diversos pontos do país.

Em relação à densidade demográfica, a **região Sul** ocupa o segundo lugar. As causas dessa concentração devem-se principalmente pelo fato de a região ser composta por apenas três estados e pela riqueza contida neles, o que proporciona um elevado índice de urbanização.

O **Nordeste** é a segunda região mais populosa, no entanto, a densidade demográfica é baixa, proveniente da migração ocorrida para outros pontos do Brasil, ocasionada pelas crises socioeconômicas comuns nessa parte do país.

O **Centro-Oeste** ocupa o quarto lugar quando se trata de população relativa. Isso é provocado pelo tipo de atividade econômica vinculada à agropecuária e que requer pouca mão de obra.

Por Eduardo de Freitas
Graduado em Geografia

Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/brasil/a-populacao-brasileira.htm>

1. Qual é o país mais populoso do Mundo?
2. Como está distribuída a população brasileira no nosso território?
3. É a região mais populosa do país por ter ingressado primeiramente no processo de industrialização, encontrando-se hoje bastante desenvolvido industrial e economicamente. Estamos falando:
 - a) Região Sul;
 - b) Região Centro-oeste;
 - c) Região Sudeste;
 - d) Região Nordeste;
4. É a segunda região mais populosa, no entanto, a densidade demográfica é baixa, proveniente da migração ocorrida para outros pontos do Brasil, ocasionada pelas crises socioeconômicas comuns nessa parte do país. Estamos falando:
 - a) Região Sul;
 - b) Região Centro-oeste;
 - c) Região Sudeste;
 - d) Região Nordeste;

ATIVIDADE 2

Analise a música abaixo e responda as questões 1 a 3:

Todo dia

O sol da manhã vem e lhes desafia
Traz do sonho pro mundo quem já não queria
Palafitas, trapiches, farrapos
Filhos da mesma agonia
E a cidade
Que tem braços abertos num cartão-postal
Com os punhos fechados da vida real

Lhes nega oportunidades
Mostra a face dura do mal
Alagados, Trenchtown, Favela da Maré
A esperança não vem do mar
Nem das antenas de tevê
A arte é de viver da fé
Só não se sabe fé em quê

Fonte: LyricFind
Compositores: Felipe De Nobrega B. Ribeiro / Joao Alberto Barone Silva / Herbert Vianna
Letra de Alagados © Sony/ATV Music Publishing LLC

1. O que você entendeu: **punhos fechados para vida real?**
2. Destaque dois problemas sociais presentes na letra da música:
3. Quais são os principais problemas sociais do seu bairro?

ATIVIDADE 3

Analise a charge ao lado e responda à questão a seguir:

De que problema ambiental a charge trata e quais são as causas.



Fonte: JUNIÃO Folia Diário do Povo, Campinas, 1º fev. 2008.

ATIVIDADE 4

Leia os textos abaixo para responder as questões 1 a 3:

Texto 1:

“Ninguém nasce odiando outra pessoa pela cor de sua pele, por sua origem ou ainda por sua religião. Para odiar, as pessoas precisam aprender, e se podem aprender a odiar, elas podem ser ensinadas a amar.”

(Nelson Mandela – citado em: SILVA, Aida M. M. Apresentação. In: SILVA, Aida M. M.; TIRIBA, Léa (orgs.). Direito ao ambiente como direito à vida: desafios para a educação em direitos humanos. São Paulo: Cortez, 2015. p. 08.)

Texto 2:

“[...] E de pai pra filho o racismo passa
 Em forma de piadas que teriam bem mais graça
 Se não fossem o retrato da nossa ignorância
 Transmitindo a discriminação desde a infância
 E o que as crianças aprendem brincando
 É nada mais nada menos do que a estupidez se
 propagando
 Qualquer tipo de racismo não se justifica
 Ninguém explica
 Precisamos da lavagem cerebral pra acabar com esse
 lixo que é uma herança cultural [...]”

(GABRIEL O PENSADOR. Lavagem Cerebral. Álbum: Gabriel O Pensador. Sony Music, 1993. CD.)

1. Os dois trechos acima fazem menção à discriminação racial. Com base neles e nas condições históricas do racismo no Brasil, escolha a alternativa CORRETA.

- a) Historicamente, no Brasil, não houve e não há diferenciação legal entre pessoas de cores diferentes, motivo pelo qual o racismo se consolidou por meio de piadas e brincadeiras, como sugere o segundo trecho;
- b) O primeiro trecho indica que a tolerância racial pode ser ensinada, ao passo que o segundo trecho nega que o racismo tenha raízes históricas;
- c) O racismo contemporaneamente não tem vínculo direto com a escravidão no Brasil, uma vez que esta foi extinta em 1888, logo após a assinatura da Lei Áurea, pela Princesa Isabel, filha de D. Pedro II;
- d) Tanto o primeiro quanto o segundo trecho sugerem que o racismo é resultado de um processo histórico, que pode ser convertido em tolerância racial.

2. Você já presenciou em sua cidade ou bairro casos de preconceito ou racismo? Caso sua resposta seja sim, escreva como ocorreu.

3. O que é?

- a) racismo:
- b) preconceito:

GEOGRAFIA REGIONAL

ATIVIDADE 1

Leia o texto abaixo para responder as questões de 1 a 4:

População do Mato Grosso do Sul

Nos últimos 50 anos, a população do Mato Grosso do Sul vem crescendo significativamente.

A população de Mato Grosso do Sul apresentou um grande crescimento a partir da segunda metade do século XIX, e esse crescimento se intensificou com os fluxos migratórios com destino ao estado durante o século XX. Nesse período ocorreu um processo de povoamento efetivo do território em razão das políticas públicas desenvolvidas para a ocupação da porção oeste do território brasileiro, a chamada Marcha Para o Oeste. Nos últimos 50 anos o número de habitantes aumentou 10 vezes.

Conforme dados do Censo Demográfico de 2014, realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o estado totaliza 2 619 657 habitantes, distribuídos em 79 municípios, desses, apenas 23 possuem população superior a 20 mil habitantes. O território do Mato Grosso do Sul é composto por grandes propriedades rurais e enormes vazios populacionais, refletindo diretamente na baixa densidade demográfica, que atualmente é de aproximadamente 6,8 hab./km².

O Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) é de 0,802 e a expectativa de vida é de 73,5 anos. A mortalidade infantil no Mato Grosso do Sul é de 16,9 a cada mil nascidos. Apenas 8,7% da população não é alfabetizada.

A população é composta por imigrantes nacionais e internacionais, que vieram principalmente dos Estados de Minas Gerais, Rio Grande do Sul, Paraná e São Paulo; e de países como Alemanha, Espanha, Itália, Japão, Paraguai, Portugal, Síria e Líbano. Esse fato contribui para o povoamento, além de estabelecer, em um mesmo território, uma pluralidade cultural.

No Mato Grosso do Sul existe uma grande concentração de pessoas pardas, em razão da junção de ameríndios, imigrantes paraguaios e índios guaranis.

A composição étnica da população de Mato Grosso do Sul é a seguinte:

Branços – 51,1%

Negros – 5,3%

Pardos – 41,8%

Amarelos ou indígenas – 1,7%

Por Wagner de Cerqueira e Francisco
Graduado em Geografia

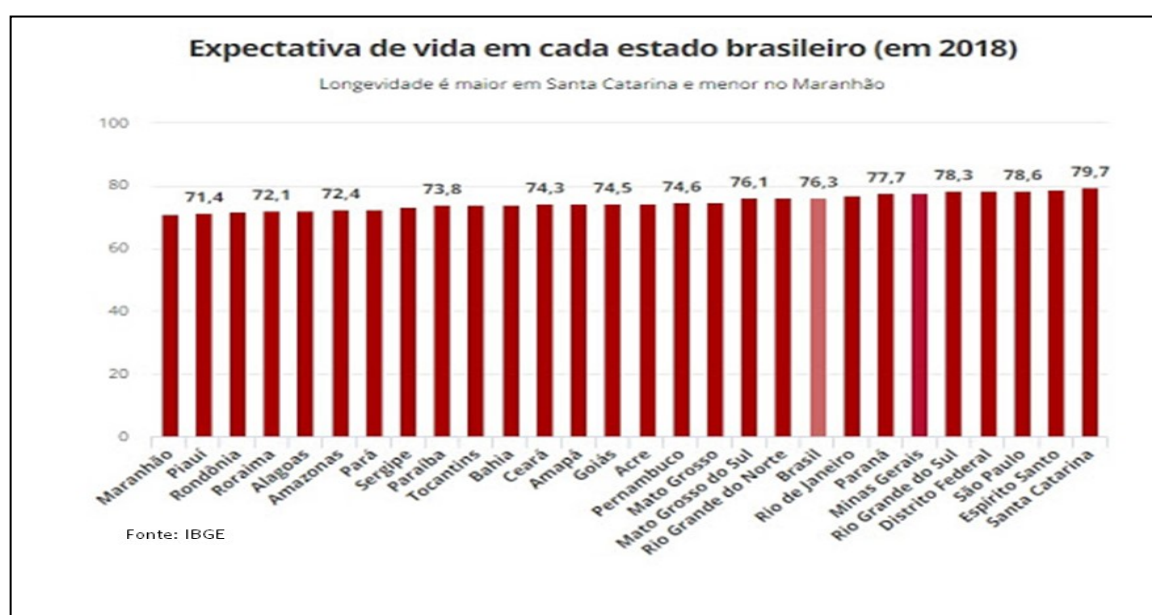
Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/brasil/aspectos-populacao-mato-grosso-sul.htm>

1. Por que a população de Mato Grosso do Sul apresentou um grande crescimento a partir da segunda metade do século XIX?

- O estado Mato Grosso do Sul totaliza 2 619 657 habitantes, distribuídos em quantos municípios?
- Qual é a expectativa de vida da população do Mato Grosso do Sul?
- No Mato Grosso do Sul existe uma grande concentração de pessoas pardas. Por quê?

