

EM PADRE TOMAZ GHIRARDELLI

**CADERNO
DE ATIVIDADES
MÊS DE SETEMBRO**
ATIVIDADES AULAS REMOTAS

8º ANO _____

NOME COMPLETO DO(A) ALUNO(A):



**CAMPO GRANDE
SETEMBRO / 2021**

SUMÁRIO

LÍNGUA PORTUGUESA	04
MATEMÁTICA	15
HISTÓRIA.....	25
HISTÓRIA REGIONAL	30
GEOGRAFIA	35
CIÊNCIAS.....	42
ARTE.....	49
EDUCAÇÃO FÍSICA.....	55
LÍNGUA INGLESA.....	62

Retorno seguro

- ✓ Entre as orientações para um retorno seguro estão:
- ✓ Higiene das mãos.
- ✓ Distanciamento entre mesas e cadeiras.
- ✓ Uso de máscaras, ela também deve ser utilizada durante atividades físicas. Além disso, deve ser mantida quantidade suficiente de máscaras para as trocas durante o período de permanência na escola, considerando o período máximo de uso de 3 horas para máscara de tecido e 4 horas para máscara cirúrgica, ou trocas sempre que estiverem úmidas ou sujas.
- ✓ Manter os ambientes ventilados.
- ✓ Sempre realizar medição de sua temperatura ao chegar no ambiente escolar.
- ✓ Evitar o uso de áreas comuns. No caso da prática de atividade física, optar sempre que possível por atividades individuais e ao ar livre.
- ✓ Evitar ao máximo uso de materiais coletivos e o compartilhamento de materiais.
- ✓ Tragam suas garrafas de água, evitando a utilização de bebedouros coletivos e o compartilhamento de garrafas.

LÍNGUA PORTUGUESA

ATIVIDADE 1

Leia com atenção o texto abaixo e responda às questões de 1 a 7 propostas na sequência.

DANÇAR MELHORA A QUALIDADE DE VIDA AO REVIGORAR A SAÚDE DO CORPO E DA MENTE

Os meses de junho e julho são repletos de festas de São João em todo o país. As festas embaladas ao som de forró e sertanejo, com animadas quadrilhas, são ideais para prática de exercícios físicos sem restrições. Eles tonificam os músculos e ajudam a perder calorias de forma bem prazerosa: a dança.

Dançar faz bem para a saúde do corpo e da mente. Melhora a elasticidade, a flexibilidade, a força muscular e promove a qualidade de vida. “A dança beneficia o sistema cardiorrespiratório e o equilíbrio. O idoso, que nessa fase sofre mais quedas, quando começa a dançar desenvolve uma coordenação motora melhor”, explica o professor de dança de salão do programa Geração Saúde do Ministério da Saúde, Luciano Barbosa.

O professor indica ainda a atividade para tratar doenças, como a labirintite, capaz de atenuar a sensação de desequilíbrio. Em doenças reumáticas, a dança fortalece os tendões. Quem tem osteoporose também não fica de fora da dança. “Com osteoporose, as pessoas acham que tem que ficar paradas, mas estudos mostram que com impactos no corpo, como por exemplo, dançar forró, a tendência é fortalecer os ossos e deixar a doença mais branda”, complementa.

E ninguém dança de cara fechada. Por ser um exercício físico, ela libera a endorfina, hormônio relacionado ao prazer. Luciano conta que muitos alunos se livraram do estresse e da depressão através da atividade. “Tenho alunos que tomavam remédios controlados de tarja preta e hoje não tomam mais nada. A dança de salão revigora o entusiasmo e o humor.”

Quem sofre com a timidez pode encontrar na dança uma boa oportunidade de socialização. Segundo Luciano, boa parte dos alunos procuram suas aulas com a intenção de aprimorar a paquera durante as festas. Mas a dança também melhora a vida a dois, resgatando aquela proximidade do início de namoro. “Muitos casados acham que já passaram dessa fase e não precisam aprender a dançar, mas eu sempre incentivo, pois a dança é importante para um bom relacionamento do casal”, afirma o professor.

Disponível em: <<http://www.blog.saude.gov.br/>>.

1) O texto aborda os benefícios da dança. Para tal, respalda-se:

- (a) em um livro de referência.
- (b) em uma experiência pessoal.
- (c) em uma entrevista com um profissional.

2) No segmento “Eles tonificam os músculos e ajudam a perder calorias de forma bem prazerosa: a dança.”, o pronome pessoal “Eles” refere-se:

- (a) aos exercícios físicos.
- (b) ao forró e ao sertanejo.
- (c) aos meses de junho e julho.

- 3) No período “Melhora a elasticidade, a flexibilidade, a força muscular **e** promove a qualidade de vida.”, a conjunção grifada exprime:
- (a) a soma de fatos. (b) a conclusão de fatos. (c) a alternância de fatos.
- 4) Segundo o texto, dançar ameniza a sensação de desequilíbrio em pessoas com:
- (a) labirintite. (b) osteoporose. (c) estresse ou depressão.
- 5) O trecho “hormônio relacionado ao prazer”:
- (a) explica “endorfina”. (b) determina “endorfina”. (c) complementa “endorfina”.
- 6) No período “Tenho alunos que tomavam remédios controlados de tarja preta e **hoje** não tomam mais nada.”, o advérbio destacado exprime uma circunstância de:
- (a) lugar. (b) modo. (c) tempo.
- 7) De acordo com o texto, “a dança também melhora a vida a dois”, pois:
- (a) diminui a timidez. (b) aprimora a paquera. (c) resgata a proximidade.

ATIVIDADE 02

Leia o texto abaixo e responda às questões:

ZOONOSES

Zoonose é o nome dado às doenças e infecções transmitidas aos seres humanos por animais, contaminados por micro-organismos. Muitos vírus e bactérias costumam se utilizar de outros animais, chamados de “hospedeiros”, para causarem estragos na saúde humana. Por isso, os centros de zoonoses de todo o país dedicam atenção especial ao monitoramento de algumas espécies, como cães, gatos, capivaras, macacos e morcegos.

Disponível em: <plenarinho.leg.br – Câmara dos Deputados>.

- 1) Identifique o trecho que apresenta um pronome indefinido:
- (a) “Zoonose é o nome dado às doenças e infecções [...]”
 (b) “[...] por animais, contaminados por micro-organismos.”
 (c) “[...] os centros de zoonoses de todo o país [...]”
- 2) Há dois pronomes indefinidos neste período. Sublinhe-os:
 “Muitos vírus e bactérias costumam se utilizar de outros animais, chamados de ‘hospedeiros’, para causarem estragos na saúde humana.”
- 3) No período acima, os pronomes indefinidos indicam:
- (a) o mesmo gênero dos substantivos.
 (b) o mesmo número dos substantivos.
 (c) o mesmo gênero e o mesmo número dos substantivos.

4) Observe este segmento do texto:

“[...] algumas espécies, como cães, gatos, capivaras, macacos e morcegos.”

Nesse segmento do texto, o pronome indefinido:

- (a) explica um substantivo. (b) substitui um substantivo. (c) acompanha um substantivo.

5) Podemos afirmar que os pronomes indefinidos se referem:

- (a) à 1ª pessoa do discurso. (b) à 2ª pessoa do discurso. (c) à 3ª pessoa do discurso.

ATIVIDADE 03

Leia o texto abaixo e responda às questões:

O NINHO E OS FILHOTES

Os filhotes rapinantes nascem bem pequenos e precisam receber todo cuidado dos pais, porque são frágeis e indefesos. A forma como os pais os defendem é espantando quem passa perto do ninho. Um exemplo dessa reação que costuma chamar a atenção das pessoas é quando o chamado gavião-carijó resolve construir seu ninho e criar seus filhotes na cidade, atacando _____ que se aproximam de suas crias.

Fora do período de reprodução, os gaviões não atacam as pessoas.

Revista “Ciência Hoje das Crianças”. Edição 285. Disponível em: <<http://capes.cienciahoje.org.br>>.

1) Grife, a seguir, o termo “os” que é um pronome pessoal:

“A forma como os pais os defendem [...]”

2) O pronome pessoal grifado anteriormente funciona sintaticamente como:

- (a) sujeito. (b) objeto direto. (c) objeto indireto.

3) Na oração “[...] quem passa perto do ninho.”, o pronome “quem” é:

- (a) relativo. (b) indefinido. (c) interrogativo.

4) Na parte “[...] criar seus filhotes na cidade [...]”, o pronome possessivo refere-se:

- (a) à 1ª pessoa do plural. (b) à 2ª pessoa do plural. (c) à 3ª pessoa do plural.

5) No segmento “Um exemplo dessa reação que costuma chamar a atenção das pessoas [...]”, há um pronome relativo. Identifique-o:

R: _____

6) O espaço, indicado no texto, deve ser preenchido com o pronome demonstrativo:

- (a) “estes”. (b) “esses”. (c) “aqueles”.

ATIVIDADE 04

Leia o texto abaixo e responda às questões:

FRAGMENTO: “CONHEÇA OS ROBÔS ESPACIAIS QUE EXPLORAM PLANETAS DISTANTES”

A exploração do espaço por robôs ainda não é barata ou fácil. [...] Mas os robôs têm muitas vantagens sobre os humanos.

Por exemplo, eles não precisam de comida, água ou oxigênio. E os robôs podem ser exploradores espaciais muito _____. Eles podem coletar amostras e ajudar os cientistas a descobrirem se a superfície de um planeta pode hospedar vida.

Outros robôs usam lasers para explorar abaixo da superfície de Marte, para descobrir do que os planetas são feitos – e se há terremotos. Também podem enviar fotos, o que nos permite conhecer algo que nunca conseguiremos ver de perto.

Lorena Tarcia. Disponível em: <<https://minasfazciencia.com.br/>>.

1) No período abaixo, há uma palavra paroxítona acentuada. Sublinhe-a:

“A exploração do espaço por robôs ainda não é barata ou fácil.”

2) Por que a palavra paroxítona sublinhada anteriormente é acentuada?

R: _____

3) Observe as palavras paroxítonas acentuadas neste segmento do texto:

“Por exemplo, eles não precisam de comida, água ou oxigênio.”

As palavras paroxítonas observadas são acentuadas pela mesma razão. Identifique-a:

- (a) paroxítonas terminadas em vogal.
- (b) paroxítonas terminadas em ditongo.
- (c) paroxítonas terminadas em “a” e “o”.

4) Complete o espaço indicado com o plural do termo paroxítono “útil”:

“E os robôs podem ser exploradores espaciais muito _____.”

5) O vocábulo paroxítono acentuado “superfície” é um:

- (a) verbo.
- (b) adjetivo.
- (c) substantivo.

ATIVIDADE 05

Leia o texto abaixo para responder às questões de 1 a 9:



1) Os anúncios são dirigidos a um público-alvo.

a) Qual é o público-alvo do anúncio?

b) Como você chegou a essa conclusão?

2) Identifique no texto:

a) o produto oferecido: _____

b) há quantos anos o produto é ofertado? _____

3) Por que aparece no texto o nome Eduardo Guedes? Explique qual é a importância dessa informação?

4) Qual palavra do anúncio pode ser lida de duas formas diferentes?

5) Qual é a ambiguidade presente no anúncio?



6) O anúncio publicitário é um texto que tem, em geral, como objetivo, promover o nome de uma empresa, de um produto ou de uma idéia. Qual a finalidade do anúncio em estudo?

7) Quem é o responsável pela publicação desse anúncio?

8) Que recursos foram empregados visando ao sucesso do propaganda?

9) Identifique o verbo no imperativo que sintetiza a linguagem persuasiva do objetivo do projeto.

ATIVIDADE 06

Leia o texto abaixo e responda às questões:

Com calor de quase 40°C, Bataguassu registrou nesta quarta-feira a nona maior temperatura do Brasil.

Com os termômetros registrando quase 40°C, Bataguassu registrou nesta quarta-feira dia 22 de fevereiro de 2017 a nona maior temperatura do Brasil e juntamente com outras sete cidades de Mato Grosso do Sul liderou o ranking entre as 10 cidades mais quentes do país.

Além de Bataguassu que registrou 36, 4°C, os municípios de Bela Vista, Porto Murtinho, Água Clara, Aquidauana, Juti, Jardim e Sete Quedas também ocuparam as dez primeiras posições no ranking de temperaturas, conforme o Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet). Nestes locais, os termômetros registraram entre 38°C e 36°C nesta terça-feira.

Fonte: <http://cenarioms.com.br/noticia/geral/4204/com-calor-de-quase-40oc-bataguassu-registrou-nesta-quartafeira-a-nona-maior-temperatura-do-brasil>

Após a leitura, responda os elementos estruturais que compõem o gênero notícia:

1) Que fato aconteceu?

2) Com quem?

3) Quando aconteceu?

4) Onde aconteceu?

5) Como aconteceu o fato?

6) Por que aconteceu? (causas do fato)

7) Com base no que foi estudado sobre o gênero discursivo notícia, produza um texto noticiando um fato ocorrido em sua rua, seu bairro ou cidade.

ATIVIDADE 07

Leia o texto abaixo e responda às questões que seguem:

Sobressalto

É noite quente, de lua clara. As crianças brincam na pequena praça, correndo para lá e para cá, brincando de pega-pega ou de esconde-esconde, enquanto os pais conversam animados. Não há o que temer, todos se conhecem. Ali, o tempo corre sem grandes sobressaltos. As portas e janelas não são trancadas, travas para quê? A vida moderna e seus estorvos são vistos de muito longe, esporadicamente. Curiosidade em vivê-la? Não. O que precisam, eles têm, quase tudo. Um ou dois mascates trazem o que não produzem. Não há o que temer.

Julião Mascate chegou logo cedo à pequena cidade, tocando a buzina para se anunciar: vinha carregado de tecidos coloridos e outras quinquilharias.

– Biiiiippppp!! Bibipiiiiiii! – É hora, minha senhora! Venha escolher seu tecido! Julião tem de tudo: tem brincos, tem colares. Água de cheiro tem, também! Venha logo. Não demore! – Biiiiipppp! Biiiiipppp! – Pro patrão, tem também! Para a criançada, bolas coloridas e bonecas, lápis de cor e peteca!

Minutos depois, lá estava Julião, barraca montada na praça. Em dias de barraca na praça, que mal havia de se esquecer de alguns afazeres? As pessoas acorriam, ninguém ficava em casa. Ao entardecer, como sempre, Julião partiria.

Naquela noite, a conversa girava em torno da chegada do mascate e das compras feitas. Lindaura e Alzirinha jogavam peteca, separadas dos demais meninos e meninas.

As vendas foram fracas e, por isso, Julião resolveu ficar na cidadezinha e montar sua barraca novamente no dia seguinte.

A peteca foi arremessada com muita força. Onde foi parar? Lindaura sai à procura do brinquedo. Demora demais. Alzirinha resolveu procurar também. Atrás do coreto, tropeçou e caiu. Caiu sobre o corpo sem vida de Lindaura.

A cidadezinha, tomada de pesar, ficou muda de terror e espanto. Julião Mascate sumiu.

A maldade tomou forma e tocou a todos. Era concreta e tinha nome: Julião Mascate.

Portas e janelas se fecharam. Na praça, não se ouve mais o alarido alegre do riso das crianças, brincadeiras não há. As rodas de conversas diminuíram. Restringem-se a uns poucos homens que conversam baixo e espiam desconfiados por cima do ombro. A cada desconhecido que na cidadezinha chega, um sobressalto. O mal existe. O povo carrega a marca indelével do medo.

(Odenilde Nogueira Martins - Sobressalto- In: Caso encerrado)

1) O conto é uma narrativa curta cujo enredo compõe-se de determinados elementos que lhe conferem a devida credibilidade, fazendo com que se instaure um clima de envolvimento entre os interlocutores (autor x leitor). O texto narrativo é composto pelo enredo (o assunto do texto), o narrador, as personagens, o espaço e o tempo. Identifique os elementos narrativos solicitados do conto Sobressalto.

- a) Fato principal - _____
- b) Narrador - Comprove _____
- c) Personagens principais - _____
- d) Espaço – Comprove _____
- e) Tempo – Comprove _____

2) Na sua opinião, o título do conto é adequado? Justifique.

3) Em qual parágrafo instaura-se o conflito? Transcreva um trecho que comprove sua resposta.

4) A autora usou onomatopeia, retire-a e diga o que representa.

5) Quando a rotina da pacata cidade era alterada? Comprove sua resposta com um trecho do texto.

6) Qual a justificativa para que o mascate permanecesse na cidade, diferentemente do que ocorria sempre?

7) O que aconteceu com Lindaura?

8) Qual fato permite concluir que Julião Mascate é o assassino de Lindaura?

9) Descreva a cidadezinha antes e depois da morte da menina Lindaura.

10) Fale em um parágrafo sobre o tipo de violência abordada no texto.

ATIVIDADE 08

Leia atentamente o texto abaixo para responder às questões.



- 1) A partir de que situação inicial se constrói a narrativa da historinha?

- 2) De que disciplina é a tarefa escolar que o avô está ajudando o neto a realizar?

- 3) Que sentido o avô deu à expressão “estar no mundo da lua”, em sua fala ao neto, no 4º quadrinho?

- 4) Que sentido o neto deu à expressão?

- 5) Explique os desenhos que aparecem nos 6º e 7º quadrinhos.

- 6) Que função têm as aspas no texto escrito que aparece no 6º e 7º quadrinhos?

- 7) Por que o avô chega à conclusão de que o neto não será reprovado em Ciências?

- 8) Transcreva a fala que contém marcas da linguagem coloquial, usada em situações mais informais.

ATIVIDADE 09

1) Construa uma nova versão do texto abaixo, utilizando em relação à palavra Vera, os mecanismos de coesão que julgar adequados.

“Desde cedo o rádio noticiava: um objeto voador não identificado estava provocando pânico entre os moradores de Valéria. A primeira reação de Vera foi sair da cama e correr para o porto. Fazia seis meses que Vera andava trabalhando em Parintins. Vera levantava cedo todos os dias e passava a manhã inteira conversando com o presidente do Sindicato dos Trabalhadores Rurais. Vera estava em Parintins, tentando convencer os trabalhadores a mudar a técnica do plantio da várzea.”

2) O humor da tira abaixo é construído a partir de uma incoerência. Que incoerência é essa?



3) Complete o texto abaixo, com as palavras destacadas, de forma a torná-lo coeso e coerente:

A ansiedade costuma surgir _____ se enfrenta uma situação desconhecida. Ela é benéfica _____ prepara a mente para desafios, _____ falar em público. _____, _____ provoca preocupação exagerada, tensão muscular, tremores, in-sônia, suor demasiado, taquicardia, medo de falar com estranhos ou de ser criticado em situações sociais, pode indicar uma ansiedade generalizada, _____ requer acompanhamento médico, ou até transtornos mais graves, _____ fobia, pânico ou obsessão compulsiva. _____ apenas 20% das vítimas de ansiedade busquem ajuda médica, o problema pode e deve ser tratado. _____ se procure um clínico-geral num primeiro momento, é importante a orientação de um psiquiatra, _____ prescreverá a medicação adequada. A terapia, em geral, é à base de antidepressivos. "Hoje existe uma geração mais moderna desses remédios", explica o psiquiatra Márcio Bernik, de São Paulo, coordenador do Ambulatório de Ansiedade, da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. "_____ mais eficazes, não provocam ganho de peso nem oscilação no desejo sexual." Outra vantagem: não apresentam riscos ao paciente caso ele venha a ingerir uma dosagem muito alta.

Fonte: Claudia, nov. 2000.

além de - quando - embora - mas - se - que - que - como - mesmo que - se - como

MATEMÁTICA

MEDIDAS DE CAPACIDADE

As medidas de capacidade representam as unidades usadas para definir o volume no interior de um recipiente. A principal unidade de medida da capacidade é o litro (L).

O litro é a unidade fundamental de capacidade. Entretanto, também é usado o quilolitro(kl), hectolitro(hl) e decalitro que são seus múltiplos e o decilitro, centilitro e o mililitro que são os submúltiplos.

O litro (l) é a unidade fundamental de capacidade. 1 litro “enche” completamente um cubo com 1 dm de aresta.

Outra unidade de capacidade bastante utilizada é o mililitro(ml).

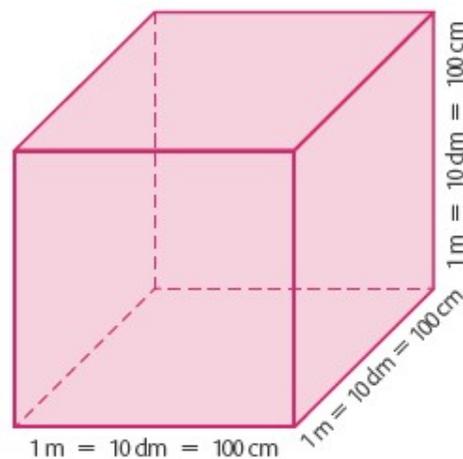
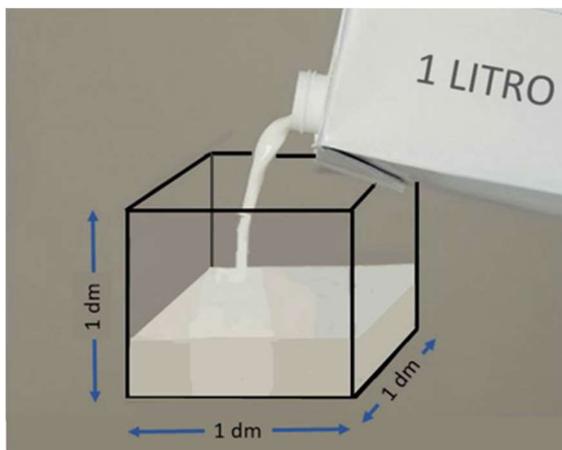
O mililitro é a milésima parte do litro, assim temos que **1L = 1000 ml**.

MEDIDA DE VOLUME

Podemos definir volume como o espaço ocupado por um corpo ou a capacidade que ele tem de comportar alguma substância.

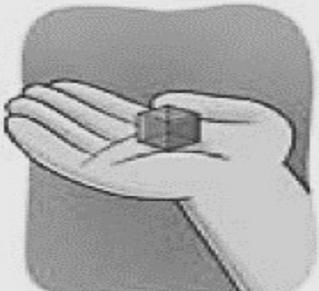
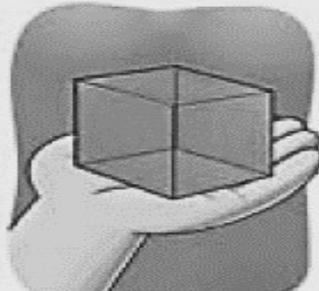
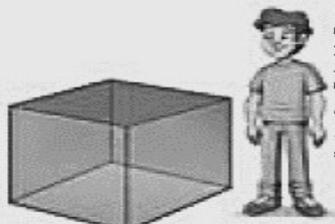
O litro representa a capacidade de um cubo de aresta igual a 1 dm. Como o volume de um cubo é igual a medida da aresta elevada ao cubo, temos então a seguinte relação:

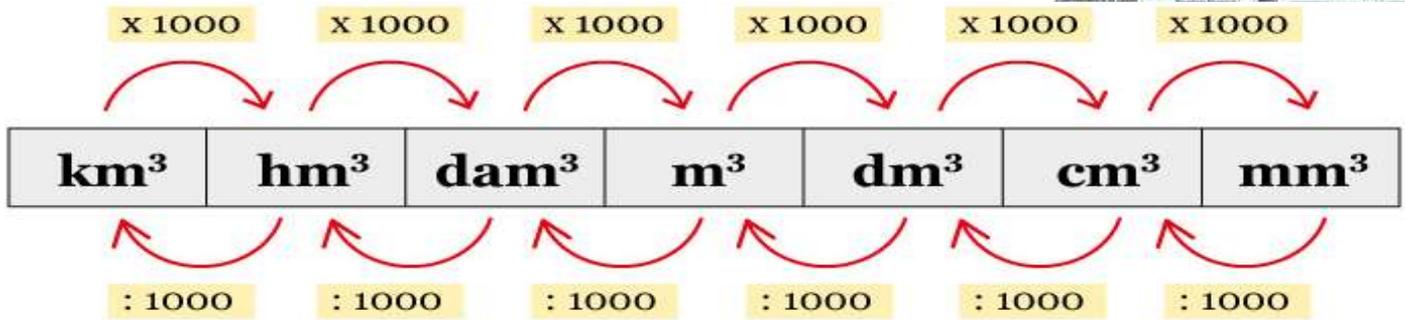
$$1 L = 1 dm^3$$



A unidade de medida padrão de volume é o **metro cúbico (m³)**, sendo ainda utilizados seus múltiplos (km³, hm³ e dam³) e submúltiplos (dm³, cm³ e mm³). Em algumas situações é necessário transformar a unidade de medida de volume para uma unidade de medida de capacidade ou vice-versa. Nestes casos, podemos utilizar as seguintes relações:

1 cm³ = 1 ml	1 dm³ = 1 L	1 m³ = 1 000 L
---------------------	--------------------	-----------------------

 <p>O cubo com aresta de 1 cm tem volume de 1 cm³.</p>	 <p>O cubo com aresta de 1 dm tem volume de 1 dm³.</p>	 <p>O cubo com aresta de 1 m tem volume de 1 m³.</p> <p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Ilustrações: Reinaldo Pican</p>
---	---	--

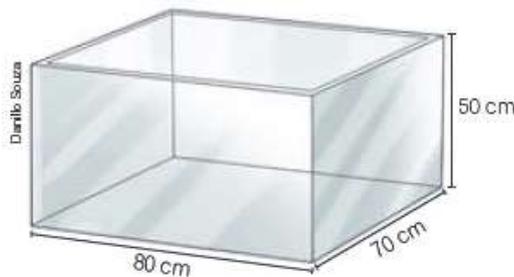


QUANDO USAMOS CADA UNIDADE

- O consumo de água em nossas casas é medido em **metros cúbicos(m^3)**. Imagine um cubo medindo 1 metro por 1 metro por 1 metro. Um consumo de $14 m^3$ indica que poderíamos encher completamente 14 cubos iguais ao que você imaginou com água que gastamos por mês, ou ainda, se pensarmos em litros teremos 14000 (14×1000) litros de água gastos.
- O **centímetro cúbico (cm^3)** é usado para medir pequenos volumes em laboratórios, por exemplo.
- E o **decímetro cúbico (dm^3)** é equivalente a 1 litro. Por exemplo 1 litro de coca cola, enche completamente um cubo de 1 dm de aresta.

VOLUME DO BLOCO RETANGULAR

EXEMPLO 1- Rogério comprou um aquário de vidro em forma de bloco retangular. Ele quer saber quantos litros de água serão necessários para enchê-lo completamente.



Para resolver esta situação é necessário calcular o volume do aquário, ou seja, a capacidade do aquário.

O volume de qualquer bloco retangular pode ser calculado utilizando a fórmula:

$V = \text{comprimento} \cdot \text{largura} \cdot \text{altura}$ ou $V = c \cdot \ell \cdot a$

Então, temos que : $V_{\text{AQUÁRIO}} = 80 \text{ cm} \cdot 70 \text{ cm} \cdot 50 \text{ cm} = 280\,000 \text{ cm}^3$

Mas quanto isso representa em litros?

Sabemos que $1 \text{ cm}^3 = 1 \text{ ml}$, logo $280\,000 \text{ cm}^3 = 280\,000 \text{ ml}$. Como $1 \text{ litro} = 1000 \text{ ml}$, basta dividir 280 000 por 1000. Veja:

$$\begin{aligned} 1 \text{ cm}^3 &= 1 \text{ ml} \\ 280\,000 \text{ cm}^3 &= 280\,000 \text{ ml} \\ \text{Como } 1 \text{ litro} &= 1000 \text{ ml} \\ \frac{280\,000 \text{ ml}}{1000 \text{ ml}} &= 280 \text{ litros} \end{aligned}$$

EXEMPLO 2: Um sítio tem uma piscina no formato de bloco retangular cujas medidas são 8 m de comprimento, 5 m de largura e 1,5 metros de profundidade. Este sítio será alugado para uma festa, e os convidados utilizarão a piscina. Determine, em litros, a quantidade de água necessária para encher a piscina.

RESOLUÇÃO: A piscina tem formato de bloco retangular. Para determinarmos a quantidade de água necessária para encher esta piscina, devemos calcular o volume do bloco retangular abaixo:

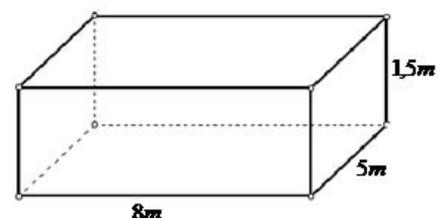
$V_{\text{PISCINA}} = \text{COMPRIMENTO} \cdot \text{LARGURA} \cdot \text{ALTURA}$

$V_{\text{PISCINA}} = 8 \text{ m} \cdot 5 \text{ m} \cdot 1,5 \text{ m}$

$V_{\text{PISCINA}} = 60 \text{ m}^3$

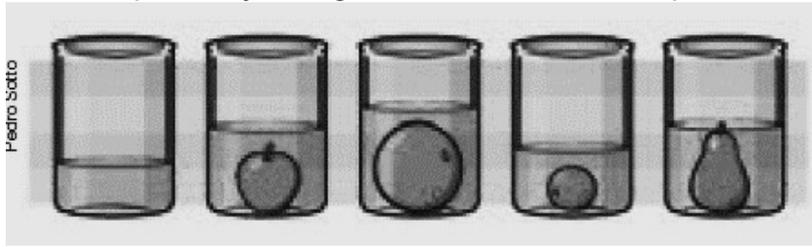
Como em $1 \text{ m}^3 = 1000$ litros, devemos multiplicar 60 por 1000.

Assim temos $60 \times 1000 = 60\,000$ litros de água.



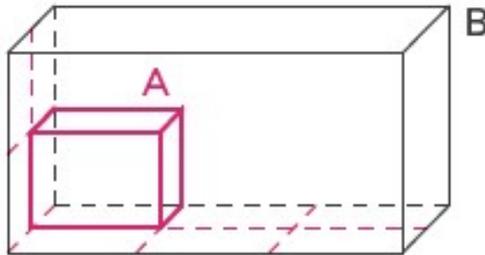
AULA 1- MEDIDAS DE CAPACIDADE E VOLUME

ATIVIDADE 1- Em copos iguais com a mesma quantidade de água, mergulharam-se uma maçã, uma laranja, um limão e uma pera. Veja na figura o resultado dessa experiência.



- a) Qual das frutas tem maior volume? _____
 b) Há duas frutas que têm o mesmo volume? Quais são? _____

ATIVIDADE 2 – Quantas caixas A cabem dentro da caixa B? _____



ATIVIDADE 3 – Observe a imagem e responda:

- a) Qual o consumo de água da residência registrado na fatura? _____
 b) Qual foi o consumo de água em litros nessa residência? _____



AULA 2- MEDIDAS DE CAPACIDADE E VOLUME

ATIVIDADE 1 – Complete as frases:

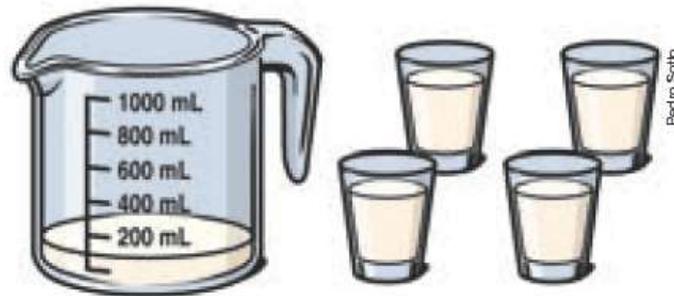
- a) 1 litro de refrigerante é o mesmo que _____ ml de refrigerante.
 b) $\frac{1}{2}$ litro de água é o mesmo que _____ ml de água.
 c) $\frac{1}{4}$ litro de leite é o mesmo que _____ ml de leite.

ATIVIDADE 2 – Considere os seguintes recipientes abaixo e responda as questões:



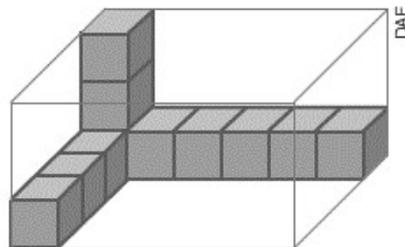
- a) Quantos recipientes são necessários para obter 14 litros de refrigerante? _____
 b) Quantos recipientes são necessários para obter 30 litros de água? _____
 c) Quantos recipientes são necessários para obter 8 litros de leite? _____
 d) Quantos recipientes são necessários para obter 9 litros de suco? _____

ATIVIDADE 3 – A jarra da figura tinha 1 litro de leite. Sílvia colocou a mesma quantidade de leite em cada um dos 4 copos representados na figura e ainda ficaram na jarra 100ml de leite. Quantos mililitros de leite foram colocados em cada copo?