ATIVIDADE 2

Observe o gráfico abaixo e responda as questões a seguir 1 a 3:



- Identifique o estado como maior IDH:
- Qual o IDH do Mato Grosso do Sul?
- Identifique os três estados brasileiros com o menor IDH:

ATIVIDADE 3

Faça a leitura do texto abaixo para responder as questões 1 a 5:

O Centro Oeste apresenta uma disposição geográfica que não permite saída litorânea.

A região Centro-Oeste é relativamente extensa, ocupando, aproximadamente, 19% do território brasileiro. Entretanto, seus estados — Goiás, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul e Distrito Federal — não são muito povoados, tendo **uma das menores densidades demográficas do Brasil**.

A história da região Centro-Oeste deve ser contada a partir do povoamento da região. Por muito tempo, **o Centro-Oeste brasileiro foi uma área espanhola**, devido ao Tratado de Tordesilhas. Durante quase dois séculos, apenas jesuítas espanhóis aventuravam-se nas áreas interioranas para catequizar nativos, nas chamadas missões jesuíticas.

No século XVII, paulistas conhecidos como **bandeirantes** partiram para as atuais áreas dos estados do Centro-Oeste em **busca de ouro e pedras preciosas**. Esse minério foi descoberto pelo bandeirante Bartolomeu Bueno da Silva, o Anhanguera. Essa descoberta em uma região do estado de Goiás levou à fundação de um arraial. No entanto, o ouro encontrado era de aluvião, uma espécie de ouro que se esgotava facilmente, o que fez com que a atividade aurífera durasse pouco tempo. No final do século XVII e início do XVIII, **fazendas de gado foram fundadas** no Centro-Oeste, o que facilitou, de forma lenta e gradual, o povoamento fixo de algumas áreas.

A região Centro-Oeste se beneficiou muito com a construção de Brasília, especialmente por causa das grandes rodovias que partem da capital federal para integrá-la às demais regiões do país.

Brasília não é um estado é a capital do Brasil. Sua área é chamada Distrito Federal (DF).

Brasília foi construída e inaugurada pelo governo de Juscelino Kubitschek em 21 de abril de 1960, para ser a nova capital do país.

Um dos principais objetivos da construção de Brasília na área central do país foi promover a chamada **interiorização do desenvolvimento** e tornar a cidade um polo para a região. O projeto inicial permitia apenas a construção de edificações que cumprissem os padrões estabelecidos no plano urbanístico.

1. Complete o quadro abaixo com os estados, capitais e extensão territorial de cada estado:

Estados	Capitais	Extensão Territorial
Distrito Federal		
Mato Grosso do Sul		
Mato Grosso		
Goiás		

2. Durante muito tempo, **o Centro-Oeste brasileiro foi uma área espanhola**, devido ao Tratado de Tordesilhas. Apenas jesuítas espanhóis aventuravam-se nas áreas interioranas. Qual era o Objetivo desses Jesuítas?

3. No século XII qual era o papel dos Bandeirantes?

4. Qual era o principal objetivo da construção de Brasília?

5. O que fez com que a exploração do ouro durasse pouco tempo no Centro Oeste?

ATIVIDADE 4

Observe o mapa faça a leitura e responda as questões 1 a 7:



1. A região Centro-Oeste é formada por três estados e pelo Distrito Federal, onde se encontra _____ a capital do país.
2. Além de fazer limites com vários estados brasileiros, o Centro-Oeste também se limita com os seguintes países: _____
3. A área que corresponde ao Distrito Federal está situada no estado de _____.
4. Ao norte, a região Centro-Oeste se limita com os estados do _____ todos pertencentes à região _____.
5. Ao sul, a região Centro-Oeste faz limite com o estado do _____ que pertence à região _____.
6. O principal tipo de criação encontrado no Pantanal é o _____.
7. Atualmente, uma das maiores produções agrícolas do Centro-Oeste é a _____.

CIÊNCIAS

ATIVIDADE 1

Leia o texto abaixo para responder as questões de 1 a 7:

Conceitos ecológicos

Ecologia é uma palavra que vem dos termos gregos oikos, que significa casa, e logos, que significa estudo. Analisando o significado da palavra, podemos concluir que a Ecologia estuda o meio onde os seres vivos vivem. Entretanto, essa ciência é bastante complexa, sendo responsável por estudar também a interação dos seres vivos entre si e com o meio em que vivem. Para compreender bem a Ecologia e suas várias áreas de abordagem, é necessário conhecer alguns conceitos básicos.

ESPÉCIE - é o conjunto de indivíduos semelhantes (estruturalmente, funcionalmente e bioquimicamente) que se reproduzem naturalmente, originando descendentes férteis. Ex.: Homo sapiens.

POPULAÇÃO - é o conjunto de indivíduos de mesma espécie que vivem numa mesma área em um determinado período. Ex.: população de ratos em um bueiro, em um determinado dia; população de bactérias causando amigdalite por 10 dias, 10 mil pessoas vivendo numa cidade em 1996, etc.

COMUNIDADE - é o conjunto de populações de diversas espécies que habitam uma mesma região num determinado período. Ex.: seres de uma floresta, de um rio, de um lago de um brejo, dos campos, dos oceanos, etc.

ECOSSISTEMA - é o conjunto formado pelo meio ambiente físico, ou seja, o BIÓTOPO (formado por fatores abióticos como: solo, água, ar) mais a comunidade (formada por componentes bióticos - seres vivos) que com o meio se relaciona.

HABITAT - é o lugar específico onde uma espécie pode ser encontrada, isto é, o seu "ENDEREÇO" dentro do ecossistema. Exemplo: Uma planta pode ser o habitat de um inseto, o leão pode ser encontrado nas savanas africanas, etc.

BIÓTOPO - Área física na qual determinada comunidade vive. Por exemplo, o habitat das piranhas é a água doce, como, por exemplo, a do rio Amazonas ou dos rios do complexo do Pantanal o biótopo rio Amazonas é o local onde vivem todas as populações de organismos vivos desse rio, dentre elas, a de piranhas.

NICHO ECOLÓGICO - é o papel que o organismo desempenha, isto é, a "PROFISSÃO" do organismo no ecossistema. O nicho informa às custas de que se alimenta, a quem serve de alimento, como se reproduz, etc. Exemplo: a fêmea do Anopheles (transmite malária) é um inseto hematófago (se alimenta de sangue), o leão atua como predador devorando grandes herbívoros, como zebras e antílopes.

ECÓTONO - é a região de transição entre duas comunidades ou entre dois ecossistemas. Na área de transição (ecótono) vamos encontrar grande número de espécies e, por conseguinte, grande número de nichos ecológicos.

BIOSFERA - toda vida, seja ela animal ou vegetal, ocorre numa faixa denominada biosfera, que inclui a superfície da Terra, os rios, os lagos, mares e oceanos e parte da atmosfera. E a vida é só possível nessa faixa porque aí se encontram os gases necessários para as espécies terrestres e aquáticas: oxigênio e nitrogênio.

Disponível em: https://www.sobiologia.com.br/conteudos/bio_ecologia/ecologia.php

1. Indivíduos de diversas espécies, que habitam determinada região, constituem:
 - a) Um bioma.
 - b) Uma sociedade.
 - c) Uma população.
 - d) Uma comunidade.
 - e) Um ecossistema.

2. As proposições a seguir referem-se a conceitos utilizados em ECOLOGIA. Marque o que for correto:
 - () Espécie é o conjunto de organismos que apresentam características distintas.
 - () Habitat é o local onde uma determinada espécie vive.
 - () Nicho ecológico refere-se a profissão de uma determinada espécie.
 - () Ecossistema é a interação dos fatores vivos e não vivos do ambiente.

3. Ao dizer que uma espécie pode ser encontrada e o que faz no lugar onde vive, estamos informando respectivamente qual conceito ecológico?

4. Defina o que é habitat.

5. Indivíduos de uma mesma espécie, que habitam determinada região, constituem:
 - a) Um bioma.
 - b) Uma sociedade.
 - c) Uma população.
 - d) Uma comunidade.

6. Suponha que em um terreno coberto de capim gordura vivem saúvas, gafanhotos, pardais, preás e ratos-do-campo. Nesta região estão presentes:
 - a) Cinco populações.
 - b) Seis populações.
 - c) Duas comunidades.
 - d) Seis comunidades.
 - e) Dois ecossistemas.

7. Assinale a alternativa CORRETA:

- a) Em Ecologia, a COMUNIDADE inclui grupos de indivíduos de uma mesma espécie de organismos.
- f) Em Ecologia, a POPULAÇÃO inclui todos os indivíduos de uma mesma área, pertencentes ou não a várias espécies.
- g) Em Ecologia, o ECOSSISTEMA é a porção da terra biologicamente habitada.
- h) Em Ecologia, a BIOSFERA é o conjunto formado pela comunidade de indivíduos vivos e o meio ambiente inerente.
- i) Nenhuma das anteriores.

ATIVIDADE 2

Leia o texto e em seguida responda as perguntas:

Ecosistema

Quando o assunto é Ecologia, frequentemente utilizamos a palavra ecossistema. Apesar de fazer parte do nosso vocabulário, muitas pessoas não compreendem o real significado desse termo. Podemos definir ecossistema como um conjunto de organismos que vivem em determinado local e interagem entre si e com o meio, formando um sistema estável. Cada ecossistema é formado por várias populações de espécies diferentes, constituindo, assim, uma comunidade. A Floresta Amazônica com todas as suas plantas, animais, clima, tipos de solo e rios forma um ecossistema. Um pequeno jardim, um aquário e um lago, por exemplo, também formam ecossistemas, uma vez que, nesses locais, há organismos vivos interagindo com o ambiente em que vivem. Podemos dividir o ecossistema em dois componentes básicos: **os bióticos e os abióticos**.

Os componentes bióticos de um ecossistema são os seres vivos, como as plantas, animais e micro-organismos. Podemos dividir esses componentes em dois grupos principais: os organismos autotróficos e os heterotróficos. Os primeiros produzem seu próprio alimento através de processos de fotossíntese e quimiossíntese, já os heterotróficos são os consumidores e os decompositores.

Os componentes abióticos, por sua vez, são aqueles fatores não vivos, como a luz, a temperatura, os nutrientes, o solo e a água. Apesar de não darmos muita importância aos fatores abióticos quando pensamos em um ecossistema, eles são fundamentais para a sobrevivência dos organismos. Dentre esses componentes, podemos destacar a radiação solar, que permite o processo de fotossíntese pelos seres fotossintetizantes. Além disso, a água e a temperatura também exercem um importante papel na sobrevivência de organismos. Para facilitar a compreensão e o ensino, frequentemente os ecossistemas são divididos em dois grupos: **os aquáticos e os terrestres**. Dentre os ecossistemas terrestres, podemos citar as florestas, desertos, campos, savanas, entre outros. Como exemplos de ecossistemas aquáticos, podemos citar rios, mares, oceanos e lagos.

Disponível em: <https://www.biologianet.com/ecologia/ecossistema.htm>

1. De acordo com o texto, o que é ecossistema?
2. Cite pelo menos dois exemplos de ecossistemas descrevendo seus componentes.
3. Explique porque um lago pode ser considerado um ecossistema.
4. Observe a ilustração e faça o que se pede:



Representação esquemática de um ecossistema lacustre.
(Imagem sem escala; cores-fantasia. A situação não é real.)

- a) Cite os componentes vivos da hidrosfera, litosfera, da atmosfera presentes na ilustração.
 - b) A imagem retrata uma parte da biosfera. Você concorda com essa afirmação? Explique.
5. A ecologia é uma parte da biologia que estuda a relação dos organismos com o meio que os cerca. Os organismos interagem entre si e com todas as partes não vivas do ambiente, tais como solo, água, temperatura e umidade. Essas partes não vivas são chamadas de:
- a) Fatores abióticos.
 - b) Fatores bióticos.
 - c) Biosfera.
 - d) Nicho ecológico.
 - e) Ecossistema.

ATIVIDADE 3

Leia o texto, e responda aos questionamentos:

Você sabe a diferença entre gripes e os resfriados?



Pegou uma gripe? Tem certeza? Os sintomas como nariz entupido, espirros, dores de cabeça e no corpo podem caracterizar a gripe ou resfriado. Você sabe a diferença?

A gripe ou influenza é causada por um vírus e geralmente é caracterizada por febre alta, seguida de dor muscular, dor de garganta,

dor de cabeça, coriza e tosse seca. A febre é o sintoma mais importante e dura em torno de três dias. Os sintomas respiratórios como a tosse e outros, tornam-se mais evidentes com a progressão da doença e mantêm-se em geral de três a cinco dias após o desaparecimento da febre. Alguns casos apresentam complicações graves, como pneumonia, necessitando de internação hospitalar.

O resfriado também é uma doença respiratória frequentemente confundida com a gripe, mas é causado por vírus diferentes, sendo os mais comuns associados ao resfriado os rinovírus, os vírus parainfluenza e o vírus sincicial respiratório (RSV), que geralmente acometem crianças. Os sintomas do resfriado, apesar de parecidos com da gripe, são mais brandos e duram menos tempo, entre dois e quatro dias. Os sintomas incluem tosse, congestão nasal, coriza, dor no corpo e dor de garganta leve. A ocorrência de febre é menos comum e, quando presente, é em temperaturas baixas.

Para evitar pegar doenças respiratórias, seja gripe ou resfriado, é bom sempre manter alguns hábitos de higiene como lavar as mãos, utilizar lenço descartável para limpar o nariz, não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas, manter os ambientes bem ventilados e evitar contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas de gripe. É fundamental também cobrir o nariz ao tossir e espirrar. Mas não use a mão para isso. Cubra o rosto com área interna entre o braço e o antebraço, onde fica o cotovelo. Assim, você evita tocar em objetos com as mãos cheias de vírus que podem contaminar outras pessoas.

Disponível em: <http://www.blog.saude.gov.br/index.php/35481-voce-sabe-a-diferenca-entre-gripes-e-o-resfriado>

1. Sintomas que podem causar dúvidas se você está com gripe ou resfriado:
2. Sintomas de uma pessoa que está com gripe:
3. Vírus mais comuns associados a um resfriado:
4. Hábitos que eu posso fazer para evitar pegar uma doença respiratória, seja gripe ou resfriado:
5. Ambas são causadas por vírus (seres muito simples e pequenos, formados basicamente por uma cápsula proteica envolvendo o material genético, que, dependendo do tipo de vírus, pode ser o DNA, RNA ou os dois juntos. A palavra vírus vem do Latim vírus que significa fluido venenoso ou toxina) Assim, em seu caderno, desenho a forma de um vírus:
6. Um forma eficaz de combate aos vírus, é a vacinação. Qual a sua importância?
Sugestão de pesquisa ➔ <https://www.pfizer.com.br/noticias/importancia-da-vacinação>

ARTE

Leia o texto abaixo:

O QUE SÃO INSTRUMENTOS MUSICAIS?

São objetos destinados a produzir sons para se fazer música, podendo substituir ou acompanhar a voz. A voz, as mãos e os pés foram os primeiros instrumentos musicais do homem. A voz emite sons em forma de melodia e as mãos e os pés produzem sons em forma de ritmo. A voz, as mãos e os pés podem emitir sons ao mesmo tempo, em harmonia. Além de produzir sons com a voz, as mãos e os pés, os seres humanos, há muito tempo, vêm criando instrumentos musicais com esse objetivo. Os primeiros instrumentos desenvolvidos foram os de percussão. Depois, vieram os de sopro, os de cordas, os de teclas e, finalmente, os eletrônicos, assim como os alternativos, que há todo momento, surgem trazendo novidades.