AULA 3- MEDIDAS DE CAPACIDADE E VOLUME DO BLOCO RETANGULAR

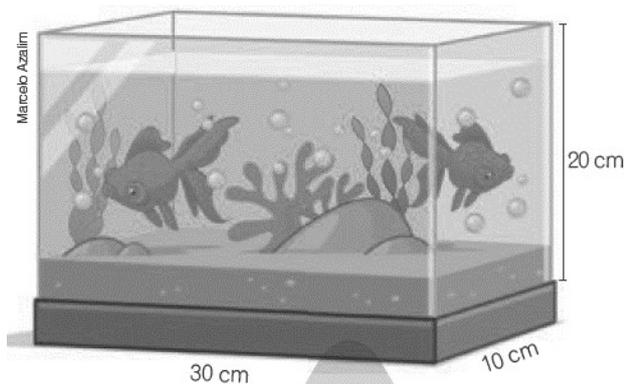
ATIVIDADE 1 - Quando a caixa estiver cheia, quantos cubos “caberão” no total? _____



ATIVIDADE 2 – Um caminhão, cujas as dimensões da caçamba são 6 m de comprimento por 2m de largura e 1 m de altura, é usado para transportar areia. Sabendo que a areia é comprada em metros cúbicos, determine:

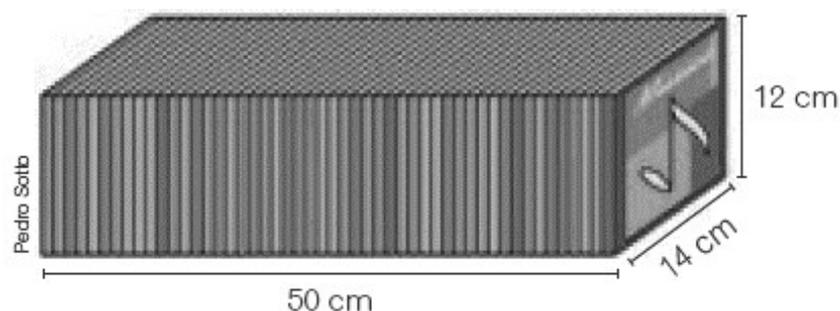
- a) O volume da caçamba desse caminhão.
 b) Quantas viagens faz este caminhão para entregar um pedido de 60m³ de areia?

ATIVIDADE 3 – Qual a capacidade deste aquário em litros? _____



AULA 4- MEDIDAS DE CAPACIDADE E VOLUME DO BLOCO RETANGULAR

ATIVIDADE 1 – Vanessa arrumou os seus 48 CDs, formando com eles o bloco retangular representado na figura.



- a) Que volume ocupam os CDs de Vanessa? _____
 b) Calcule o volume de cada CD. _____

ATIVIDADE 2 –

Leia a tirinha.

SCHULZ, C. M. Snoopy. É Natal! Porto Alegre: L&PM, 2014. p. 120.

Considere que o cantil do Snoopy tem capacidade para 1,5 L e dos outros quatro personagens seja de 200 mL cada. Quantos mililitros de água são necessários para encher todos esses cantis?

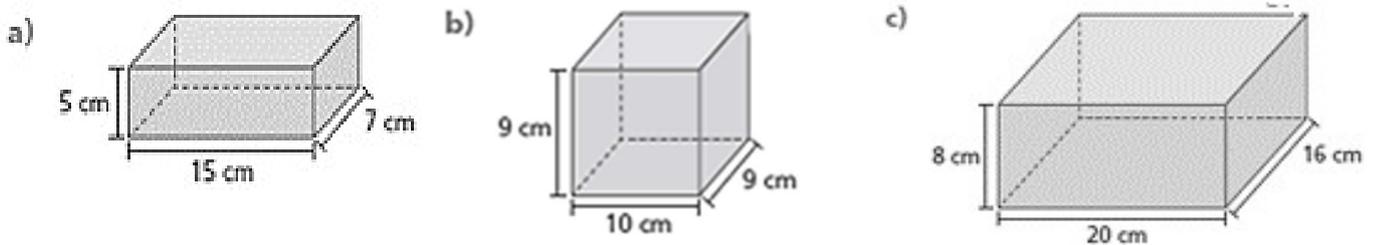
Cantil: pequeno recipiente utilizado para transportar líquidos em viagem.

ATIVIDADE 3 - O mililitro(ml) e o litro(L) são unidades padronizadas de medida de capacidade. As caixas e as garrafas de leite que são vendidas em supermercados e padarias têm, geralmente, medida de capacidade de 1 litro o que equivale a 1000 ml. Fazendo a relação dessas medidas de capacidade com as medidas de volume, temos as seguintes relações: $1\text{cm}^3 = 1\text{ ml}$ e $1\text{ m}^3 = 1000\text{ L}$. Agora, Responda:

- a) $6000\text{ ml} = \underline{\hspace{2cm}}\text{ L}$
 b) $2\text{L e } 900\text{mL} = \underline{\hspace{2cm}}\text{ ml}$
 c) $750\ 000\text{ cm}^3 = \underline{\hspace{2cm}}\text{ L}$
 d) $47\text{ m}^3 = \underline{\hspace{2cm}}\text{ L}$

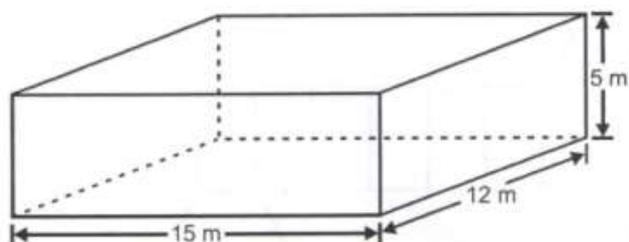
AULA 5-VOLUME DO BLOCO RETANGULAR

ATIVIDADE 1 – Calcule o volume de cada bloco retangular representado abaixo:



ATIVIDADE 2 – (PAEBES). Para o abastecimento de água tratada de uma pequena cidade, foi construído um reservatório com a forma de um bloco retangular, conforme a representação abaixo. A capacidade máxima de água desse reservatório é de

- a) 600 m^3
 b) 180 m^3
 c) 450 m^3
 d) 900 m^3



ATIVIDADE 3 – CAÇA PALAVRAS

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

CAPACIDADE
 LARGURA
 MEDIDAS
 CENTILITRO
 BLOCORETANGULAR
 VOLUME
 QUILOLITRO
 MILILITRO
 HECTOLITRO
 ALTURA
 CENTIMETROCUBICO
 DECIMETROCUBICO
 LITRO
 UNIDADES
 METROCUBICO

PORCENTAGEM

Se Você abrir um jornal ou assistir os noticiários da televisão, ou até mesmo numa vitrine de uma loja que ofereça descontos, provavelmente você encontrará dados representados por meio de porcentagens. Aprender porcentagens e os cálculos relacionados a eles nos ajuda a entender e utilizar melhor essas informações.

A porcentagem representa uma razão (fração) cujo denominador é 100, ou seja, $N\% = \frac{N}{100}$.

O termo por cento é abreviado usando o símbolo %, que significa dividir por 100 e, por isso, essa razão (fração) também é chamada de razão (fração) centesimal ou percentual. As porcentagens são frações com denominador 100.

Veja os exemplos:

- $85\% = \frac{85}{100}$ Lê – se: oitenta e cinco por cento
- $7\% = \frac{7}{100}$ Lê – se: sete por cento

Veja os exemplos seguintes que mostram as **diferentes representações de porcentagens (porcentagem, forma fracionária e forma decimal)**. Lembre-se, para “transformar” a porcentagem em fração, basta dividir o número que acompanha o símbolo % por 100 e simplificar a fração; para “transformar” a fração em forma decimal, basta realizar a divisão. Exemplos:

$$2\% = \frac{2}{100} = \frac{1}{50} = 0,02$$

$$10\% = \frac{10}{100} = \frac{1}{10} = 0,1$$

$$50\% = \frac{50}{100} = \frac{1}{2} = 0,5$$

$$100\% = \frac{100}{100} = \frac{1}{1} = 1$$

$$210\% = \frac{210}{100} = \frac{21}{10} = 2,1$$

Perceba que quando escrevemos a porcentagem 100% é o mesmo que considerar um inteiro, ou seja, quando consideramos **100% de algo**, estamos levando em conta o **total** daquilo. No caso de 50% estamos considerando a metade do inteiro, ou seja, **50% de algo**, estamos levando em conta a metade do total, já em 210%, estamos considerando **mais que um inteiro**, isto é, consideramos 2,1 vezes o total.

CALCULANDO PORCENTAGENS

EXEMPLO 1- Calcule 20% de R\$200,00.

RESOLUÇÃO: Primeiramente devemos transformar a porcentagem em fração centesimal. No cálculo das porcentagens a preposição **“de”** significa multiplicação, em seguida, transformamos o número que estamos trabalhando em fração, para isso basta colocar denominador 100. Agora devemos multiplicar as frações, fazendo numerador x numerador e denominador x denominador, em seguida efetuamos a divisão.

$$20\% \text{ de } 200 = \frac{20}{100} \cdot 200 = \frac{20}{100} \cdot \frac{200}{1} = \frac{4000}{100} = 40$$

EXEMPLO 2 – Uma loja oferece descontos de até 25% para o pagamento à vista em seus produtos. Fernanda adquiriu nesta loja uma calça jeans no valor R\$ 90,00. Ela pagou à vista pela calça e teve um desconto de 18%. Quanto a Fernanda pagou pela calça? De quanto foi o desconto que ele recebeu?

RESOLUÇÃO: Fernanda teve um desconto de 18%, assim devemos calcular 18% de 90.

$$18\% \text{ de } 90 = \frac{18}{100} \cdot 90 = \frac{18}{100} \cdot \frac{90}{1} = \frac{1620}{100} = 16,20$$

O desconto que Fernanda teve foi de R\$16,20. Assim, para saber o quanto ela pagou pela calça devemos subtrair o valor total da calça menos o desconto. Veja: R\$ 90,00 – R\$ 16,20 = **R\$73,80**.

EXEMPLO 3 – Uma mesa tripé sofreu um aumento de 25% em seu preço. Antes deste aumento ela custava R\$ 120,00. Por quanto esta mesa será vendida depois do aumento?

RESOLUÇÃO: Primeiramente, calcularemos o valor em reais do aumento.

$$25\% \text{ de } 120 = \frac{25}{100} \cdot 120 = \frac{25}{100} \cdot \frac{120}{1} = \frac{3000}{100} = 30$$

O aumento foi de R\$ 30,00. Assim, para determinar por quanto ela será vendida, após esse aumento, basta somar R\$120,00 + R\$ 30,00= **R\$ 150,00**

AULA 6 – PORCENTAGEM

ATIVIDADE 1 – A figura abaixo é um quadrado 10x10, dividido em 100 quadradinhos. Relativamente ao número total de quadradinhos, qual é a porcentagem dos quadradinhos com a letra:

- a) A? _____
b) B? _____
c) C? _____

			C	A					B
A								A	
		B							
				A					
							A		
B					B				
		A							A
C					C				B
			A			A			
A					B				B

Letras: DAE

ATIVIDADE 2 – Escreva cada fração na forma de porcentagem.

a) $\frac{47}{100}$

b) $\frac{7}{20}$

c) $\frac{2}{5}$

d) $\frac{3}{25}$

ATIVIDADE 3 – Para encher um balde são necessários 40 litros de água. Responda:

a) Quando esse balde tem 20 litros de água, quantos por cento de sua capacidade está ocupada?

b) Quando ele tem 10 litros de água, quantos por cento de sua capacidade está ocupada?

c) E quando ele tem 4 litros de água, quantos por cento de sua capacidade está ocupada?

AULA 7 – PORCENTAGEM

ATIVIDADE 1 – Numa escola há 600 alunos e cada um pratica apenas uma modalidade esportiva.

Complete a tabela, sabendo que:

- Metade joga futebol;
- Um quarto pratica beach tennis;
- Um quinto pratica basquete;
- O restante pratica vôlei;

ESPORTE	NÚMERO DE PRATICANTES	PORCENTAGEM
FUTEBOL		
BEACH TENNIS		
BASQUETE		
VÓLEI		

ATIVIDADE 2 - Doze por cento de um lote de 4200 peças de automóvel são peças defeituosas.

a) Quantas peças estão defeituosas?

b) Qual o número de peças sem defeito?

ATIVIDADE 3 – Caça – palavras

T O Ã Ç A C I L P I T L U M T O A A
 O O T M T T R L U L G I I M I O D M
 B L A M I C E D O R E M Ú N Ã O H O
 R A T D N W R T C H I C A Ç S F T X
 P C A C E U E C S E A E A R T T L D
 O R G H R S H F N S A R H H A F M E
 R É E A W R C W N W F N P I D Z S M
 C S C N R A U O H E W L S P S E Ã E
 E C S A C U L D N H W T A W N G G O
 N I O C U D N U T T R G A E H U I E
 T M E G A T N E C R O P R N N L P U
 O O H W T S N E E D T R C K I A T E

AULA 8 – PORCENTAGEM

ATIVIDADE 1 - Para fazer um molho foram usados os ingredientes abaixo. Complete a tabela, escrevendo a porcentagem de cada ingrediente.

INGREDIENTES	QUANTIDADE (EM GRAMAS)	PORCENTAGEM
SAL	45 g	
PIMENTA	3 g	
CEBOLA	90 g	
ALHO	27 g	
AZEITE	135 g	
TOTAL	300 g	

ATIVIDADE 2 – Uma funcionária da minha escola tem um salário de R\$1.500,00, mas ela não recebe essa quantia. Do valor do salário é descontado 8% para a previdência social. Quanto ela acaba recebendo?

ATIVIDADE 3 – Um liquidificador que custava R\$ 70,00 vai sofrer um aumento de 12% nesse valor. Qual será o novo preço?

AULA 9 - PORCENTAGEM

ATIVIDADE 1- Comprei uma geladeira por R\$ 2100,00, a serem pagos do seguinte modo:

- 15% de entrada e o restante em cinco parcelas iguais.
- a) Qual o valor da entrada?
b) Qual o valor de cada prestação?

ATIVIDADE 2 – Numa empresa com 1400 colaboradores, 35% são mulheres.

- a) Qual a porcentagem de homens?
b) Quantas mulheres trabalham na empresa?
c) Quantos são os homens?

ATIVIDADE 3 - Dos 28 bombons que estavam na minha gaveta, já comi 75%. Quantos bombons ainda me restam?

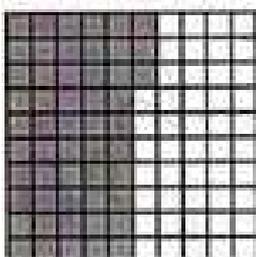
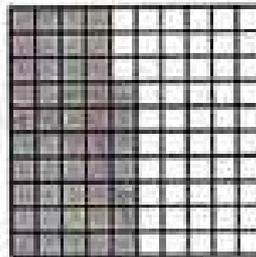
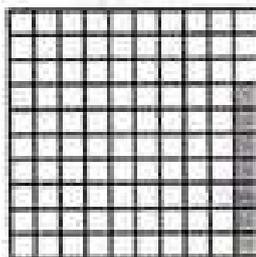
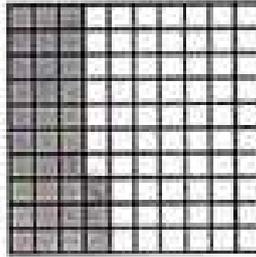
AULA 10 – PORCENTAGEM

ATIVIDADE 1 - Na minha cidade, foi feita uma pesquisa sobre o meio de transporte utilizado pelos alunos para chegarem à escola. Responderam à essa pergunta 2 000 alunos.

- 42% responderam que vão a carro,
- 25% responderam que vão de moto,
- o restante de ônibus.

- Quantos alunos vão de carro para a escola?
- Quantos alunos vão de moto?
- E quantos alunos vão de ônibus?

ATIVIDADE 2 – Complete as tabelas, escrevendo as três formas de representar a porcentagem.