Percussão: São mais utilizados para produzir o ritmo da música. Alguns são tocados com as mãos e outros, com baquetas:



Sopro: São aqueles que, quando soprados, produzem sons. Esses instrumentos se constituem de um tubo longo ou curto. A maioria deles possui buracos ou botões no tubo, os quais, quando tampados ou apertados, produzem tons diferentes:



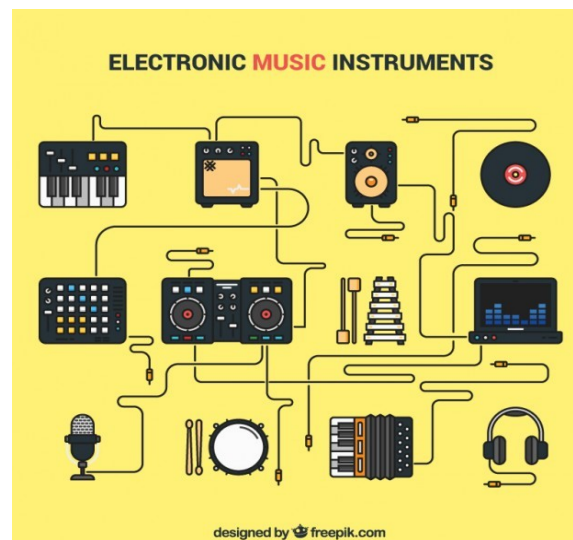
Cordas: nestes instrumentos, o som é produzido por meio de cordas. Os instrumentos de cordas, assim como os de sopro, se ao mais utilizados para a execução da melodia. Alguns são tocados com arcos, outros com os dedos ou palhetas:



Teclas: há ainda os instrumentos de teclas. Esses instrumentos podem ser feitos de forma mecânica, produzindo sons através de vibrações de peças ou eletrônicos:



Eletrônicos: São aqueles em que o som é produzido e amplificado:



Cada instrumento musical de percussão, sopro, cordas, teclas e eletrônicos tem uma sonoridade característica, que é chamada de timbre. É pelo timbre que podemos identificar qual instrumento está sendo tocado. Alguns instrumentos musicais eletrônicos são capazes de produzir timbres parecidos com o de diversos outros instrumentos, como a tecla do. Para tocar uma música, não precisamos utilizar apenas instrumentos musicais tradicionais, como os que vimos até agora. À maneira de alguns músicos, podemos inventar instrumentos musicais utilizando objetos e sucatas (por exemplo, latas, garrafas, tubos e bacias, assim como faz o músico Hermeto Pascoal, ou mesmo o nosso corpo, como o artista Naná Vasconcelos.

EXERCÍCIOS DE INTERPRETAÇÃO E EXPRESSÃO MUSICAL

Os primeiros instrumentos musicais usados pelo homem foram a voz, as mãos e os pés. Se prestar atenção, você verá que o corpo pode produzir grande variedade de sons. Além de palmas, batidas de pé e voz, também é possível produzir som com o estalar dos dedos, com a respiração e a inspiração e até mesmo com movimentos de boca e língua.



Grupo Barbatuques – Percussão Corporal

ATIVIDADE 1

Produza sons com alguma parte do corpo:

- Atividade I: Som com a boca
- Atividade II: Som com as mãos
- Atividade III: Som com os pés.

Essa será uma forma divertida de observar e aprender como é possível criar sons utilizando partes do corpo. Para se inspirar, assista aos vídeos do grupo “Barbatuques”.

Ao final dessa prática, você pode gravar o som que criou ou filmar você produzindo os sons com partes do corpo!

ATIVIDADE 2

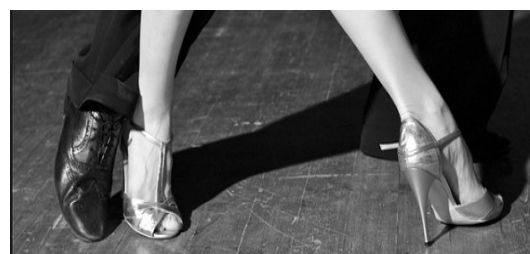
Através da dança nosso corpo responde aos estímulos que o som nos transmite. Identifique os tipos de dança para cada representação das partes dos corpos, como: Break Dance, Valsa, Dança do Ventre, Samba...

Responda os nomes dos estilos de dança a partir das imagens:









ATIVIDADE 3

Há muito tempo, o homem vem criando instrumentos musicais que se dividem em quatro tipos: os de percussão, os de sopro, os de cordas e os de teclas, além dos alternativos e os eletrônicos. Responda abaixo

1. Explique a diferença de Percussão e Percussão Corporal.
2. O que é um instrumento de sopro? Diga 01 (um) nome de algum instrumento de sopro.
3. Quais instrumentos eletrônicos você conhece e que tem em sua volta ou no seu dia a dia?

ATIVIDADE 4

Luiz Gonzaga, conhecido como o “Rei do Baião”. A letra da música abaixo “Luar do sertão”, foi composta em 1914 por Catulo da Paixão Cearense, e fala da saudade do sertão por alguém que se encontra na cidade onde o luar é “tão escuro”. Podemos observar que ela faz uma apologia à vida campestre, tanto pela ingenuidade de seus versos como pela simplicidade de sua melodia.

Não há, ó gente, ó não Luar como esse do sertão Não há, ó gente, ó não Luar como esse do sertão Ó que saudade do luar da minha terra Lá na terra branquejando folhas secas pelo chão Este luar cá da cidade tão escuro Não tem aquela saudade do luar do meu sertão Não há, ó gente, ó não Luar como esse do sertão Não há, ó gente, ó não Luar como esse do sertão Se a lua nasce por detrás da verde mata Mais parece um sol de prata prateando a solidão E a gente pega na viola que ponteia E a canção e a lua cheia a nos nascer do coração	Não há, ó gente, ó não Luar como esse do sertão Não há, ó gente, ó não Luar como esse do sertão Coisa mais bela neste mundo não existe Do que ouvir-se um galo triste no sertão que faz luar Parece até que a alma da lua é que descanta Escondida na garganta deste galo a soluçar Não há, ó gente, ó não Luar como esse do sertão Não há, ó gente, ó não Luar como esse do sertão Ai quem me dera que eu morresse lá na serra Abraçado à minha terra e dormindo de uma vez Ser enterrado numa grota pequenina Onde à tarde, a sururina chora a sua viuvez
---	--

1. De que maneira o autor compara a vida no sertão com a cidade?
2. O que a letra da canção quis dizer no trecho: “Esse luar cá da cidade tão escuro / Não tem aquela saudade / Do luar lá do sertão”?
3. Com o que a lua é comparada?
4. De que o eu lírico (Poético) trata na canção?
5. Como é a noite no sertão, segundo a letra da música?
6. Faça a interpretação da letra da música, através do desenho. Use o seu caderno.

ATIVIDADE 5

Leia os dois textos abaixo para responder as questões 1 a 5:

Texto 1:

Muralismo

Muralismo ou **pintura mural** é a pintura executada sobre uma parede, diretamente na sua superfície, como num afresco, num painel montado para uma exposição permanente. Ela difere de todas as outras formas de arte pictórica por estar profundamente vinculada à arquitetura, podendo explorar o caráter plano de uma parede ou criar o efeito de uma nova área de espaço.

A técnica de uso mais generalizado é a do afresco, que consiste na aplicação de pigmentos de cores diferentes, diluídos em água, sobre argamassa ainda úmida.

O muralismo foi cultivado nas civilizações grega e romana, embora destes tenham restado poucos exemplares, entre os quais se destacam os encontrados nas ruínas de Pompeia e Herculano. A técnica também foi muito empregada na Índia nos murais das Grutas de Ajanta, e na China da dinastia Ming.

AUGUSTO CARVALHO NAVEIRA (Guto Naveira) é natural de Campo Grande – MS, mas começou a desenvolver seu trabalho na cidade de São Paulo há quatro anos, onde começou a misturar suas técnicas de “cartoonismo”, inspirados nos links mais diversos como: Matt Groening (criador de Os Simpsons) e dos mais diversos elementos, desde artistas renomados e jogos de vídeo game. De volta a Mato Grosso do Sul a pouco mais de 2 anos.



Fonte: Lendo Texto: - ARTE NOS MUROS

Texto 2:

Os Gêmeos colore o Cambuci e o mundo

João Wainer - Repórter fotógrafo



Os gêmeos univitelinos Otávio e Gustavo Pandolfo, 31, grafiteiros conhecidos como Os Gêmeos, desde janeiro de 2005 já expuseram seus trabalhos em Londres, Paris, Milão, Tóquio, Los Angeles, Nova York, Berlim, Havana, Hong Kong e Atenas. [...] A Nike acaba de lançar um tênis desenhado por eles, e o jornal The New York Times publicou uma reportagem elogiando a dupla e afirmando que suas obras podem valer até US\$ 15 mil (R\$ 34,2 mil) nos EUA.

Com um currículo desses, poderiam estar morando em qualquer lugar do mundo, mas ainda moram por aqui, no Cambuci, bairro paulistano de classe média. Não trocam a região por nada e,

para a felicidade geral dos vizinhos e transeuntes, o que os irmãos mais gostam de fazer é grafitar as paredes e os muros do próprio bairro, transformando-o em uma enorme galeria de arte urbana ao ar livre.

Com os seus personagens bem vestidos e minimalisticamente desenhados nas paredes, interagindo com a paisagem, Os Gêmeos percorrem o mundo, e o bairro do Cambuci teve muito a ver com isso.

No começo da década de 80, o movimento hip-hop chegou a São Paulo, e o bairro foi um dos mais influenciados pelo rap, break e grafite. [...]