	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Fração decimal</th> <th>Número decimal</th> <th>Porcentagem</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table>	Fração decimal	Número decimal	Porcentagem			
Fração decimal	Número decimal	Porcentagem					
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Fração decimal</th> <th>Número decimal</th> <th>Porcentagem</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table>	Fração decimal	Número decimal	Porcentagem			
Fração decimal	Número decimal	Porcentagem					
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Fração decimal</th> <th>Número decimal</th> <th>Porcentagem</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table>	Fração decimal	Número decimal	Porcentagem			
Fração decimal	Número decimal	Porcentagem					
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Fração decimal</th> <th>Número decimal</th> <th>Porcentagem</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table>	Fração decimal	Número decimal	Porcentagem			
Fração decimal	Número decimal	Porcentagem					

HISTÓRIA

ATIVIDADE 01

Nacionalismo, revoluções e as novas nações europeias

Texto 01

“As raízes econômicas do novo imperialismo residiam numa nova etapa específica de capitalismo que, entre outras coisas, levava à ‘divisão territorial do mundo entre as grandes potências capitalistas’, configurando um conjunto de colônias formais e informais e de esferas de influência”.

Fonte: HOBBSAWM. E. J. A era dos impérios 1875 – 1914. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 12 ed., 1998.

Texto 02

A Europa já havia investido no colonialismo durante o século XVI, no continente americano. No século XVI o colonialismo foi protagonizado por Portugal, Espanha e Inglaterra, o objetivo era obter novas rotas comerciais, matérias-primas e mão de obra para sustentar as monarquias absolutistas europeias, dentro da lógica econômica do mercantilismo. Já o neocolonialismo é uma consequência do Imperialismo capitalista, com algumas semelhanças com o colonialismo do século XVI, mas com diferenças fundamentais como por exemplo a divisão dos territórios entre mais países da Europa, utilização de mão de obra livre e não escrava, concentração da exploração nos continentes africano e asiáticos. Como semelhança, destaque o retorno do “Mito civilizatório”, já usado como justificativa no século XVI e retomado e reforçado no século XIX com base nas teorias do racismo “científico”.

1. Tendo em vista seu conhecimento sobre colonialismo de Portugal, Espanha e Inglaterra, responda:

a) Como você imagina que era a vida nos continentes africano e asiático antes da chegada dos europeus?

b) Como você imagina que era a formação destas sociedades?

2. Aponte as diferenças entre o colonialismo e o imperialismo.

3. O que o autor quer dizer com “Mito civilizatório”?

4. O que seria o racismo “científico” do século XIX?

ATIVIDADE 02

Teorias raciais do neocolonialismo europeu durante o século XIX

Texto 01

O fardo do homem branco

Tomai o fardo do Homem Branco
Enviai vossos melhores filhos
Ide, condenai seus filhos ao exílio
Para servirem aos vossos cativos; Para esperar, com chicotes pesados
O povo agitado e selvagem
Vossos cativos, tristes povos,
Metade demônio, metade criança.
Tomai o fardo do Homem Branco
Continuai pacientemente
Ocultai a ameaça de terror
E vede o espetáculo de orgulho;
(...)
Tomai o fardo do Homem Branco
As guerras selvagens pela paz

Fonte: KIPLING, Rudyard. O fardo do homem branco, 1899. Disponível em:
<http://www.blocosonline.com.br/literatura/poesia/pi/pi06emdiante/pi200821>.

Texto 02

“A raça é tudo: literatura, ciência, arte, em uma palavra, a civilização, depende dela. As raças negras podem ser civilizadas? Eu devo dizer que não. (...) Agora, esteja a Terra superpopulosa ou não, uma coisa é certa, os fortes sempre irão se apoderar das terras e das propriedades dos fracos. Estou convicto de que esta conduta não é, em absoluto, incompatível com a mais elevada moral e mesmo com o sentimento cristão...”

KNOX, Robert. The races of a men. Philadelphia, PA: Lea & Blanchard, 1850. Disponível em: <http://www.conteudojuridico.com.br/artigo,racismo-cientifico-origens-das-tesesracistas-na-modernidade,54702.html>.

1. Qual a temática abordada nos textos acima?

2. Ambos os textos foram elaborados no do século XIX, escritas por defensores das teorias de superioridade racial branca, quais são as semelhanças nos dois discursos?

Em sua opinião como este discurso afetava a população negra?

3. Comente sobre esta frase “As raças negras podem ser civilizadas? Eu devo dizer que não”.

4. Como esta visão da superioridade branca europeia ainda é presente no imaginário da população nos dias atuais?

ATIVIDADE 03

Texto 01



“Considerarei a existência de Deus e decidi que há uma boa chance de que Ele exista. Se Ele realmente existir, deve estar trabalhando em um plano. Portanto, se devo servir a Deus, preciso descobrir o plano e fazer o melhor possível para ajudá-lo em sua execução. Como descobrir o plano? Primeiramente, procurar a raça que Deus escolheu para ser o instrumento divino da futura evolução. Inquestionavelmente, é a raça branca... Devotarei o restante de minha vida ao propósito de Deus e a ajudá-lo a tornar o mundo inglês.”

Fonte: RHODES, Cecil. In Erik Horner. Vozes do imperialismo. Disponível em: <http://pos-aula.blogspot.com/2012/02/vozes-do-imperialismo.html>.

imperialismo.html.

1. A charge acima de Cecil Rhodes representa o ambicioso plano de construir uma linha férrea do Cairo à Cidade do Cabo., nela é possível verificar a figura do homem branco de braços abertos, sobre o continente africano. O que esta charge representa?

2. O discurso presente no Texto 01 se encaixa nas características do darwinismo social e das teorias do chamado “racismo científico” do século XIX. O que esta teoria abordava?

Texto 02

O neocolonialismo do século XIX prejudicou o continente africano de diversas formas, inclusive cientificamente, ao edificar uma abnegação à ciência produzida pela África e pessoas pretas em diásporas africanas. Frantz Omar Fanon (psiquiatra, filósofo, cientista social e revolucionário francês) propõe a descolonização como forma de posição anticolonialista e afirma que “A civilização europeia e seus representantes mais qualificados são responsáveis pelo racismo colonial”.

Fonte: OLIVEIRA, Gabriel. África e darwinismo social: o imperialismo ideológico e cultural como ferramenta de hegemonia científica. Medium. Abr. de 2015.

1. A negação da ciência produzida pela África possui consequências ainda nos dias de hoje? Explique.

2. Por que podemos afirmar que “A civilização europeia e seus representantes mais qualificados são responsáveis pelo racismo colonial”?

ATIVIDADE 04

O imperialismo europeu

Texto 01

Leia atentamente

“A extraordinária galáxia de homens e idéias que constituem essa revolução tornam-na digna de exame por seus próprios méritos. No entanto, cabe estudá-la também para que se compreenda a

origem de idéias, instituições e movimentos ainda correntes hoje em dia. A autoconfiança que compeliu homens e mulheres a examinarem criticamente o mundo em que viviam, e a crença no progresso que estimulou a modificarem esse mundo – uma autoconfiança e uma crença que são características dessa revolução ajudaram, por sua vez, a fomentar a Revolução Francesa e a Revolução Industrial e, assim, o mundo moderno.”

BURNS, Edward M; LERNER, Robert E; MEACHAM, S. *História da civilização ocidental*. São Paulo: Globo, 1993.

Agora responda:

1. De qual momento histórico trata o texto?

2. De acordo com seus estudos e o texto acima, justifique a frase: “A autoconfiança que compeliu homens e mulheres a examinarem criticamente o mundo em que viviam”.

ATIVIDADE 05

O imperialismo europeu

Texto 01

Leia atentamente

“Nós, o povo dos Estados Unidos, a fim de formar uma União mais perfeita, estabelecer a justiça, assegurar a tranquilidade interna, prover a defesa comum, promover o bem-estar geral, e garantir para nós e para os nossos descendentes os benefícios da Liberdade, promulgamos e estabelecemos esta Constituição para os Estados Unidos da América.”

Fonte: Preâmbulo da Constituição dos Estados Unidos da América.

1. De qual país as treze colônias propunham a liberdade? Indique quais as medidas consideradas intoleráveis impostas aos colonos.

2. Sobre as atitudes do governo, citadas no documento acima, indique qual seria seu objetivo.

HISTÓRIA REGIONAL

ATIVIDADE 01

Guerra do Paraguai

Texto 01

“[...] Mesmo com o fim da guerra (1865-1870), a paz só foi estabelecida em 1876 na Conferência de Buenos Aires. Ao final do conflito, o Paraguai estava destruído. As terras pertencentes aos pequenos produtores foram vendidas a estrangeiros, que passavam a cobrar para que os antigos donos pudessem trabalhar nelas.

A guerra também trouxe consequências para o Brasil: a popularidade de D. Pedro II caiu e a oposição aumentou com os movimentos abolicionistas e republicanos ganhando as ruas.

Estava preparado o terreno para o fim da monarquia.

Durante a Guerra do Paraguai, o Brasil viveu uma política de Conciliação (entre 1853 e 1868), que consistiu numa alternância entre liberais e conservadores no poder. Porém vários fatores, dentre eles, a própria Guerra contribuiu para o término dessa política [...]”.

Fonte: Info Escola. Por Cristina Gomes. Disponível em: < <https://www.infoescola.com/historia/guerra-do-paraguai/>>

Questões:

1. Como estava o Paraguai ao final do conflito, e o que aconteceu com as terras dos pequenos produtores?

2. Quais as consequências para o Brasil da guerra do Paraguai?

ATIVIDADE 02

A Guerra do Paraguai (1865/1870) foi o maior conflito armado da América do Sul. O Paraguai lutou contra a Tríplice Aliança (formada pela Argentina, Uruguai e Brasil) e foi derrotado.

1. Qual o principal fator responsável pela guerra?

2. Cite uma consequência da guerra para o Brasil.

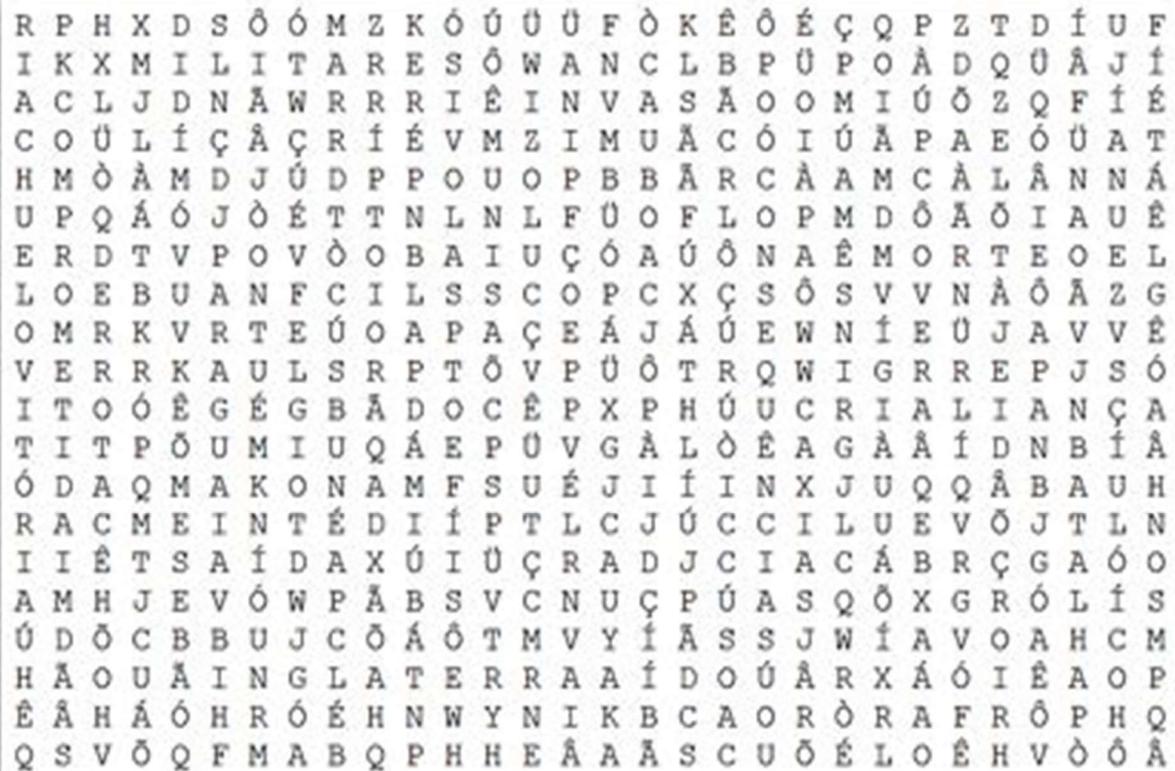
3. A Guerra do Paraguai foi o maior conflito armado da história sul-americana, tanto pela duração (1864/70) como pelo vulto dos efetivos militares envolvidos. O Paraguai enfrentou o exército da Tríplice Aliança formada pelo Uruguai, Argentina e Brasil. A principal razão da guerra encontrava-se na disputa pela livre navegação na região platina. Explique o interesse do Brasil nessa região.

ATIVIDADE 03

Leia a explicação sobre a Guerra do Paraguai e encontre as palavras em negrito no caça-palavras abaixo:

<h2>A Guerra do Paraguai</h2>	
<p>QUE FOI A GUERRA DO PARAGUAI FOI UM CONFLITO MILITAR QUE OCORREU NA AMÉRICA DO SUL, ENTRE OS ANOS DE 1864 E 1870. NESTA GUERRA O PARAGUAI LUTOU CONTRA A TRÍPLICE ALIANÇA FORMADA POR BRASIL, ARGENTINA E URUGUAI.</p> <p>CAUSA PRINCIPAL: - PRETENSÕES DO DITADOR PARAGUAIO FRANCISCO SOLANO LOPES DE CONQUISTAR TERRAS NA REGIÃO DA BACIA DO PRATA. O OBJETIVO DO PARAGUAI ERA OBTER UMA SAÍDA PARA O OCEANO ATLÂNTICO.</p> <p>INÍCIO E DESENVOLVIMENTO DO CONFLITO: - A GUERRA TEVE INÍCIO EM NOVEMBRO DE 1864, QUANDO UM NAVIO BRASILEIRO FOI APRISSONADO PELOS PARAGUAIOS NO RIO PARAGUAI. - EM DEZEMBRO DE 1864, O PARAGUAI INVADIU O MATO GROSSO. - NO COMEÇO DE 1865, AS TROPAS PARAGUAIAS INVADIRAM CORRIENTES (ARGENTINA) E LOGO EM SEGUIDA O RIO GRANDE DO SUL. - EM 1 DE MAIO DE 1865, BRASIL, ARGENTINA E URUGUAI SELAM UM ACORDO PARA ENFRENTAR O PARAGUAI. CONTAM COM A AJUDA DA INGLATERRA.</p>	<p>- EM 11 DE JUNHO DE 1865 OCORREU UM DOS PRINCIPAIS ENFRENTAMENTOS DA GUERRA, A BATALHA DE RIACHUELO. A VITÓRIA BRASILEIRA NESTE ENFRENTAMENTO NAVAL FOI DETERMINANTE PARA A DERROTA DO PARAGUAI. - EM ABRIL DE 1866 OCORREU A INVASÃO DO PARAGUAI. - EM 1869, SOB A LIDERANÇA DE DUQUE DE CAXIAS, OS MILITARES BRASILEIROS CHEGAM A ASSUNÇÃO. - A GUERRA TERMINOU EM 1870 COM A MORTE DE FRANCISCO SOLANO LOPES EM CERRO CORA.</p> <p>SALDO E CONSEQUÊNCIAS DA GUERRA: - NESTA GUERRA MORRERAM CERCA DE 300 MIL PESSOAS (CIVIS E MILITARES); - CERCA DE 20% DA POPULAÇÃO PARAGUAIA MORREU NA GUERRA; - A INDÚSTRIA PARAGUAIA FOI DESTRUÍDA E A ECONOMIA FICOU TOTALMENTE COMPROMETIDA. - O PREJUÍZO FINANCEIRO PARA O BRASIL, COM OS GASTOS DE GUERRA, FOI EXTREMAMENTE ELEVADO E ACABOU POR PREJUDICAR A ECONOMIA BRASILEIRA. - A INGLATERRA, QUE APOIOU A TRÍPLICE ALIANÇA, AUMENTOU SUA INFLUÊNCIA NA REGIÃO.</p>

LEIA O TEXTO E PROCURE AS PALAVRAS EM NEGRITO NO CAÇA-PALAVRAS



ATIVIDADE 04

Observe a charge e o texto e responda as questões sobre os negros na Guerra do Paraguai:

Imagem 01



Texto 01

Na legenda está escrito: “O grande Conde dizia que para concluir-se a guerra no mais breve espaço de tempo, são necessárias duas coisas: homens e dinheiro; e o Sr. José Luiz Alves,

negociante de grosso trato n'esta praça, compreendeu perfeitamente o axioma de Condé; comprando e libertando um escravo, oferecendo-o para marchar para o teatro da guerra pagou-lhe adiantado um anno de fardamento, soldo e etapa. Assim, praticou ele um acto de patriotismo, diminuiu o numero dos escravos e aumentou o dos soldados. Parabens ao honrado Fluminense. Honra a ele e a todos os que seguem tão nobre exemplo!" O patriotismo do senhor de escravos.

Fonte: Revista Ilustrada, Rio de Janeiro. 11 de Novembro de 1866. Biblioteca nacional. Disponível em <http://memoria.bn.br/DocReader/docreader.aspx?bib=702951&pasta=ano%20186&pesq=1866>.

1. De quando é essa charge?

2. Que tipo de situação está sendo retratada na charge?

Texto 02

NEGROS LIBERTOS NO EXÉRCITO BRASILEIRO

Da nação	287	7,36%
Casa Imperial	67	1,17%
Gratuitos	753	19,32%
Conventos	95	2,44%
Conta do governo	1806	46,34%
Substitutos	889	22,81%
Total	3987	100%

Números: Relatório do Ministério da Guerra de 1868

- Os escravos da Nação eram africanos que, entraram ilegalmente no país, após a proibição efetiva do tráfico em 1850, haviam sido apreendidos e encontravam-se sob os cuidados do governo imperial.
- Escravos da Casa Imperial (1,17%) e dos Conventos (2,44%) eram doações particulares destas entidades e, no caso dos primeiros, da família do imperador ao estado para colaboração no esforço de guerra.
- Verificamos que a grande maioria de libertos encontra-se na categoria de Conta do Governo, (46,34%). Sob este título, estavam os escravos que custaram alguma quantia ao governo, seja sob a forma de prêmios a seu dono, seja qualquer outro tipo de compra, indenização ou dispêndio efetuados pelas autoridades. [...]
- A segunda maior porcentagem, em seguida, é a Substitutos (22,81%) do total. Estes eram os que estavam substituindo seus donos, ou parentes destes, nas fileiras. Provavelmente seu engajamento devia se fazer via corpos da Guarda Nacional.

- Os Gratuitos (19,32%), eram os escravos cedidos espontaneamente por seus donos como ato patriótico ao esforço de guerra

Fonte: SALLES, Ricardo. Guerra do Paraguai: escravidão e cidadania na formação do exército. p. 6. Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1990.

1. Como a maioria destes homens escravizados passou a fazer parte do Exército?

2. É possível afirmar de acordo com esta fonte que os senhores de escravo brasileiros mandaram pessoas escravizadas para lutar em seu lugar? Qual é a porcentagem?

ATIVIDADE 05

Texto 01

“A Guerra do Paraguai foi um conflito que aconteceu de dezembro de 1864 a março de 1870 e colocou o Paraguai contra Brasil, Argentina e Uruguai. A guerra foi resultado do choque de interesses políticos e econômicos que as nações platinas possuíam durante a década de 1860. Ao longo dos anos de conflito, o grande prejudicado foi o Paraguai, que teve sua economia arrasada. Estima-se que o total de mortos de acordo com as diferentes estatísticas seja de 130 mil a 300 mil mortos. Na história da América Latina, não houve nenhum conflito armado em que lutaram e morreram tantos homens como na Guerra do Paraguai”.

Fonte: <https://brasilecola.uol.com.br/o-que-e/historia/o-que-foi-guerra-paraguai.htm>.

- a) Em que período aconteceu a Guerra do Paraguai? E quanto tempo ela durou?

- b) Quais países estavam envolvidos nessa guerra? Qual a quantidade de pessoas que morreram, segundo o texto?

- c) Por que essa guerra aconteceu?

- d) Quem foi o maior prejudicado com a Guerra do Paraguai?

Atividade 3

O clima africano é predominante:

- a) Tropical e subtropical
- b) Equatorial e tropical
- c) Polar e tropical
- d) Polar e frio

Atividade 4

Complete a frase a seguir:

Ao _____, a África é banhada pelo mar Mediterrâneo, a _____ pelas águas do Oceano Índico e a _____ pelo Oceano Atlântico. O _____ do continente africano é banhado pelo encontro das águas destes dois oceanos.

Aspectos Naturais da África – Relevo e Hidrografia

O relevo predominante da África é formado por planalto, com a presença de raras planícies e cadeias montanhas localizadas principalmente na porção leste.

A maior parte do norte da África está coberta pelas grandes extensões do Saara, a 2ª maior região árida do planeta. Na porção referente ao Saara estão incluídos desertos menores como os desertos da Líbia e da Núbia, no leste, e do Grande Erg Oriental, Grande Erg Ocidental e o Erg Iguidi no oeste. Em meio ao deserto aparecem dois planaltos importantes: Tibesti e Hoggar, na parte central do Saara. O relevo da região também é marcado por depressões, com destaque para a bacia do Lago Assal, 156 metros abaixo do nível do mar.

Na porção noroeste, entre Marrocos, Argélia e Tunísia está a Cadeia do Atlas, um conjunto montanhoso que possui aproximadamente 2,5 mil quilômetros de extensão, com altitudes de mais de 4.000 metros. Sua localização entre as águas do Atlântico, Mediterrâneo e o Saara contribui para a formação de áreas secas.

Ao longo da margem sul do Saara estão três grandes bacias sedimentares: bacia de Djouf, através da qual corre o rio Níger; bacia do Chade, contendo o lago Chade e a bacia do Sudão, onde está um trecho do rio Nilo. A bacia do rio Congo, na África Central, é quase toda cercada por planaltos, sendo o Planalto do Leste Africano aquele que apresenta as maiores altitudes. A bacia contém a maior parte do vale do rio Congo, que acaba se estreitando nas montanhas de Cristal, perto da costa do Atlântico.

Nas porções leste e sul do Sudão e da bacia do Congo estão localizados os planaltos mais altos do continente. Há extensões consideráveis de planalto no interior, especialmente na Tanzânia, Zâmbia e África do Sul. Na parte leste da região desses planaltos, desde o norte da Etiópia até o sul de Moçambique, corre o Grande Rift Valley, uma série de desníveis provocada por uma enorme falha tectônica. Em algumas áreas das encostas íngremes do Rift Valley aparecem as montanhas Ruwenzori na África Central e numerosos vulcões, incluindo os dois maiores picos da África, o Kilimanjaro, na Tanzânia (5.895 m), e o Monte Quênia, no Quênia (5.199 m). Ao longo das bordas do

planalto leste e litoral sudeste, uma série de escarpas é encontrada. A mais alta, atingindo 3.350 metros, é a Drakensberg, na África do Sul.

A hidrografia da África possui alguns rios importantes e caudalosos, mas sua hidrografia não pode ser considerada equilibrada. Seus rios são mal distribuídos por conta da presença de diversas áreas de clima desértico, o que agrava a situação de seca e escassez de água em várias localidades do continente. Na região do Saara existem muitos rios temporários, também conhecidos como intermitentes, pois o fluxo desses rios diminui no período mais seco até cessar completamente. Apenas o rio Nilo, o segundo maior do mundo em extensão, com cerca de 6.700 km, não perde o seu fluxo no percurso do deserto para o mar. O Nilo nasce na região equatorial próxima da floresta Nyungwe, em Ruanda. Por desaguar no Mar Mediterrâneo, formando um imenso delta, ele foi historicamente aproveitado para a irrigação e a agricultura.

O Rio Nilo, com cerca de 6.700 km, é o único que, em períodos de seca, não perde seu fluxo no percurso do deserto para o mar

O Rio Nilo, com cerca de 6.700 km, é o único que, em períodos de seca, não perde seu fluxo no percurso do deserto para o mar

As regiões equatoriais possuem uma drenagem bastante desenvolvida, principalmente pela presença do rio Congo, detentor da segunda maior vazão do planeta, com aproximadamente 41.000 m³/segundo. O principal rio da África Ocidental é o Níger (4.800km), já na porção sul destacam-se o Orange (2.200 km), Zambeze (2.574 km) e o Limpopo (1.600 km). Muitos dos rios e cascatas reduzem o potencial para a navegação, mas fornecem grande potencial hidrelétrico. Os mais importantes são as cataratas Vitória, no rio Zambeze, e Boyomsa (antiga Stanley Falls), uma série de cataratas no rio Congo.

A principal região lacustre está no Grande Rift Valley, onde estão localizados os Lagos Vitória, Albert, Tanganica e Niassa (ou Malawi). Por estarem relacionados ao relevo modificado pelos movimentos das placas tectônicas, esses lagos são chamados de lagos tectônicos. O Lago Vitória, no platô entre as ramificações do Rift Valley, é o maior lago da África, com uma área total comparável ao território da Irlanda e repleto de nascentes que se dirigem para o rio Nilo. O único grande lago natural localizado fora da África Oriental é o Lago Chade, no extremo sul do Saara. Seu tamanho varia, dependendo das chuvas sazonais, mas sua área foi intensamente reduzida nas últimas décadas devido às práticas agrícolas que desconsideraram a sua conservação.

Fonte: Júlio César Lázaro da Silva - Colaborador Brasil Escola
 Graduado em Geografia pela Universidade Estadual Paulista - UNESP
 Mestre em Geografia Humana pela Universidade Estadual Paulista - UNESP

Atividade 5

Qual o relevo predominante na África?

Atividade 6

Assinale verdadeiro ou falso nas afirmações:

- () Na porção referente ao Saara estão incluídos desertos menores como os desertos da Líbia e da Núbia, no leste, e do Grande Erg Oriental, Grande Erg Ocidental e o Erg Iguidi no oeste.
- () O relevo da região também é marcado por depressões, com destaque para a bacia do Lago Assal, 156 metros abaixo do nível do mar.
- () Na porção noroeste, entre Marrocos, Argélia e Tunísia está a Cadeia do Atlas, um conjunto montanhoso que possui aproximadamente 1 mil quilômetros de extensão, com altitudes de mais de 2.000 metros.
- () Ao longo da margem sul do Saara estão três grandes bacias sedimentares: bacia de Djouf, através da qual corre o rio Níger; bacia do Chade, contendo o lago Chade e a bacia do Sudão, onde está um trecho do rio Paraguai.

Atividade 7

Qual o único que não perde seu fluxo do deserto para o mar?

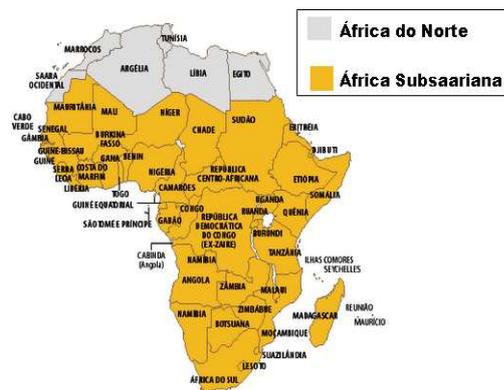
Atividade 8

As regiões equatoriais possuem uma drenagem bastante desenvolvida, principalmente pela presença do rio:

- a) Nilo
- b) Congo
- c) Vitória
- d) Albert

Atividade 9

Os mapas abaixo indicam duas formas distintas de regionalização do continente africano. Observe-os e descreva-os.



Fonte: (Mapa 1) <http://geounesprgrupo1.blogspot.com.br/p/localizacao-geografica.html>.

Fonte: (Mapa 2) https://14minionuoua1981.files.wordpress.com/2013/02/atl_africa_divisao_regional_300.jpg

Atividade 10

Observe o mapa.



Fonte: <https://www.coladaweb.com/geografia/regioes-da-africa>

A tabela abaixo apresenta dados demográficos e socioeconômicos dos países que integram a África Meridional, porção mais ao sul do continente africano. Faça a leitura atenta dos dados e depois faça o que é solicitado.

	Densidade Demográfica (Hab./km ²)	População Total (em milhões)	População urbana (%)	Taxa de crescimento da população (%)	IDH (Valores)	PIB per capita (US\$)
Botsuana	4	2,3	70	1,7	0,728	8258
Lesoto	70	2,1	29	1,3	0,518	1248
Moçambique	38	30,3	36	2,8	0,446	499
Namíbia	3	2,4	51	2,1	0,645	5930
Eswatini	66	1,1	24	1,7	0,608	4146
África do Sul	48	58,5	67	1,2	0,705	6369
Zâmbia	24	17,8	44	2,9	0,591	1572
Zimbábue	37	14,6	32	2,2	0,563	1684

Com base na tabela, indique o país:

a) Mais populoso:

b) Mais povoado:

c) Com o maior PIB per capita:

d) Com o maior IDH:

e) Com o menor PIB per capita:

f) Com o menor IDH:

g) Com a maior taxa de crescimento populacional:

h) Com a menor taxa de crescimento populacional:

i) O mais populoso é também o mais povoado? Explique.

Atividade 11

Leia o texto.

QUAL É O INTERESSE DA CHINA NO TERRITÓRIO AFRICANO?

Rafael Bartimann

Segundo o discurso Chinês, que segue uma perspectiva otimista e dotada de interesses particulares, a aproximação com a África tem componentes de cooperação e desenvolvimento mútuo. Isso diferencia por completo a expansão chinesa do avanço predatório neocolonial promovido por países europeus. Os chineses apontam que os investimentos foram destinados para áreas abandonadas pelos centros capitalistas. Além disso, existem associações positivas do crescimento chinês (carente de matérias-primas como o petróleo) com o desenvolvimento dos países africanos (que necessitam investimentos externos). Em sentido oposto, numa perspectiva pessimista e quem sabe motivada por um discurso ocidental amedrontado, surgem alegações de que a China estaria replicando o modelo neocolonial com características ainda mais negativas, contribuindo para o subdesenvolvimento africano e para a desindustrialização dos países do continente. Para exemplificar, em alguns países africanos houveram diversos protestos contra a destruição das indústrias locais, que não conseguem competir com as importações chinesas. No caso das empresas chinesas instaladas na região, críticos e estudiosos indicam que os postos de trabalho que exigem alta qualificação (gerentes, diretores, dentre outros) e são responsáveis pela tomada de decisões, são ocupados por imigrantes chineses (que recebem os maiores salários). Já os cargos de base, que não exigem qualificação profissional e sobretudo, não participam das tomadas de decisão são ocupados pelos africanos, numa espécie de aproveitamento da mão-de-obra local (em grande parte desqualificada e barata). Além disso, existem indícios de que a contratação de africanos por empresas chinesas ocorre de maneira informal, sem as medidas de segurança necessárias, garantias de direitos e cuidados com o meio ambiente quase nulos. Por fim, cabe mencionar

argumentos que colocam em xeque os interesses da China em território africano ao levar adiante sua investida econômica em países atendam seus interesses.

ALVES, André Gustavo Miranda Pineli. Os interesses econômicos da China na África. Boletim de Economia e Política Internacional – IPEA, 2010.

LECHINI, Gladys. A China na África: discurso sedutor, intenções duvidosas. Nueva Sociedad, setembro, 2013.

a) Com base no texto acima, indique os interesses chineses na ocupação do território africano.

b) Nas empresas chinesas, de maneira geral, como é dividido o trabalho?

c) Segundo o discurso Chinês, em qual ponto a expansão chinesa se diferencia do avanço predatório neocolonial promovido por países europeus no continente africano no século XX?

CIÊNCIAS

ATIVIDADE 1

EXEMPLO DE IMPACTOS AMBIENTAIS QUANDO HÁ AUMENTO E/OU DIMINUIÇÃO DESCONTROLADA DE UMA POPULAÇÃO NUM AMBIENTE ESPECÍFICO

A variação da população de seres vivos pode causar inúmeros problemas ambientais e sociais, como o caso das abelhas, em que a diminuição da população vem se agravando, aumentando os riscos de uma crise no setor de produção de alimentos com todos os impactos que este fato pode acarretar. Há outra situação bastante problemática, agora inversa: o aumento da população de escorpiões em áreas urbanas, o que demanda atenção das autoridades de saúde pública.