“Acho que, se tivéssemos crescido em outro bairro, nosso trabalho não seria o que é hoje. Talvez nem fôssemos artistas. A gente não pensava em nada, era só curtidão. Fazíamos festas e dançávamos nas esquinas, vivíamos pintando na rua. Era um clima tranquilo, muito diferente do de hoje em dia.”

As paredes do Cambuci tiveram o privilégio, muito anos antes de os irmãos nascerem, de serem pintadas por outro grande pintor brasileiro. Alfredo Volpi, que morou lá até morrer em 1988, pintava paredes e murais sob encomenda no início da carreira e também retratou em sua obra o bairro que hoje inspira os mais novos expoentes das artes plásticas brasileiras. [...]

“Quando eram pequenos, dei a eles uma folha de papel. Começaram a desenhar, um por cima, o outro por baixo. No meio do desenho, os traços se encontraram – ficou lindo. Os meninos sempre se falaram pouco. Eles se entendem pelo olhar”, conta orgulhoso o pai.

“Na Verdade, o bairro para nós é um grande ateliê. Às vezes, estamos em casa, surge uma ideia e vamos para a rua a procura da parede mais próxima para fazer. Todo mundo do bairro nos conhece. Vão logo liberando os muros”, explica à dupla. [...]

Fonte: WAINER, João. Folha de S.Paulo, 30 out. 2005. Folha Ilustrada.

1. Qual o nome dos gêmeos? Que idade eles têm?
2. O que eles fazem?
3. O trabalho deles é conhecido só no Brasil? Destaque uma passagem do texto que justifique sua resposta.
4. Onde vivem os gêmeos?
5. Faça a releitura da obra de Guto Naveira no seu caderno.

EDUCAÇÃO FÍSICA

Esporte de invasão

Texto 1: História do Handebol

O alemão Karl Schelenz foi um atleta e professor de educação física, responsável pela criação do handebol em 1919. Apesar de um esporte alemão, seu nome vem da língua inglesa. O significado de hand, no idioma, é “mão”. Inicialmente criado para ser um esporte feminino, as partidas eram disputadas ao ar livre, em campos menores e gramados. As primeiras partidas da modalidade foram realizadas em Berlim, no período pós Primeira Guerra Mundial. Sua difusão pelo mundo foi rápida, abarcando também equipes masculinas. Em 1930, o handebol passou a fazer parte dos Jogos Olímpicos de Berlim. Até aquele momento, ele era jogado da maneira como foi concebido, ou seja, com um total de 22 jogadores, 11 em cada lado. A partir de 1972, já com menor número de jogadores, sete por equipe e praticado em um campo maior, a modalidade foi reintroduzida nos Jogos Olímpicos depois de algum tempo de fora.

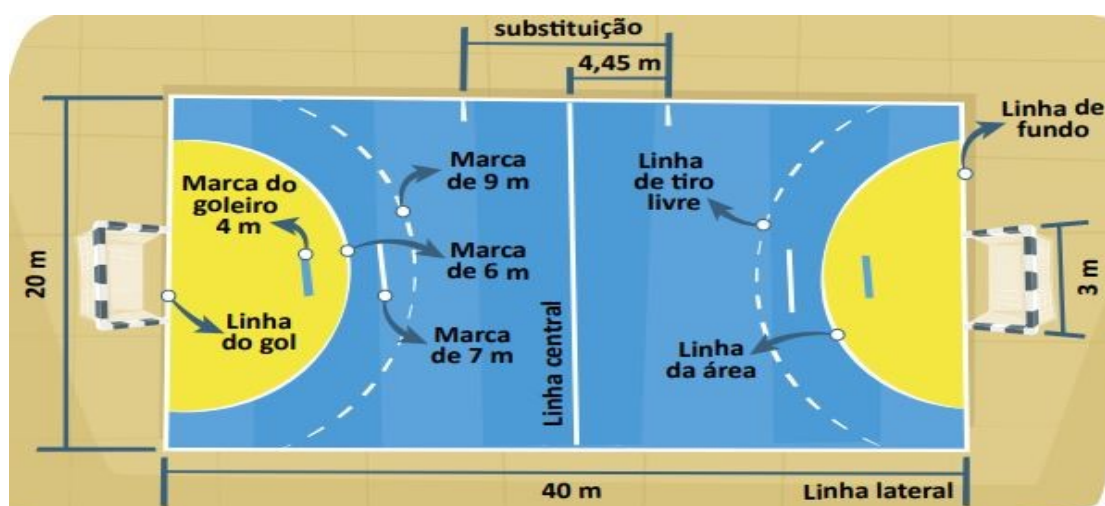
Dessa época, até hoje, o esporte alcançou muitas nações. Em 1999 foi criada a Federação Internacional de Handebol, com sede na Suíça. Atualmente, o Campeonato Mundial de Handebol é realizado a cada dois anos. As seleções europeias seguem como os maiores destaques do mundo. O Brasil foi campeão mundial feminino em 2013, mas o esporte ainda é pouco representativo no país, tendo os maiores times no Rio de Janeiro, São Paulo, Paraná e Minas Gerais. No Brasil, o handebol passou a ser reconhecido a partir dos anos 30. Em 1940 foi fundada em São Paulo a Federação Paulista de Handebol. Esse momento foi um importante passo para a consolidação do esporte no país. Em 1979 foi fundada a Confederação Brasileira de Handebol (CBHb). Esse órgão é responsável pelos eventos de handebol que ocorrem no país. Atualmente diversos estados possuem equipes de Handebol com destaques para São Paulo, Minas Gerais, Rio de Janeiro e Paraná.

Veja quais são as principais regras:

- Uma partida tem duração de 60 minutos e é dividida igualmente em dois tempos de 30 minutos. Em caso de empate, o jogo é prorrogado em mais dois tempos, de 5 minutos cada.
- Entre cada um dos tempos há um intervalo de 10 minutos.
- Todos os jogos são supervisionados por dois árbitros e um cronometrista.
- Enquanto estiver com a posse da bola o jogador pode dar até três passos sem passá-la adiante; Entretanto, caso ele esteja quicando a bola poderá dar mais passos.
- O jogador não pode segurar a bola por mais de três segundos ou dar mais de três passos segurando a bola.
- Durante o jogo, nenhum jogador de linha pode pisar na linha ou entrar na área do goleiro.

Caso essa invasão aconteça, a equipe que está atacando perde a posse de bola. Entretanto, ao realizar um movimento de ataque, por exemplo, é permitido que o jogador cometa essa invasão, mas somente se pular de fora para dentro na área e soltar a bola enquanto estiver no ar.

- É permitido bloquear um jogador com o próprio corpo, entretanto, é vetado o uso de qualquer tipo de agressão física, como cotoveladas, puxões e empurrões e chutes, sob pena de punição com cartões amarelo ou vermelho.
- As partidas são jogadas por duas equipes, cada uma com sete jogadores. Um deles será o goleiro enquanto os demais ficam em campo.
- Para as equipes masculinas, a bola, que é feita de couro ou material sintético similar, possui circunferência de 58,4 cm e peso de 453,6 gramas.
- Para as equipes femininas, a circunferência é de 56,4 cm, enquanto o peso é de 368,5 gramas.
- A quadra de handebol possui as seguintes dimensões: 40 metros de comprimento por 20 metros de largura. Em cada uma das extremidades há um gol, cujas medidas são 2 metros de altura por 3 metros de largura.
- A quadra será delimitada pelas linhas laterais e linhas de fundo. Há ainda as linhas dos 4, 6, 7 e 9 metros.
- Linha dos 4 metros: serve para limitar o goleiro durante a cobrança de um tiro de 7 metros.
- Linha dos 6 metros: delimita a área do goleiro.
- Linha dos 7 metros: estabelece o posicionamento para o tiro de 7 metros.
- Linha dos 9 metros: específica para a cobrança de faltas é onde será formada a barreira defensiva.



Fundamentos do handebol

Empunhadura: É um dos fundamentos mais básicos no handebol. Consiste no ato de segurar a bola de maneira correta com uma das mãos.

Recepção: Também fundamento básico, mas não menos importante, a recepção é o ato de receber a bola e conseguir dominá-la. Normalmente, é realizada com as duas mãos, porém, dependendo do nível técnico do atleta e da situação da partida, essa recepção também pode ser feita com apenas uma das mãos.

Passe: Normalmente treinado em conjunto com o fundamento anterior, o passe é um dos fundamentos mais importantes da modalidade. É a ação de lançar a bola para um companheiro de equipe sem deixar que o adversário faça a interceptação.

Arremesso: É a ação que finaliza a jogada criada pela equipe e tem como intuito atingir a baliza adversária para marcar o gol.