Número de incidentes com escorpiões dobra em Mato Grosso do Sul

Tempo seco e queimadas estão entre as causas indicadas pelo aumento no número de escorpiões em área urbana

O número de acidentes causados por escorpiões em Mato Grosso do Sul dobrou nos últimos quatro meses em comparação com o mesmo período do ano passado. De acordo com informações da coordenadora do Setor de Animais Peçonhentos do Centro de Controle de Zoonoses (CCZ), Juliana Resende foram atendidas 227 pessoas picadas por escorpiões entre abril e julho deste ano em comparação com 119 indivíduos no mesmo período do ano passado. Cerca de 500 pessoas procuraram atendimento para tratamento no Centro durante o primeiro semestre de 2019. O tempo quente e seco do início do ano até junho é um dos fatores para o aumento de incidentes com escorpiões porque os animais entram em residências e terrenos em busca de umidade. “Eles também têm mais disponibilidade de alimentos porque suas presas, como as baratas, se multiplicam mais no calor. Além disso, seus predadores de maior porte como corujas e aves se escondem mais nesse período do ano”. Há aumento anual no registro de acidentes provocados por escorpiões durante essa época e a região se tornou um dos 10 estados do país com mais ocorrências devido ao processo de urbanização, vem se tornando uma região com bastante focos, provavelmente pelo aceleração do crescimento que a região experimenta.

(Fonte: <http://www.primeiranoticia.ufms.br/cidades/escorpioes/1536/>)

1. Realize uma pesquisa investigativa no site do departamento responsável pela Zoonose de seu município, ou região, para levantamento de dados referente aos escorpiões na sua localidade e responda:

a. Como é a sua cidade e/ou região, em termos de problemas relacionados a acidentes com picadas de escorpião?

b. Há infestação? Existe algum bairro com maior número de ocorrências?

c. O que é preciso fazer caso uma pessoa seja picada?

d. Quais são os locais de atendimento a pessoas picadas em sua cidade ou região?

2. Quais são os fatores ambientais apontados no texto para o aumento na população de escorpiões?

3. As populações de seres vivos podem tanto aumentar quanto diminuir na natureza. O texto apresenta um exemplo de taxa de crescimento baixa de população de abelhas. Se essa diminuição da população de abelhas acontecer em uma determinada região, quais os problemas ambientais que podem ocasionar? Pesquise, responda e justifique sua resposta.

ATIVIDADE 2

SEM ABELHA SEM ALIMENTO - COMO SÃO AS ABELHAS?

As abelhas são insetos que vivem no planeta Terra há 60 milhões de anos. Durante todo esse tempo, as abelhas foram evoluindo e se adaptando ao ambiente, por isso existem abelhas muito diferentes no mundo. Todas as abelhas têm três pares de pernas, dois pares de asas muito transparentes e duas antenas que funcionam como um nariz. Algumas abelhas são grandes, outras são bem pequenas. Umas são pretas, outras são amarelas. Outras têm o corpo listrado e outras ainda têm o corpo bem peludo. Mas existem também abelhas de outras cores, inclusive abelhas verdes, azuladas e até com cores metálicas. Algumas abelhas são bem levinhas, pousam suavemente sobre as flores. Outras são mais pesadas e vibram para coletar o pólen. Além disso, existem abelhas de língua curta e abelhas de língua longa, perfeita para alcançar o néctar no fundo das flores. Há abelhas com ferrão e também abelhas sem ferrão, chamadas meliponíneos.

Saiba mais sobre biodiversidade - As abelhas são insetos da ordem Hymenoptera. Habitam principalmente as regiões tropicais e subtropicais do planeta. No Brasil, estima-se a existência de 3.000 espécies diferentes de abelhas, representantes de cinco famílias: Andrenidae, Apidae, Colletidae, Halictidae e Megachilidae. As abelhas-sem-ferrão são as nossas abelhas indígenas, as abelhas nativas do Brasil. Na literatura, essas abelhas indígenas sem ferrão são chamadas meliponíneos. Já as abelhas-melíferas do gênero *Apis* são abelhas aculeadas, ou seja, abelhas com ferrão. As *Apis* não são abelhas nativas do Brasil; elas foram introduzidas em nosso país, trazidas da Europa, no período colonial, e da África, na década de 1950, para aumentar nossa produção de mel, de cera e favorecer a polinização de pomares e culturas. As *Apis* que encontramos no Brasil

atualmente são abelhas híbridas, resultantes do cruzamento na natureza entre as Apis europeias e a Apis africana (Apis mellifera scutelatta). Na literatura, essas abelhas híbridas, africanizadas, são denominadas pela sigla “Ahb”, do inglês Africanized honey bee. São abelhas conhecidas por sua alta capacidade de adaptação e produção de mel.

(Fonte: <http://www.semabelhasemalimento.com.br/wp-content/uploads/2015/02/Activitie-Book-of-Environmental-Education-No-Bee-No-Food-Portuguese.pdf>)

1. Descreva como é o corpo de uma abelha.

2. Qual é a quantidade conhecida estimada de espécies de abelhas no Brasil?

3. Há quanto tempo as abelhas existem no planeta Terra?

4. Leia o texto com atenção e elabore uma redação destacando: a importância das abelhas para a natureza, as famílias de abelhas existentes no Brasil, a classificação em produtoras de mel e com ferrão e outras características marcantes e importantes desses insetos para a biodiversidade ambiental (no caderno)

5. Faça um desenho bem criativo sobre as abelhas que são descritas no texto.

TEXTO PARA AS ATIVIDADE 3 E 4



SEXUALIDADE HUMANA

A sexualidade humana é um assunto complexo e, muitas vezes, é alvo de discussão. A sexualidade é uma condição humana que é construída durante toda a vida do indivíduo, iniciando ainda na infância. Ela é influenciada por diversos fatores, como biológicos, psicológicos, sociais, políticos, culturais, históricos, econômicos e religiosos.

De conceituação difícil, a sexualidade envolve muito mais que as características dos sistemas genitais masculino e feminino e os mecanismos de reprodução. Veja abaixo a definição de sexualidade de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS):

“Sexualidade é uma energia que nos motiva para encontrar amor, contacto, ternura e intimidade; ela integra-se no modo como sentimos, movemos, tocamos e somos tocados, é ser-se sensual e ao mesmo tempo ser-se sexual. A sexualidade influencia pensamentos, sentimentos, ações e interações e, por isso, influencia também a nossa saúde física e mental”.

Percebemos, portanto, que a sexualidade está relacionada com a qualidade de vida, logo, é fundamental uma vivência sexual saudável. Para isso, é importante tratar o assunto de forma que se evitem a disseminação de crenças errôneas, a desinformação e a discriminação.



→ **Puberdade**

Na puberdade, observa-se uma grande quantidade de mudanças biológicas e físicas nos seres humanos. Essas transformações culminam na aquisição da nossa capacidade reprodutiva. O corpo do indivíduo começa a mudar, e várias dúvidas e sentimentos começam a aflorar. Por isso, essa é uma fase de grandes descobertas. Na puberdade, a garota apresenta sua primeira menstruação, o que indica que seu organismo já está preparado para uma gestação.

Na puberdade, os níveis dos hormônios sexuais masculinos e femininos aumentam, desencadeando o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários e alterações comportamentais. Nas meninas, observam-se o início do crescimento dos seios, o surgimento dos pelos pubianos e a ocorrência da primeira menstruação, ponto que indica que o corpo da menina já está preparado para uma gravidez. Nos meninos, verificam-se mudanças na voz, crescimento dos pelos, aumento do volume testicular e aumento do impulso sexual e da força física.

→ **Identidade de gênero**

Identidade de gênero refere-se à identificação do indivíduo como mulher, homem ou ainda uma mistura de ambos. Essa identidade é construída pelo próprio indivíduo e independe do sexo biológico e da orientação sexual (homossexual, heterossexual ou bissexual). Além disso, a identidade de gênero diz respeito à forma como o indivíduo se vê e como deseja ser reconhecido pelas pessoas.



→ **Orientação sexual**

De acordo com sua orientação sexual, uma pessoa pode ser heterossexual, homossexual ou bissexual.

A orientação sexual diz respeito à atração afetiva ou sexual de cada pessoa, ou seja, se uma pessoa apresenta atração pelo sexo oposto, por pessoas do mesmo sexo ou, ainda, por pessoas dos dois sexos. O termo “orientação sexual” é utilizado na atualidade em substituição ao termo “opção sexual”, que dava uma falsa ideia de que a pessoa escolhia sentir desejo por determinado sexo.

De acordo com sua orientação sexual, uma pessoa pode ser:

- Heterossexual: sente atração afetiva e sexual por pessoas do sexo oposto.
- Homossexual: sente atração afetiva e sexual por pessoas do mesmo sexo.
- Bissexual: sente atração afetiva e sexual por pessoas de ambos os sexos.



→ **Gravidez na adolescência**

De acordo com a lei nº 8069/90, que dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente, adolescente é aquela pessoa que apresenta idade compreendida entre 12 anos e 18 anos de idade. Nessa fase, o indivíduo sofre mudanças físicas, hormonais e, até mesmo, sociais. Essas transformações marcam a passagem da infância para a fase adulta. Não pare agora... Tem mais depois da publicidade ;)

Na adolescência, é comum a pressão para que o adolescente inicie a prática sexual, sendo observado um início cada vez mais precoce das relações sexuais no Brasil. As experimentações típicas dessa fase acabam desencadeando uma maior exposição a comportamentos de risco, o que, muitas vezes, culmina na gravidez na adolescência e no aumento de infecções sexualmente transmissíveis.

A gravidez na adolescência causa consequências sociais e emocionais nos jovens. Muitas vezes, a gravidez ocorre em decorrência da falta de informações de qualidade sobre os métodos contraceptivos ou ainda em decorrência da falta de conhecimento sobre o funcionamento do corpo e sobre como a gravidez acontece. Vale destacar, no entanto, que nem sempre a falta de informação é a responsável pelas gestações indesejadas. Muitas vezes, a ideia de que “isso não vai acontecer comigo” faz com que o adolescente sinta que não precisa prevenir-se.

A gravidez na adolescência traz consequências graves para a adolescente grávida, para o pai da criança e para os parentes mais próximos do casal. Entre as consequências sociais e emocionais de uma gravidez na adolescência, estão: abandono escolar, dificuldade para encontrar emprego, preconceito por parte da sociedade e risco de depressão na gestante. Além disso, não podemos esquecer das consequências relacionadas à saúde da mãe e do bebê, como risco de parto prematuro, anemia, complicações no parto e baixo peso do bebê ao nascer.

→ **Métodos contraceptivos**



Os métodos contraceptivos visam a evitar uma gravidez indesejada. Esses métodos não visam à proteção contra infecções sexualmente transmissíveis (IST), sendo a camisinha o único método contraceptivo que apresenta também essa importante função.

A camisinha garante proteção contra uma gravidez indesejada e contra IST.

Os métodos contraceptivos devem ser adotados por um casal em comum acordo após análise dos prós e contras de cada método. Para escolher um método, devem ser analisados eficácia, possíveis efeitos colaterais, facilidade de uso, custo, reversibilidade e se ele protege contra IST. Sendo assim, um método contraceptivo ideal para um casal pode não ser para outro.

Como exemplo de métodos contraceptivos, podemos citar:

- Camisinha feminina e masculina → Pílulas anticoncepcionais → Diafragma
- Dispositivo intrauterino (DIU) → Tabela → Muco cervical → Temperatura basal
- Vasectomia → Laqueadura

→ **Doenças sexualmente transmissíveis**

Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) são infecções transmitidas, principalmente, por contato sexual desprotegido com pessoa infectada. A terminologia “doenças sexualmente transmissíveis” não é mais utilizada hoje, pois muitas pessoas apresentam infecções que não causam sinais e sintomas visíveis no organismo, portanto, que não podem ser chamadas de doenças.

Existe uma grande variedade de IST, por isso, é difícil estabelecer sintomas precisos para identificar o problema. Entretanto, de uma maneira geral, considera-se que as IST apresentam, como principais manifestações clínicas, corrimentos no pênis, vagina ou ânus, feridas e verrugas genitais.

Entre as principais IST, podemos citar: gonorreia, sífilis, infecção pelo HIV, herpes genital, infecção pelo HPV, hepatite B e hepatite C. Essas infecções podem ser prevenidas, principalmente, com o uso de preservativos em todas relações sexuais e com a redução do número de parceiros. Além disso, algumas dessas infecções podem ser prevenidas com vacinas, como é o caso da infecção pelo HPV.

Não podemos nos esquecer também da importância do diagnóstico e do tratamento da pessoa com IST. Sem o diagnóstico correto, muitas pessoas acabam contribuindo para a disseminação da doença. Desse modo, ao sentir qualquer sintoma que sugira uma IST, é fundamental procurar o médico e comunicar o parceiro.

“A sexualidade influencia nossa saúde física e mental.”

Por Ma. Vanessa Sardinha dos Santos

**fonte: <https://brasilecola.uol.com.br/sexualidade>

ATIVIDADE 3

01. Uma definição de sexualidade segundo a OMS:

02. Na puberdade, observa-se uma grande quantidade de mudanças biológicas e físicas. Cite duas mudanças para as meninas e para os meninos:

→ para as meninas: _____

→ para os meninos: _____

03. Verdadeiro (V) ou falso (F):

() Identidade de gênero diz respeito à forma como o indivíduo se vê e como deseja ser reconhecido pelas pessoas.

() Identidade de gênero depende do sexo biológico e da orientação sexual

04. Relacione as colunas:

(A) Heterossexual () Sente atração afetiva e sexual por pessoas de ambos os sexos.

(B) Homossexual () Sente atração afetiva e sexual por pessoas do mesmo sexo.

(C) Bissexual () Sente atração afetiva e sexual por pessoas do sexo oposto.

05. O que a lei nº 8069/90 dispõe sobre o ECA (Estatuto da Criança e do Adolescente) :

06. Cite 02 (duas) consequências da gravidez na adolescência:

ATIVIDADE 4

07. Finalidade dos métodos contraceptivos ?

08. Eles protegem contra as IST (Infecções Sexualmente Transmissíveis) ?,

() SIM, protegem contra qualquer IST.

() NÃO, eles visam a evitar uma gravidez indesejada.

09. Único método que além de evitar a gravidez, protege também contra uma IST:

10. Cite dois métodos contraceptivos:

11. O que é uma IST ?

12. Cite duas IST:

ARTE

TEXTO 01 – PROPAGANDA E PUBLICIDADE

A Arte e a Publicidade sempre andaram ali, lado a lado!

Uma ideia apoiando a outra na intenção de instigar, seduzir, provocar e vender; seja um produto, serviço ou ideia.

Apesar de a grande maioria das peças serem produzidas tendo como base a fotografia e o design gráfico, praticamente todas as vertentes da arte estão inseridas na publicidade.

A arte traz ótimas referências para quem cria.

Trazemos algumas campanhas famosas que ganharam prêmios e se utilizaram de peças famosas, de diversos períodos artísticos, para criar suas campanhas e lançar suas ideias.



ATIVIDADE 1

1. Pense e responda a perguntas a seguir com suas palavras.

a) O que você entende por publicidade?

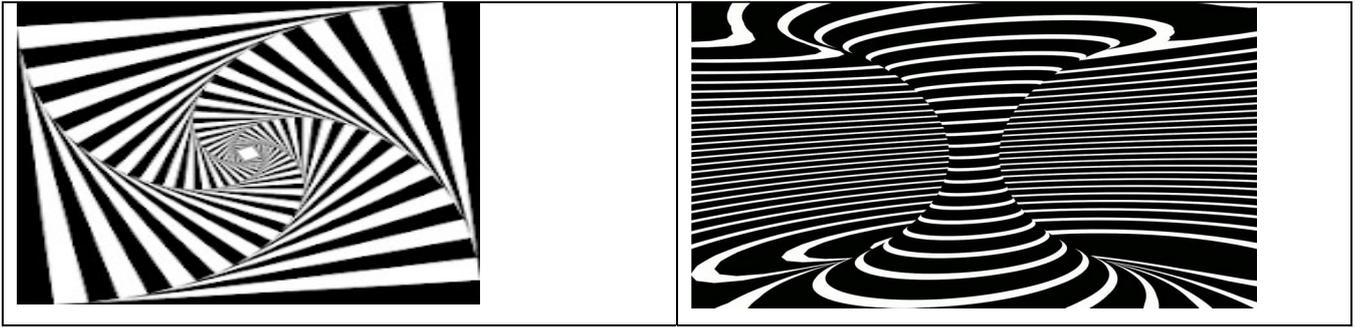
b) Publicidade é arte? Justifique sua resposta.

c) Qual a finalidade da propaganda?

2. A proposta é que você crie em seu caderno, um cartaz de um produto ou evento de sua preferência. Observe os exemplos abaixo para te ajudar na atividade.



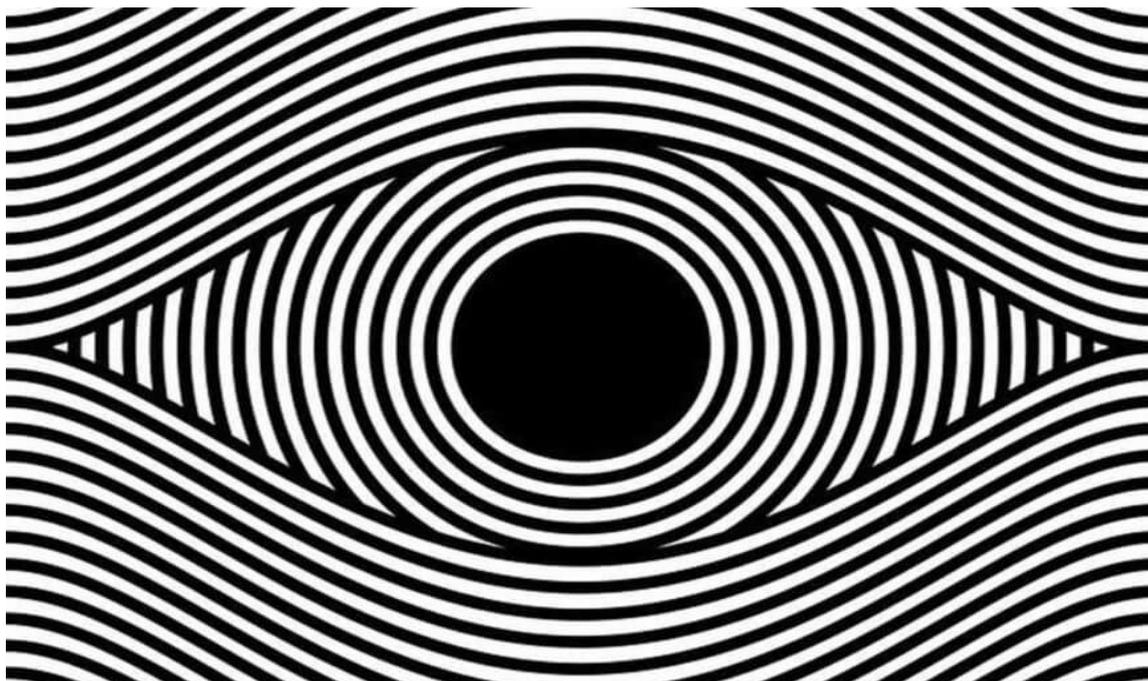
TEXTO 02 – OP ART



Op-art é um movimento artístico que tem por objetivo dar movimento às pinturas, Victor Vasarely foi o pioneiro entre os artistas no aprimoramento dessa arte. A op-art é produzida através da combinação de figuras geométricas especialmente em preto e branco, essas combinações dão ao espectador a impressão de que a imagem na tela está em movimento. Quando o observador troca de posição, a peça em op-art dá a ele a impressão de que a obra sofre transformações. Essa arte encontra-se em constante transformação. Foi por volta da década de 60 que surgiram pesquisas relacionadas a essas em sações ópticas nas telas. A primeira exposição de op-art foi realizada em 1965 e recebeu o nome de The Responsive Eye. Os principais artistas da op-art são: Alexander Calder e Victor Vasarely.

ATIVIDADE 01 – OP ART

1. Em seu caderno de desenho, reproduza a imagem abaixo.



TEXTO 03 – O CORPO QUE DANÇA NAS TELAS



1. Print do Videodança do Artista Ralfer Campagna - Tô hOMEPUNK! (Campo Grande/MS)

Você já deve ter assistido a filmes e videoclipes com cenas de dança. Se não assistiu, aproveite para fazê-lo logo. Existem vídeos que são feitos apenas com uma câmera, com a função de registrar a ação da dança. Todavia, em geral o que observamos não é apenas o registro das pessoas dançando. Há formas de pensar, como as linguagens da dança e do audiovisual, que podem se unir para criar uma obra única. Assim é a videodança, linguagem híbrida que somente existe se houver uma conjugação, uma parceria legítima com o audiovisual. A criação coreográfica se une à criação do roteiro de gravação, à escolha de enquadramentos, a ângulos, planos, cores, locações (lugares em que o vídeo será gravado), sons, trilha sonora e outros elementos da linguagem audiovisual.

Link do vídeodança do Ralfer Campagna: <https://www.youtube.com/watch?v=1AVrdMsNA5Q>

ATIVIDADE 01

1) Você já assistiu a uma videodança? Qual(is)?

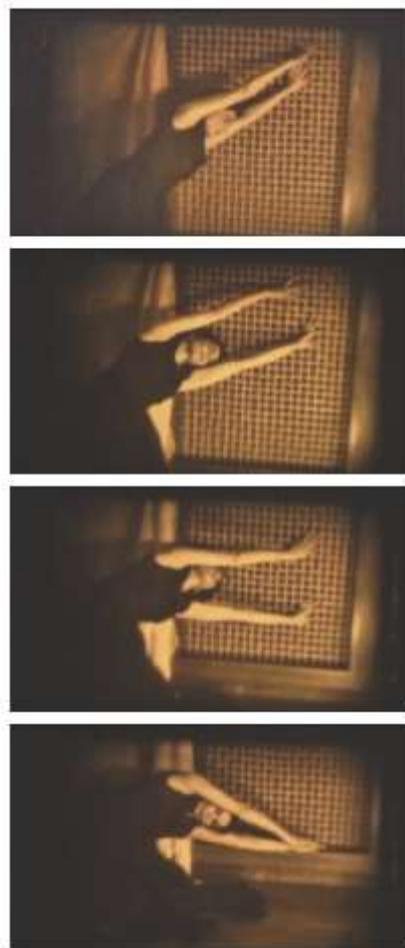
2) Qual é a principal característica dessa arte integrada, a videodança?

3) Basta registrar em vídeo uma coreografia para se ter uma videodança?

TEXTO 04 - QUANDO O VÍDEO ENCONTROU A DANÇA

Observe as imagens ao lado.

Já estudamos o impacto que a invenção do cinema causou no mundo da arte. Quanto mais acessível se tornava a linguagem audiovisual, mais os artistas faziam uso dela. É importante lembrar que nem sempre foi tão fácil captar imagens em movimento, editá-las e exibi-las. Maria Duschenes (1922-2014) explorou a videodança antes mesmo que ela se estabelecesse como linguagem. Foi aluna de Rudolf Laban (1879-1958) e de outras importantes figuras da dança, como Martha Graham (1894-1991). Professora, coreógrafa e dançarina húngara, Maria Ranschburg chegou ao Brasil em 1940 e se casou dois anos depois com o arquiteto e professor alemão Herbert Duschenes (1914-2003), chegado ao Brasil no mesmo ano que ela. Herbert criou fotografias e filmes de Maria, formando um importante acervo e legado das experiências da união de vídeo e dança. Grandes foram as contribuições de Maria para a dança e a educação em nosso país.



DIREÇÃO: HERBERT DUSCHENES. ARQUIVO FAMILIAR DUSCHENES

2. *Fotogramas de Hands, filme gravado na década de 1940 por Herbert Duschenes, com foco*

Embora o termo videodança só tenha aparecido na década de 2000, esse foi um dos primeiros ensaios brasileiros com a proposta de dançar para uma câmera, e não para a plateia de um teatro.

Maria Duschenes (1922-2014) foi uma importante bailarina, coreógrafa e educadora húngara, radicada no Brasil a partir de 1940. Desenvolveu trabalhos significativos na dança, criando um método próprio de ensino. Ela foi uma das primeiras bailarinas a trazer para o Brasil a Teoria do Movimento de Rudolf Laban (1879-1958), importante bailarino, coreógrafo e pesquisador da dança, nascido na antiga Áustria-Hungria. Ele defendia que podemos potencializar os movimentos e gestos cotidianos para torná-los expressivos por meio da dança.

ATIVIDADE 1

- 1) Quem é Maria Duschenes e qual a sua importância na dança?

2) O que Rudolf Laban defendia como potencialidade de movimento?

3) Qual o nome do filme que Hebert gravou com a Maria??

4) Em que ano o termo videodança apareceu? E quando no Brasil ela foi produzida?

TEXTO 05 – ARTE CONCRETA NO BRASIL



No ano 1930, o artista holandês Van Doesburg utilizou, pela primeira vez, a expressão: “Arte Concreta” para designar uma modalidade que, mesmo sem implicar uma arte figurativa, se opunha ao Abstracionismo. A arte concreta é definida pela busca de produzir obras com elementos próprios da linguagem autônoma, na pintura, por exemplo, deve ser construída sem a associação de figuras, natureza ou emoção e, portanto, consistir a princípio planos e cores. Na Arte concreta os artistas buscavam a criação de uma identidade própria da arte que fosse utilizada mundialmente, os elementos formais (linha, ponto e cor) são os que representam estas obras.

No Brasil, os artistas brasileiros concretistas que se destacaram foram:

- Ivan Serpa;
- Ferreira Gullar;
- Lygia Clark;
- Lygia Pape;
- Franz Weissmann;
- Décio Vieira

ATIVIDADE 01 – ARTE CONCRETA NO BRASIL

01. Vamos testar seus conhecimentos sobre Arte Concreta, responda as questões:

a) Faça uma definição sobre Arte Concreta.

b) Qual o nome do artista que utilizou pela primeira vez a expressão “Arte Concreta”

c) Quais os elementos formais utilizados pelos artistas na arte concreta?

d) Cite três dos principais artistas brasileiros concretistas.

ATIVIDADE 02 – ARTE CONCRETA NO BRASIL

01. Marque a alternativa correta:

a) Qual a nacionalidade do artista Van Doesburg?

() Inglês

() Frances

() Holandês

() Russo

b) Nome de artista concretista brasileiro famoso

() Van Doesburg

() Ivan Serpa

() Leonardo di Caprio

ATIVIDADE 03 – ARTE CONCRETA NO BRASIL

01. Agora você é o artista: Crie em seu caderno de desenho sua Obra de Arte Concreta utilizando linhas, cores, pontos e formas geométricas:

EDUCAÇÃO FÍSICA

ATIVIDADE 1

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

COMECE HOJE



ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Alimentar é dar ao organismo os nutrientes necessários à sua manutenção. Os nutrientes são encontrados nos alimentos, que podem ser tanto de origem vegetal como animal. Os alimentos são partidos em pequenas porções pelos processos de digestão e absorção, que começa na boca, através da mastigação, e termina nos intestinos, onde os nutrientes são absorvidos, para serem usados nas células, tecidos, músculos, órgãos, enfim por todo organismo.

Nenhum alimento conterà todos os nutrientes necessários à manutenção da vida e um mesmo tipo de alimento pode oferecer ao organismo nutrientes em excesso, que podem causar várias doenças. O ideal então é equilibrar a alimentação. A Pirâmide Alimentar foi criada para ajudar e a entender como equilibrar esses alimentos diariamente. Os alimentos são agrupados de acordo com as suas funções e seus nutrientes.

De acordo com a Universidade de Brasília - Departamento de Nutrição, a pirâmide alimentar é dividida em 8 grupos. Nenhum grupo pode ser utilizado com a única fonte dos nutrientes, mesmo porque, nenhum grupo contém todos os nutrientes.



A pirâmide funciona da seguinte maneira: A base larga indica os alimentos mais necessários e que devem ser mais consumidos, a medida que vai encurtando, vai diminuindo a necessidade de consumir esses tipos de alimentos, chegando até a ponta da pirâmide que indica alimentos que devem ser ingeridos em poucas quantidades. É bom lembrar que todos os alimentos contidos em todos os grupos são importantes, o que muda é a quantidade a ser ingerida. A quantidade é especificada através das porções para cada grupo.

Alimentos como açúcar, as gorduras e o sal podem ser encontrados em vários grupos, por já estarem presentes naturalmente nos alimentos. A ingestão particular desses alimentos, como por exemplo: o sal de cozinha e o açúcar de mesa, devem ser alvos de atenção. Uma vez que o seu excesso pode acarretar vários comprometimentos a saúde. O mesmo vale para as gorduras, principalmente a gordura animal, que é rica em colesterol.

A água não faz parte da pirâmide alimentar tradicional, porém alguns nutricionistas defendem que a água é a base da pirâmide, por ser essencial a vida e presente na maioria dos seres vivos. No ser humano, representa até 70% do corpo. A água serve para hidratar o organismo, ajuda a dissolver os alimentos e transportar os nutrientes. Um adulto deve beber de 1 a 3 litros de água por dia.

EXERCÍCIOS

- 01 – Qual o significado da palavra alimentar?
- 02 – Podemos nos alimentar com apenas um tipo de alimento? Por quê?
- 03- Os nutrientes são encontrados aonde?
- 04- Qual a origem dos nutrientes?
- 05- A onde começa a digestão?
- 06- Onde termina a digestão e ocorre a absorção dos nutrientes?
- 07- Segundo o texto, onde os nutrientes são utilizados?

- 08- Algum grupo da pirâmide alimentar pode ser utilizado como única fonte de nutrientes?
 09- Segundo o texto, que alimentos devem ser alvos de atenção e porquê?
 10- Qual a base da pirâmide alimentar?
 11- Qual a função da água no corpo humano?
 12- Quanto se deve beber de água diariamente?

ATIVIDADE 2

Os grupos

Água e líquidos: Pelo menos 2 litros (6 a 8 copos).

Grupo 1:

Na base da pirâmide, estão os alimentos Energéticos ricos em carboidratos, que são responsáveis pelo fornecimento da maior parte das energias de que precisamos. São os Cereais e seus derivados, como: pães, macarrões, massas em geral, raízes e tubérculos; São indicadas 8 porções.



Grupo 2:

No segundo degrau da pirâmide estão os alimentos reguladores, ricos em vitaminas, sais minerais, fibras e água. São as Hortaliças, as verduras. São indicadas 3 porções.

Grupo 3:

As Frutas e os sucos de frutas naturais, também são alimentos reguladores, ricos em vitaminas, sais minerais, fibras e água. São indicadas 3 porções.

Grupo 4:

No terceiro degrau estão os alimentos construtores, ricos em proteínas e cálcio, ferro e zinco. Esse grupo também possui açúcar e gorduras. Proteína, cálcio, ferro, e zinco. São eles: o leite, os derivados de leite, queijos, bebidas lácteas etc., São indicadas 3 porções.

Grupo 5:

Alimentos construtores ricos em proteínas e cálcio, também possuem gorduras e colesterol, além de ferro e zinco. São as Carnes em geral e ovos; São indicadas 2 porções.

Grupo 6:

Esse grupo encerra o grupo dos alimentos construtores, que são ricos em proteínas e fibras, além de cálcio, ferro, zinco e vitaminas. A vantagem desse grupo é que possuem alimentos que oferecem calorias, através do colesterol bom (HDL), sem prejudicar a saúde. Além de proteínas específicas,

como a Isoflavona que é encontrada na Soja e que ajuda a combater várias doenças. São as leguminosas: Feijão, soja, ervilha, etc. São indicadas 1 porção.

Grupo 7:

Óleos e gorduras; 120 kcal; No último degrau da pirâmide estão os alimentos energéticos extras, ricos em calorias e colesterol. São importantes. As gorduras e o colesterol transportam as vitaminas A, D, E, K. Mas devem ser consumidas em pequenas quantidades. São os óleos e a gorduras. São indicadas 2 porções.

Grupo 8:

Açúcares, balas, chocolates, salgadinhos; 80 kcal; São alimentos energéticos extras também, de onde provêm muitas calorias e poucos nutrientes. Devem ser consumidos com moderação. São eles: Açúcares, balas, chocolates, salgadinhos. São indicadas 2 porções.