Drible: Resume-se ao ato de quicar a bola no chão, em progressão, sem perder o domínio dela. O drible tem como objetivo ludibriar a marcação adversária seja nas ações coletivas, seja nas individuais. É também uma forma de tentar encontrar o melhor ângulo para o arremesso.

ATIVIDADES

1. Em que ano foi fundada a Confederação Brasileira de Handebol (CBHb)?

2. Complete:

a) A Confederação Brasileira de Handebol (CBHb) é o órgão responsável pelos _____ que ocorrem no país.

b) As primeiras partidas da modalidade foram realizadas em _____.

c) Atualmente diversos estados possuem equipes de _____ com destaques para São Paulo, Minas Gerais, _____ e _____.

3. Quem foi o fundador do Handebol:

- () William George Morgan
- () Mark Zuckerberg
- () James Naismith
- () Karl Schelenz
- () Bruce Wayne

4. No ano de 2013, qual seleção foi campeã mundial?

5. O Handebol inicialmente foi criado para ser um esporte:

() Masculino

() Misto

() Feminino

6. Marque V para Verdadeiro e F para Falso:

() O jogador poderá permanecer com a bola em mãos por apenas 6 segundos.

() É permitido bloquear um jogador com o próprio corpo.

() Em 1930 o handebol passou a fazer parte dos Jogos Olímpicos de Berlim.

() Os jogadores podem permanecer na área do goleiro.

() Em 1999, foi criada a Federação Internacional de Handebol.

Texto 2: ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA: ATLETISMO

A séculos entende-se por ATLETISMO a prática de um conjunto de exercícios corporais baseados nos gestos naturais do homem, é um esporte universalmente popular, onde as exigências sempre serão mais e mais (mais rápido, mais alto, mais longe, mais resistente e mais e mais).

O atletismo é uma das primeiras modalidades esportivas que se pratica, pois se baseia nos movimentos naturais como saltar, correr e arremessar. Praticado desde tempos que remontam ao início da nossa civilização, originou-se da necessidade de treinar guerreiros. A palavra atletismo deriva da raiz grega athon, que significa combate.

É chamado de esporte-base, pois sua prática corresponde a movimentos naturais realizadas pelo ser humano que consiste em: Andar; Correr; Saltar; Lançar; Arremessar.

Por exemplo, podemos observar um jogador em atividade numa partida de futebol, basquete ou voleibol. Durante o jogo, ele anda, outras vezes, corre, salta e pratica arremessos. Por isso, um jogador de futebol, basquete ou voleibol procura sempre desenvolver essas habilidades que são “base” dos conjuntos de atividade física do praticante dessas modalidades.

Na moderna definição, o Atletismo é um esporte com provas de pista (corridas), de campo (saltos e lançamentos), provas combinadas, como decatlo e heptatlo (que reúnem provas de pista e de campo), o pedestrianismo (corridas de rua, como a maratona), corridas em campo (cross country), corridas em montanhas, e marcha atlética.

História do Atletismo



A história do atletismo é muito bonita, pois se inicia com a própria história da humanidade, quando o homem primitivo praticava suas atividades naturais para sobrevivência, como a caça, que ele usava para a sua própria defesa, nela ele saltava, corria, lançava, enfim desenvolvia uma série de habilidades relacionadas com as diversas provas de uma competição de atletismo.

Na Pré-História



O ser humano já praticava algumas das modalidades do atletismo como forma de sobrevivência na pré-história. A caminhada, por exemplo, era utilizada para se locomover de um lugar para o outro. A corrida e os saltos, para escapar das presas dos animais carnívoros. O arremesso era usado para se defender e matar animais que serviam de alimento. Desta forma, os homens e as mulheres foram adquirindo habilidades que, mais tarde, foram aprimoradas e adaptadas para as competições de atletismo.

Atletismo na Era Antiga

A história diz que os primeiros eventos esportivos organizados foram realizados por volta de 1200 a.C., no "Monte Olímpicus", na Grécia. Próximo a este local foi construído um palco esportivo para sediar os Jogos Olímpicos. Lá, os homens exibiam as suas forças, habilidades físicas e o controle psicológico, tudo em homenagem a Zeus, o rei dos deuses da mitologia grega.

As mulheres, por sua vez, não tinham permissão para participar dos jogos e nem mesmo para assistir as competições masculinas. Mas, em contrapartida, a cada quatro anos, era realizado um evento esportivo só para elas, em homenagem a Hera, esposa de Zeus.

Naquela época, os Jogos Olímpicos eram realizados durante cerimônias culturais e religiosas. Os atletas vitoriosos eram glorificados a altura dos grandes deuses. Em 776 a.C., Corobeus, de Atenas, fez seu nome correndo nu e descalço numa tosca pista de 200 jardas e tornou-se o primeiro atleta a ganhar uma prova olímpica. Ele venceu a prova de velocidade dos 192 metros, tornando-se o primeiro e o mais antigo herói do atletismo. Se não teve direito a uma medalha, mereceu uma

estátua e gravou seu nome na história do esporte. Com o tempo, o atletismo ganhou novas modalidades, além de mais brilho e dimensão nos Jogos Olímpicos. Mas em 393 a. C., o imperador romano Theodósius proibiu a realização dos eventos esportivos. Desta forma, os Jogos Olímpicos foram paralisados e a tocha olímpica foi extinta por 1400 anos.

Atletismo na Era Moderna



1896, o francês Pierre de Fredy, Barão de Coubertin, reativou os festivais esportivos. A primeira versão dos Jogos Olímpicos da era moderna foi realizada em Atenas, na Grécia. Participaram 285 atletas, de 13 países. Desde então, a tocha olímpica foi reacendida com a finalidade de promover paz entre a comunidade mundial. A intenção do Barão de Coubertin era de unir os povos pelo esporte.

Só em 1894 o ele conseguiu reunir representantes de várias nações em uma pré-convenção olímpica, em Paris. Dos 34 presentes apenas 13 assinaram um compromisso formal garantindo a participação de seus países na Olimpíada de 1896.

As Olimpíadas ocorreram durante a primavera na Europa. No dia 6 de abril de 1896, estavam presentes 285 atletas representando 13 países. O sucesso do evento atraiu mais nações e estimulou Coubertin a criar o Comitê Olímpico Internacional (COI). O Barão foi presidente do COI por 29 anos. Ele morreu pobre e doente em Genebra, na Suíça, em 1937, aos 74 anos. Seu coração foi enterrado em Olímpia, onde tudo começou.

Nas Olimpíadas de 1896, na modalidade atletismo, foram disputadas as provas de:

- Salto Triplo
- Salto em Distância
- Arremesso de Peso
- Lançamento de Disco
- 100 m. Rasos
- 400 m. Rasos
- Maratona

"O principal objetivo da vida não é a vitória, mas a luta; o essencial não é vencer, mas lutar. Vamos exportar nossos atletas para promover a paz. Esse é o mercado livre do futuro." (Pierre de Coubertin, fundador da Olimpíada Moderna)

Atualmente, os Jogos Olímpicos são realizados, de quatro em quatro anos, em países e cidades diferentes. O atletismo continua sendo a atração principal. São 26 provas masculinas e 23 femininas.

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA: ATLETISMO NO BRASIL

O atletismo somente começou a ser praticado no Brasil, a princípio esporadicamente e por estrangeiros radicados no país, a partir de 1910, em São Paulo. A primeira competição realizou-se em 1914, por iniciativa do jornal O Estado de S. Paulo, que aproveitou a chegada do atleta dinamarquês Islovard Rasmussen. A competição realizou-se sob a forma de Campeonato do Atleta Completo (espécie de decatlo, mas com 12 provas), no Clube Espéria. Foi vencedor o visitante, seguido pelo brasileiro Amadeu Saraiva.

Deflagrada a primeira guerra mundial, a prática do atletismo foi paralisada, reiniciando-se em 1918, quando o mesmo jornal promoveu uma corrida de 24 km em volta da cidade, denominada Estadinho e aberta a qualquer corredor que provasse aptidões físicas. Graças ao estímulo provocado por novas competições, pela publicação das regras internacionais e pela construção, em 1921, do primeiro estádio atlético - o do Paulistano - o atletismo tomou grande impulso, ainda em São Paulo. O entusiasmo transferiu-se para o Rio de Janeiro, onde desde 1920 já se realizavam competições amistosas. No ano seguinte disputou-se o primeiro torneio entre atletas do Rio de Janeiro e de São Paulo, e em 1924 o atletismo brasileiro participava de sua primeira olimpíada.

Provas do atletismo

Corridas

A corrida é uma das formas mais primitivas de exercício e dever ter surgido da necessidade dos homens primitivos de andar mais depressa para fugir de alguns perigos ou perseguir a caça. A prática regular da corrida aumenta a capacidade respiratória, melhora a circulação sanguínea e aumenta a força muscular. Quando uma pessoa está andando, ela mantém um dos pés no chão e o outro no ar, a todo o momento.

Na corrida, de tempos em tempos, os dois pés do atleta ficam no ar. A corrida é, na verdade, uma sucessão de pequenos saltos. Ao correr, elevamos os joelhos ao mesmo tempo em que movimentamos os braços. Desta forma, obteremos um rápido deslocamento o nosso corpo.

Saltos

Saltar é elevar-se procurando transpor maior distância ou maior altura. Os saltos atléticos que procuram transpor uma certa distância, semelhantes aos que eventualmente damos em dias de chuva, por exemplo, para transpor enxurrada, são chamados de saltos em distância. Os saltos atléticos, semelhantes aos que você dá quando tenta alcançar o galho de uma árvore, por exemplo, que procuram transpor maior altura são chamados de saltos em altura.

Os saltos atléticos em distância e em altura são executados obedecendo a certas técnicas e regras. Quase todos os esportes exigem o salto atlético.

Arremessos

Existem quatro modalidades nesta categoria: arremesso de peso, lançamento de dardo, de marte e de disco. Em todas elas, vence o atleta que conseguir arremessar o objeto a uma distância maior.

EXERCÍCIOS

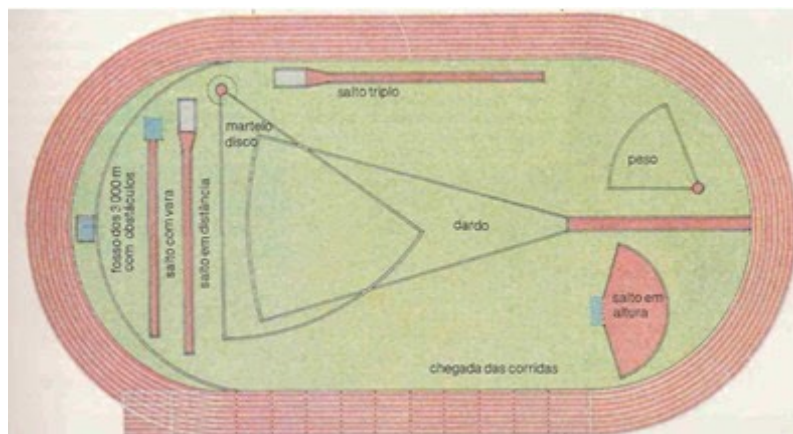
1. Após a leitura do capítulo defina atletismo.
2. O que significa a palavra atletismo?
3. Por que o atletismo é considerado o esporte-base de todas as outras modalidades esportivas?
4. Sobre a história do atletismo, explique:
 - a) Atletismo na pré-história
 - b) Atletismo na era antiga
 - c) Atletismo na era moderna
5. Quem reativou os eventos esportivos na era moderna? E em que ano e aonde isso aconteceu?
6. Quais foram as modalidades esportivas praticadas na primeira olimpíada da era moderna?
7. Descreva a história do atletismo no Brasil.
8. Por que deve ter surgido as corridas?
9. O que proporciona a prática regular de corridas?

10. Quais são os dois tipos de saltos?

11. Quais são as 4 modalidades de arremessos?

Texto 3: ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA: ATLETISMO

Pista de Atletismo Oficial: (estádio de atletismo)



Um estádio é concebido de modo a que possam ocorrer ao mesmo tempo provas de corrida (ou pista), bem como de saltos e lançamentos (ou campo).

A pista moderna é oval, mede 400 m de perímetro, e possui oito faixas. A superfície da pista é geralmente de plástico ou borracha, o que a torna tanto resistente ao tempo como ao atrito. As modalidades de campo realizam-se no centro da pista, área essa que se designa por centro do campo.

Provas atléticas

Costuma-se classificar as provas de atletismo em dois grandes grupos: as de pista (corridas) e as de campo (saltos e arremessos). A esses grupos se soma um terceiro, constituído pelo decatlo e o heptatlo, que são disputas combinadas que incluem tanto provas de pista quanto de campo.

Corridas

A classificação mais comum das corridas atléticas é a que leva em consideração as distâncias a percorrer. Assim, fala-se de corridas de velocidade, de meio-fundo e de fundo.

Corridas de velocidade

Entre as corridas de velocidade, incluem-se os 100, 200 e os 400m rasos e os 100, 110 e 400m com barreiras (os 100m com barreiras constituem prova reservada para mulheres). Essas corridas são disputadas em pistas com raias demarcadas com linhas brancas.

Nas provas de velocidade, a saída é em geral decisiva e geralmente os atletas submetem-se a um preparo extremamente especializado. A coordenação, os reflexos e a capacidade para desenvolver um esforço físico intenso num curto espaço de tempo são qualidades fundamentais nesse tipo de competição. Em corridas com barreiras, cuja derrubada não acarreta penalidade, também é fundamental a capacidade de combinar os movimentos típicos da corrida com os do salto.

Corridas de Meio-Fundo

As corridas de 800 e 1.500m rasos e de 3.000m com obstáculos são de meio-fundo (provas incluídas entre corridas de fundo). Nelas a aptidão do atleta deve ser complementada por duas outras qualidades básicas: a dosagem adequada das forças e a capacidade de improvisação na hora de planejar as chegadas. Os 1.500m constituem uma das competições atléticas mais espetaculares que existem. Essas corridas são disputadas no estádio de atletismo.

Corridas de Fundo

Os 5.000 e os 10.000m rasos e a maratona são corridas de fundo. As longas distâncias a correr - 42.195m no caso da maratona -- fazem da resistência do atleta e de sua capacidade para administrar as próprias forças elementos fundamentais. Tanto os 5.000 como os 10.000m são disputados em estádios; a maratona, pelo contrário, desenvolve-se em circuitos em geral urbanos, sempre sobre superfícies de asfalto. As provas de cross ou travessia de campo também são corridas de fundo. Realizam-se geralmente em circuitos preparados para esse fim em zonas rurais.

Marcha Atlética



Outra modalidade de corrida, a marcha atlética, apresenta características especiais. Os atletas, que devem estar sempre com um pé sobre o solo, percorrem grandes distâncias, geralmente vinte ou cinquenta quilômetros. É uma prova que tem início e fim dentro do estádio de atletismo, mas a maior parte do percurso é feita nas ruas. As provas podem ser de 50Km, somente para homens, ou de 20Km para ambos os sexos. A principal característica de prova é que nunca se pode tocar o solo

enquanto o joelho estiver flexionado e nem tirar os dois pés do chão ao mesmo tempo. Durante a prova, os atletas são observados de perto por juízes. Se o atleta cometer uma infração, ele é advertido, se cometer duas infrações, seu nome é colocado em local visível aos demais competidores e, se cometer três infrações, é desclassificado.

EXERCÍCIOS

1. Um estádio é concebido de modo a que possam ocorrer ao mesmo tempo provas de corrida (ou pista), bem como de saltos e lançamentos (ou campo). Qual o tamanho da pista de atletismo? Quantas faixas tem a pista de atletismo?
2. Qual o formato e a medida de uma pista de atletismos?
3. Costuma-se classificar as provas de atletismo em dois grandes grupos. Quais são eles?
4. A classificação mais comum das corridas atléticas é a que leva em consideração as distâncias a percorrer. Assim, fala-se de corridas de velocidade, de meio-fundo e de fundo. Explique cada uma: corridas de velocidades, corridas de meio-fundo e corrida de fundo.
5. Qual a principal característica da prova marcha atlética?
6. Qual o tamanho do percurso das provas de marcha atlética?
7. Qual a prova mais longa de corrida?
8. Quais são as provas disputadas nas corridas de meio-fundo e onde elas são disputadas?
9. Quais são as provas das corridas de velocidade?

INGLÊS

ATIVIDADE 1

Read the text below and do exercises 1-3.

The Benefits of Music Education **The Benefits to the Brain: Cognitive Development**

Adults who receive formal music instruction as children have more robust brainstem responses to sound than peers who never participate in music lessons and the magnitude of the response correlates with how recently training ceased. These results suggest that neural changes accompanying musical training during childhood are retained in adulthood. (...)

Students in high-quality school music education programs score higher on standardized tests compared to students in schools with deficient music education programs, regardless of the socioeconomic level of [the] community. Playing a musical instrument significantly enhances the brainstem's sensitivity to speech sounds. This relates to encoding skills involved with music and language. Experience with music at a young age can "fine-tune" the brain's auditory system. (...)

From: <www.vh1savethemusic.org/sites/default/files/BenefitsofMusicEd%20%281%29_1.pdf>. Accessed in: May 2015.

1. Qual é o assunto do texto acima?

2. Based on the text, mark the correct item that answers each question below.
Who has stronger brainstem responses to sound?
 - a) Adults who never participate in music lessons.
 - b) Adults who receive formal music instruction as children.

3. Who has better results on standardized tests?
 - a) Students in high-quality school music education programs.
 - b) Students in schools with deficient music education programs.