EXERCÍCIOS

- 01 – Quantos copos de agua deve-se beber todos os dias?
- 02 – Que tipo de alimentos temos na base da pirâmide alimentar?
- 03- Qual a função dos alimentos da base da pirâmide alimentar??
- 04- Qual a origem dos nutrientes?
- 05- Quais são os alimentos do grupo 1 e qual a sua função?
- 06- Quais são os alimentos do grupo 2 e qual a sua função?
- 07- Quais são os alimentos do grupo 3 e qual a sua função?
- 08- Quais são os alimentos do grupo 4 e qual a sua função?
- 09- Quais são os alimentos do grupo 5 e qual a sua função?
- 10- Quais são os alimentos do grupo 6 e qual a sua função?
- 11- Quais são os alimentos do grupo 7 e qual a sua função?
- 12- Quais são os alimentos do grupo 8 e qual a sua função?

ATIVIDADE 3

As funções dos nutrientes para a atividade física



Função do carboidrato junto à atividade física:

- 1. Fonte de energia: os carboidratos são armazenados no nosso organismo no fígado e no músculo, na forma de glicogênio hepático e muscular, respectivamente; que será utilizado para formação de

energia (glicose) para ativar a contração muscular. Por isso é importante ingerir quantidades adequadas de carboidratos para manter as reservas de glicogênio corporal.

2. Anticatólico: em condições normais, a proteína desempenha um papel vital de manutenção, no reparo e no crescimento dos tecidos corporais, e num grau bem menor, como uma fonte alimentar de energia. Quando as reservas de carboidrato estão reduzidas, existem vias metabólicas para síntese de glicose a partir da proteína. Com isso há uma redução nas reservas corporais de proteínas, especialmente proteína muscular. E em condições extremas, isso pode causar uma redução significativa de massa muscular (catabolismo), portanto, a ingestão e a utilização adequadas de carboidratos ajudam a manter a proteína tecidual.

3. Ativadores da “queima de gorduras”: os carboidratos facilitam o metabolismo das gorduras. No metabolismo deficiente de carboidratos, devido à diminuição do glicogênio em virtude de uma dieta inadequada ou de exercícios prolongados, o corpo começa a mobilizar mais gorduras do que consegue utilizar.

Função da proteína junto à atividade física:

1. Atuam como componente estrutural dos tecidos corporais (especialmente músculos, cartilagem e ossos), enzimas, hormônios, componentes do sistema imune entre outras. Proteínas são fontes de aminoácidos e nitrogênio, necessárias para a síntese de proteínas corporais.
2. As melhores fontes de proteínas são encontradas em alimentos de origem animal (carnes, leite e seus derivados e ovos).

Função das gorduras junto à atividade física:

1. Devem ser consumidas em quantidades moderadas, principalmente por atletas, mas não devem ser consideradas como uma vilã para quem pratica atividade física, pois elas desempenham funções importantes no organismo, constituindo a maior reserva corporal de energia.
2. Funcionam também protegendo órgãos vitais e a gordura corporal localizada logo abaixo da pele funciona como isolante térmico.
3. Além disso a gordura dietética funciona como carregador e meio de transporte das vitaminas lipossolúveis (A, D, E e K), logo a sua eliminação ou redução significativa da dieta pode resultar numa menor concentração dessas vitaminas.

Função das vitaminas junto à atividade física:

1. São microelementos que atuam como catalisadores metabólicos regulando as reações bioquímicas dentro do organismo e auxiliando nas funções dos carboidratos, proteínas e gorduras.

Função dos minerais junto à atividade física:

1. Fazem parte de todas as células e desempenham funções estruturais, funcionais e reguladoras.
2. Alguns minerais (sódio e potássio) são excretados através do suor, portanto, após exercícios físicos, principalmente em ambientes quentes, o atleta pode perder quantidades razoáveis desses minerais comprometendo a sua performance. Por isso é recomendado que atletas consumam bebidas isotônicas, que apresentam quantidades adequadas desses minerais, visando repor tais perdas. Além disso, a presença de minerais nessas bebidas auxilia na reposição da água perdida durante o exercício, minimizando o risco de desidratação.

EXERCÍCIOS

01 – Segundo o texto, fale sobre a função dos carboidratos na atividade física como fonte de energia.

02 – Qual a função das proteínas, gorduras, vitaminas e minerais, junto a atividade física?

ATIVIDADE 4

Alimentação e exercício físico: O que comer antes, durante e depois dos treinos?

O interesse do brasileiro por praticar esportes cresce a cada dia. Contudo, apesar de sermos um país com bastante vocação esportiva, os descuidos e a falta de informação com aspectos importante que giram em torno dessas atividades podem comprometer na saúde como um todo. A alimentação, por exemplo, é uma dessas vertentes essenciais para quem faz exercícios regularmente. Saber o que comer antes, durante e depois dos treinamentos interfere diretamente em nossa qualidade de vida, bem-estar e, claro, no desempenho físico.

Antes de saber o que comer, é preciso saber o que vamos praticar, pois o conceito de atividade física é diferente ao usado para exercício físico e isso interfere totalmente nas demandas alimentares. Enquanto a atividade física é caracterizada por qualquer movimento corporal não programado que gera gasto de energia, como passear com o cachorro na rua ou lavar o carro, por exemplo, os exercícios (nadar, correr, etc) visam melhorar a resistência física e as habilidades motoras.

Sempre é necessário ter em mente o cuidado com uma boa alimentação em dois momentos: antes e depois do exercício. No entanto, uma alimentação saudável também é essencial nos demais períodos do dia, por meio do fracionamento das refeições, do consumo adequado de frutas, verduras e legumes e da baixa ingestão de alimentos ricos em gordura e açúcar. O interesse por estas mudanças no estilo de vida requer atenção: alterações nos hábitos alimentares e o início de uma atividade física programada devem ser acompanhados de perto por profissionais.

Antes, durante e depois: Veja o que comer quando for praticar exercício físico

Antes do treino – A ausência de carboidrato em paralelo com a atividade física pode desencadear perda de massa muscular, fadiga precoce, queda de rendimento e performance. Portanto, uma a duas horas antes do treino, consuma alimentos ricos em carboidratos, como arroz, tubérculos (batata, mandioca, mandioquinha, cará, inhame), massas, aveia, granola, farofas e farinhas em geral, pães, bolachas e torradas. Quando possível, é preferível que esses alimentos sejam consumidos nas versões integrais (pão, arroz e cereais integrais), já que estes são capazes de fornecer energia por um período de tempo maior", enfatiza a nutricionista. Boas opções: Banana com aveia, sanduíche de pão integral com geleia ou uma tigela de cereal integral com uma fruta picada.

Durante o treino – Para treinos com duração menor que uma hora, são recomendados 200 ml de água, a cada 20 minutos de exercício. Se o exercício exceder uma hora, é recomendada a ingestão de 50 ml a 100 ml de água, a cada 20 minutos, e acrescentar de 30 g a 60 g de carboidrato para repor o glicogênio muscular, para melhorar o desempenho e retardar a fadiga.

Após o treino – Logo após a atividade física, é importante que a energia gasta durante o exercício seja reposta. Sendo assim, nesse momento também devem estar presentes os alimentos fonte de carboidratos, neste caso, nas versões não integrais (pão branco, arroz branco, frutas, mel etc.), que nos fornecem energia mais rapidamente. "Além disso, devemos também ingerir alimentos fonte de proteínas, como leite e iogurte desnatados e queijos magros, pois este nutriente é responsável pela recuperação e regeneração muscular", reitera a nutricionista. Boas opções: Vitamina de banana com leite desnatado, iogurte com fruta ou coalhada com mel, suco de frutas e pão com queijo branco, arroz e feijão com filé de frango grelhado, macarrão ao sugo e almôndega de carne.

EXERCÍCIOS

01 – Como é caracterizada a atividade física?

02 – O que visam os exercícios físicos?

03 – O que a ausência de carboidratos antes da atividade física pode desencadear?

04 – O que se deve comer antes do treino?

05 – Quais as recomendações do que se deve ingerir durante o treino?

05 – Quais as recomendações do que se deve ingerir após o treino?

LÍNGUA INGLESA

FUTURO COM WILL

Geralmente, usamos o “will” para indicar uma ideia de futuro que pode expressar incerteza ou ser decidida no momento da fala.

Affirmative form: A formação de frases de futuro com will na forma afirmativa segue a seguinte estrutura: Sujeito + will + verbo principal no infinitivo sem o to + complemento

Exemplos:

- They will buy a new house. (Eles comprarão uma casa nova.)
- We will go out tonight. (Nós sairemos hoje à noite.)

A forma afirmativa também pode ser utilizada na forma contraída após pronomes pessoais. Para isso, basta usar 'll no lugar de will.

Exemplos:

- I will visit my cousin tomorrow. = I'll visit my cousin tomorrow. (Visitarei minha prima amanhã.)
- They will arrive at night. = They'll arrive at night. (Eles chegarão de noite.)

Negative form: A formação de frases de futuro com will na forma negativa segue a seguinte estrutura: Sujeito + will + not + verbo principal no infinitivo sem o to + complemento

Exemplos:

- They will not buy a new house. (Eles não comprarão uma casa nova.)
- We will not go out tonight. (Nós não sairemos hoje à noite.)

1. Fill in the spaces with the correct form of the verb in parentheses in SIMPLE FUTURE: (Preencha os espaços com a forma correta do verbo entre parênteses no SIMPLE FUTURE)

- I guess I (ride) _____ the bus to save gas.
- The cookies are all good. (buy) _____ you _____ some, please?
- Listen, team: we (win) _____ the trophy this year!
- Everyone is hungry! I (get) _____ some doughnuts for breakfast.
- If we take a trip, we (put) _____ Barkley in a kennel.

2. Qual é a forma interrogativa da frase “The computers will decide our future”:

- () The computers will decide our future?
- () The computers won't decide our future?
- () The will computers dice our future?
- () Will the computers decide our future?

Read **the** following text:

TEXT 1: Princess Catherine to become housewife

Princess Catherine will become a housewife to new husband Prince William.

A source said: "The couple will do things as a pair after their marriage and for the foreseeable future.

Catherine will not be conducting any solo engagements. The number of engagements she does with William will remain pretty level.

"Prince William has a full-time job he has to work round and that is his priority. He is committed to it for at least another two years so nothing much will change in the immediate future, apart from the fact that he and Catherine will take part in the queen's Diamond Jubilee celebrations next year."

However, she is expected to eventually undertake her own royal duties and support charities separately from the duke.

The source added to Britain's Daily Mail: "She will, in time, become associated with her own charities but this won't happen immediately as she wants to explore the fields that interest her first."

Vocabulary:

- housewife: esposa; - to become: deverá se tornar; - foreseeable future: futuro próximo, que se pode planejar; full-time job: emprego em tempo integral; - Conduct: ter, participar, cuidar; - Engagements: compromissos; - Undertake: dedicar-se; - Fields: setores, atividades; become: tornar-se.

3. Retire do texto acima duas frases no SIMPLE FUTURE:

4. Marque a alternativa cuja frase não esteja no Simple Future.

- a) They didn't watch TV.
- b) She will watch TV tonight.
- c) We will travel next week.
- d) I will study for the test.

5. Qual é a alternativa que completa corretamente a frase "I _____ free time tomorrow" no Simple Future?

- a) will to have.
- b) have will.
- c) will have.
- d) have.

6. Complete a frase "The stores _____ early this afternoon" com o verbo no Simple Future e depois marque a alternativa correta.

- a) will closing.
- b) will closes.
- c) will closed.
- d) will close.

7. Qual é a forma negativa da frase "Paul will paint the house"?

- a) Paul not will paint the house.
- b) Paul won't paint the house.
- c) Paul not will painted the house.
- d) Paul won't painted the house.

8. Marque a alternativa que completa corretamente a frase “Solar energy _____ an alternative in the future” no Simple Future.

- a) will to be.
- b) will be.
- c) will is.
- d) will are.

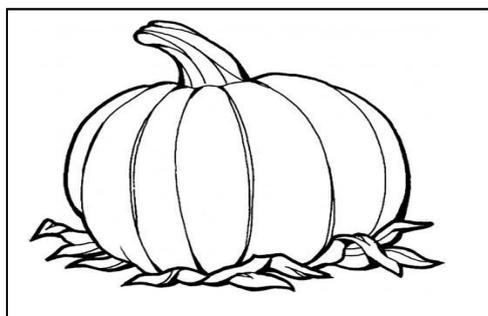
9. Qual é a forma interrogativa da frase “The computers will decide our future”?

- a) The computers will decide our future?
- b) The computers won't decide our future?
- c) The will computers decide our future?
- d) Will the computers decide our future?

10. Qual alternativa corresponde à transformação da frase “They don't have the usual signs” para o Simple Future?

- a) They won't have the usual signs.
- b) They will have the usual signs.
- c) They have the usual signs.
- d) They having the usual signs.

Leia o texto baixo e responda as questões 11 a 13.



The Pumpkin Patch

Zack went on a trip with his class. He got on a yellow bus. It took them to the pumpkin patch. When he got off the bus, he got to pick out a pumpkin. He looked and looked. He picked one but it was too big. He had to pick a little one. He got back on the bus and went back to his class. He wished he had a big pumpkin.

11. What happened first? (O que aconteceu primeiro?)

- a) () He went to the pumpkin patch.
- b) () He got on the bus.
- c) () He picked a pumpkin.

12. Zack had a _____ pumpkin on the bus.

- a) () big
- b) () little

13. Was Zack happy with his pumpkin?

- a) () Yes.
- b) () No.

SIMPLE PAST TENSE:

O passado simples é usado para expresser ações acabadas em um tempo definido. É geralmente empregado com advérbios de tempo: yesterday, ago, last... (ontem, atrás, passado....)

Infinitive		Simple past	
to speak		spoke	
Negative		Interrogative	
I	did not speak.	Did	I speak?
You	did not speak.	Did	you speak?
He	} did not speak.	Did {	he
She			she
It			it
We			we
You	did not speak.	Did	you speak?
They	did not speak.	Did	they speak?

- Na negativa e na interrogativa do *Simple Past*, usamos o auxiliar **did** para todas as pessoas. O verbo principal fica no infinitivo sem **to**.
- Na forma interrogativa o auxiliar **did** antecede o sujeito.
- Contração: **did + not = didn't** → **I didn't speak.**

14. Change to negative form.

Example: I listened to gospel music. I did not listen to gospel music.

- a) You paid attention to her words. _____
- b) The students organized the book in the library last week. _____
- c) Debbie lied about her intentions. _____
- d) Jane wore too much lipstick in her party. _____
- e) We tried to understand you. _____

15. Change to interrogative form.

Example: Tom returned home yesterday. Did Tom return home yesterday?

- a) The students understood the lessons. _____
- b) He read a book about computers. _____
- c) His creative ideas became a hit. _____
- d) That man changed the school rules. _____
- e) Becky expressed her feelings to Paul. _____

Leia o texto abaixo e faça os exercícios de 16 a 18.

Brazil has produced a number of well-known personalities that have made their mark on the modern world. These ones come from many different areas, including sports, film, science, literature and politics. Just some of the best known Brazilian personalities include: Fernando Meirelles.

Meirelles is a film director that has been nominated for an Academy Award, based on the Brazilian production of 2002, *City of God*. He was also nominated for a Golden Globe for *The Constant Gardener* in 2005. He was born in 1955 in São Paulo, Brazil. His film, *Blindness*, was the opener for the 2008 Cannes Film Festival, an esteemed privilege. Miguel Nicolelis While his name may not be known to the layman, Nicolelis is certainly one of the science world's most respected figures.

In fact, this neuroscientist was named one of *Scientific American's* best scientists in 2004. He was born in São Paulo in 1961 and is best known for his use of monkeys in a project that ultimately enabled them to detect the motor intent of the monkey and control different movements of a robotic arm accordingly. (Vocabulary: well known: bem conhecido; esteemed: estimado; known: conhecido; best: melhor; enabled: capacitado; made: fez).

16. Complete as frases com *Fernando Meirelles* ou *Miguel Nicolelis*.

- a) _____ was born in 1961.
- b) _____ was born in 1955.
- c) _____ is a neuroscientist.
- d) _____ is a film director.
- e) _____ is best known for his project in reading monkey thought.
- f) _____ is best known for the direction of the movie *City of God*.

17. Where were Fernando Meirelles and Miguel Nicolelis born?

18. Which movie directed by Fernando Meirelles was the opener for the 2008 Cannes Film Festival?

- () *The Constant Gardener*. () *Blindness*. () *City of God*.

19. What title/status was Miguel Nicolelis given in 2004?