4. Complete the following sentences with words/expressions from the text.
 - a) Brain changes accompanying musical training during childhood are preserved in .
 - b) Playing a musical instrument improves dramatically the brainstem's sensitivity to .
 - c) Experience with music during childhood can "fine-tune" the brain's

ATIVIDADE 2

Read the text below and do exercises 1-3.

Saint Patrick's Day in Ireland

On the 17th of March every year, Ireland celebrates a special day called Saint Patrick's Day.

People in Ireland paint their faces and draw the Irish flag on their faces to look cool. They go to the parade and enjoy the day.

There are a lot of floats going through the streets with people on them playing Irish music and doing Irish dancing. There are bands playing music and clowns and acrobats in the parade too.

A lot of people from different countries go to Ireland to join in the celebrations and have a good time. Sometimes people come to Ireland for the first time just to see and go to the huge parade that people celebrate there. Lots of people dress up for the day at the parade or at home. They wear colorful clothes and hats to look great.

Adapted from: <www.topics-mag.com/internatl/holidays/ireland/St_Patrick's_Day_Ireland.htm>. Accessed in: May 2015.

1. Answer the following questions based on the text above.

- When and where is Saint Patrick's Day celebrated?
- What do people in Ireland do on Saint Patrick's Day to look cool?
- Who goes to Ireland to participate in the celebrations of Saint Patrick's Day?
- What do people do in Saint Patrick's Day parade?
- What do people wear on Saint Patrick's Day to look great?

2. Em "There are a lot of floats going through the streets ", **float** significa...

- desfile;
- carro alegórico,

3. Em "They go to the parade and enjoy the day." O que significa "parade"?

ATIVIDADE 3

Read text below:

The doctor

Dylan is a doctor. He looks after sick people. He usually gets up at 6.00 o'clock. Today he is late, it is 6.30 and he is still in bed. He usually goes to work by train but today he is driving to work. He arrives at work at 6.30 every morning but it is 7.30 now and he is still driving. It's 12.00 o'clock now. He always has his lunch at 12.00 but today he isn't having lunch at 12.00, he is looking after his sick patients. It is half past seven now, Dylan is watching TV. He usually watches TV at half past seven because his favorite programme starts at half past seven.

Dylan has his dinner at 8.30 everyday and he is having dinner now. It is 24.00 now Dylan is going to bed. He always goes to bed at 24.00.

1. Quem é Dylan?

2. De acordo com o texto, Dylan costuma se levantar às 6 horas, mas o que aconteceu para ele acordar 6h30min e ir mais tarde para o trabalho?

3. Qual horário Dylan costuma chegar em seu trabalho?

4. De acordo com o texto, são 7h30min e Dylan ainda:
 - a) está dirigindo.
 - b) está tomando o café da manhã.
 - c) está entrando no carro.
 - d. ainda está dando beijo nas crianças.

5. Dylan costuma almoçar às 12 horas, porém, de acordo com o texto, hoje:
 - a) ele ainda está indo almoçar.
 - b) ele está assistindo TV.
 - c) ele está cuidando de seus pacientes doentes.
 - d) ele está cuidando de uma criança doente.

6. De acordo com o texto, o que Dylan costuma fazer às 7h30min e por quê?

7. Qual horário Dylan costuma jantar?
 - a) 18h30min;
 - b) 18 horas;
 - c) 20h30min;
 - d) 19h30min;

8. Que horário Dylan costuma dormir todos os dias?
 - a) 00h30min;

- b) 18 horas;
- c) 20h30min;
- d) 19h30min;

9. Você conhece alguém como Dylan, que tem horário para praticar as ações diárias? Comente.

ATIVIDADE 4

Read the text below. It's a music! Observe que há alguns espaços.



Bobby McFerri-Don't Worry, Be Happy

Here's a little song ___ wrote,

You might want to sing it note for note.

Don't worry, be happy.

In every life ___ have some trouble,

But when ___ worry ___ make it double.

Don't worry, be happy.

Don't worry, be happy now.

Woo-oo-hoo-hoo-oo hoo-hoo-oo-oo-oo-oo-oo (2x)

Don't worry. Woo-oo-woo-oo-woo-oo-oo

Be happy. Woo-oo-oo-oo-oo

Don't worry, be happy. Ain't got no place to lay your head,

Somebody came and took your bed.

Don't worry, be happy.

The landlord say your rent is late,

He may have to litigate.

Don't worry, (ha-ha ha-ha ha-ha) be happy.

Look at me, ___'m happy.

Woo-oo-hoo-hoo-oo oo-oo-oo-oo-oo-oo-oo

Don't worry. Woo-oo-oo-oo-oo-oo-oo

Be happy. Woo-oo-oo-oo-oo

Here, I'll give ___ my phone number.

When you're worried, call me.

I'll make ___ happy.

Woo-oo-hoo-hoo-oo oo-oo-oo-oo-oo-oo-oo

Don't worry. Woo-oo-oo-oo-oo-oo-oo

Be happy. Woo-oo-oo-oo-oo

Ain't got no cash, ain't got no style,

Ain't got no gal to make ___ smile,

Don't worry, be happy.
 When ____ worried your face will frown,
 And that will bring everybody down.
 Don't worry, be happy.
 Don't worry, be happy now.
 Woo-oo-hoo-oo-oo oo-oo-oo-oo-oo-oo-oo
 Don't worry. Wo-oo-oo-oo-oo-oo-oo
 Be happy. Woo-oo-oo-oo-oo
 DON'T WORRY, BE HAPPY.

Fonte: <www.letras.mus.br/bobb-mcferrin/82/>

1. Após ouvir a música (a professora disponibilizará o link para acesso no grupo), complete os espaços com pronomes pessoais (personal pronouns).

Vamos lembrar!

I - eu

You - você

He - ele

She - ela

It - ele ou ela para representar coisas e animais.

We - nós

You - Vocês, vós

They - eles ou elas- refere-se a pessoas, animais ou coisas.

2. Substitua os nomes pelos pronomes correspondentes:

- Raymond is a doctor.
- Rose is a dancer.
- Marylin is a teacher.
- Jane is a singer.
- Rose and Jane are dancers.
- The orange is good.
- The rabbit is an animal.
- Alan is a clown.

3. Qual é o tema da música?

4. Qual é o significado do título da música?

5. Os versos abaixo correspondem a:

"...Cause when you worry your face will frown
 And that will bring everybody down..."

- a) Porque quando você se preocupa o seu rosto fica carrancudo e isso leva todos para baixo.
 - b) Porque quando você sorri, tudo fica bonito e isso levanta a sua autoestima.
 - c) Porque quando você sorri para o mundo tudo fica mais belo e isso deixa todo mundo feliz.
 - d) Porque quando você se preocupa suas rugas aumentam e isso deixa todo mundo triste.
6. "... Em toda vida, temos alguns problemas, mas enquanto se preocupa, você os duplica..." a frase que corresponde a tradução acima é:
- a. () "Ain't got no gal to make you smile, don't worry, be happy."
 - b. () "...In every life we have some trouble but when you worry, you make it double..."
 - c. () "... Ain't got no place to lay your head, somebody came and took your bed..."
 - d. () "...Here's a little song I wrote, You might want to sing it note for note..."
7. Você conhecia essa música? Você acha que a mensagem dela é positiva ou negativa? Comente.
8. Você pratica as atitudes positivas que são mencionadas na música ou você é pessimista diante dos problemas da vida? Comente.

ATIVIDADE 5

Read the text below:

Are you a couch potato?

A couch potato is a very lazy person. A couch potato likes to watch TV a lot. A couch potato doesn't like to exercise. A couch potato likes to have hamburgers, fries, soft drinks, etc.

Do you spend a lot of time sitting on the couch in front of the TV? Do you play videogames for hours and hours? Do you spend the afternoons eating junk food? If your answer is yes then you are a couch potato.

Having a sedentary lifestyle can be very dangerous for your health. To prevent heart illnesses, diabetes and other diseases doctors recommend doing exercise every week and eating all types of food (especially fish, vegetables and fruit).

- a) Qual o significado ao "pé da letra" de "couch potato"?
- b) De acordo com o texto, quais são as características de uma pessoa "couch potato"?
- c) Você se considera um "couch potato"? Por quê?
- d) Segundo o texto, por que ter uma vida sedentária pode ser perigoso para a sua saúde?

e) Para prevenirmos doenças de coração, diabetes e outra doenças relacionadas ao sedentarismo, o texto cita algumas recomendações de médicos. Quais são elas?

ATIVIDADE 6

Vimos na atividade anterior que ter uma vida sedentária é bastante perigoso para nossa saúde. Observe os alimentos abaixo, depois, complete a pirâmide alimentar com esses alimentos e bebidas. Na base da pirâmide (parte maior) você deve colocar os alimentos que você deve consumir mais. No topo da pirâmide (parte menor) os alimentos que você deve comer menos.

