

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO MATEMÁTICA - DATA: 02/02/2021



Leia o texto a seguir:

Amigos lançam "Quarentena solidária" para arrecadar produtos e alimentos

Em tempos de Coronavírus, a solidariedade tem desempenhado um papel essencial para o combate à disseminação do vírus. Com os estabelecimentos comerciais fechados, os grupos mais vulneráveis da população podem ter dificuldades em manter produtos básicos para a sobrevivência, como alimentação e higiene pessoal.

O grupo criou campanha para arrecadar dinheiro pela internet e esperam arrecadar 7 500 reais para comprar cestas básicas, que incluem um kit de higiene.

O grupo ainda não definiu quais serão as comunidades atendidas pelo projeto.

Fonte: Correio do Estado



AGORA É COM VOCÊ! RESPONDA ÀS QUESTÕES EM SEU CADERNO.

a) Se cada cesta básica formada pelo grupo custar 100 reais, quantas cestas eles conseguirão montar para doação?

b) Consulte o preço dos alimentos que fazem parte de uma cesta básica. Os preços podem ser consultados no cupom fiscal que recebemos quando fazemos nossas compras. Se achar necessário peça ajuda a um adulto. Complete a tabela com o valor de cada produto.

Produto	Preço em reais
Feijão	
Arroz	
Açúcar	
Flocos de milho (fubá)	
Óleo de soja	
Café	
Manteiga	
Ovos	
Pão	
Creme dental	
Sabonete	
Papel higiênico	

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO
MATEMÁTICA - DATA: 02/02/2021



c) Qual é o valor total pago pelos itens descritos na tabela acima?

d) Se você tiver 100 reais, conseguirá comprar estes itens? Registre em seu como chegou a esta conclusão.

e) Você acha que estes itens são suficientes para a alimentação saudável de uma família? Registre sua opinião.

f) Quais alimentos você considera importantes para uma alimentação saudável e não fazem parte da cesta básica proposta na tabela?

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

ESTUDOS INTEGRADOS - DATA: 03/02/2021

Tema: Alimentação equilibrada

1- Faça leitura do texto com bastante atenção:

Alimentação: um prato cheio de saúde

Uma boa alimentação é feita de alimentos frescos, não estragados e de diversos tipos. Para ter boa saúde as pessoas necessitam entre outras coisas de uma alimentação nutritiva (cheia de vitaminas) e variada. Quanto mais coloridas forem as suas refeições mais você irá crescer com energia e tornar-se resistente à doenças.

Muitas pessoas gostam de comer apenas doces, sanduíches, hambúrgueres, e beber muito refrigerante. Tudo isso pode matar a fome, porém não é uma alimentação nutritiva, por isso evite alimentos industrializados e procure sempre consumir alimentos naturais, ou seja, de origem vegetal (verduras, frutas e legumes) e animal (carnes, ovos, leite).

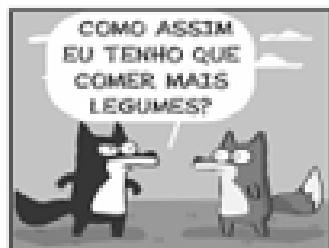
Fonte: De olho no futuro. Ciências 1. Marínez Meneghellos; São Paulo, Quinteto Editorial, 1996.

2- Com base no texto que você leu o que seria "um prato cheio de saúde" e uma "alimentação colorida"?

3- Observe a tirinha com atenção:

SIGMUND e FREUD

YORHÂN ARAÚJO



- Você concorda que batata frita faz parte de uma alimentação saudável? Justifique sua resposta.

PIRÂMIDE ALIMENTAR

A pirâmide alimentar é uma representação gráfica que funciona como um instrumento para garantir a saúde da população, uma vez que orienta a respeito de uma alimentação saudável.

O papel principal da pirâmide alimentar é mostrar quais alimentos devem fazer parte da

alimentação e quais são as quantidades adequadas de cada alimento. Na pirâmide alimentar, é possível observar oito grupos alimentares:

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

ESTUDOS INTEGRADOS - DATA: 03/02/2021

1. Arroz, pão, massa, batata, mandioca: 6 porções – 900 kcal
2. Legumes e verduras: 3 porções – 45 kcal
3. Frutas: 3 porções – 210 kcal
4. Carnes e ovos: 1 porção – 190 kcal
5. Leite, queijo e iogurte: 3 porções – 360 kcal
6. Feijões: 1 porção – 55 kcal
7. Óleos e gorduras: 1 porção – 73kcal
8. Açúcares e doces: 1 porção – 110 kcal

Os alimentos que devemos consumir em maior quantidade constituem a base da pirâmide e são formados pelos alimentos do grupo 1. Eles são ricos em carboidratos, alimentos que fornecem energia para nosso corpo e, portanto, devem estar em maior quantidade no organismo. Entretanto, é importante frisar que o ideal é priorizar alimentos integrais. Os alimentos incluídos mais no ápice da pirâmide são os pertencentes ao grupo 7 e 8. Se ingeridos em grande quantidade, podem causar ganho de peso e, com isso, riscos de doenças, como as cardiovasculares.



A pirâmide alimentar direciona a população a uma alimentação mais saudável.

De acordo com o que você leu, responda:

1-O que é a pirâmide alimentar e qual sua função para a população?

2-Cite 05 alimentos da base da pirâmide alimentar, ricos em carboidratos.

PROPOSTA DE ATIVIDADE

ARTE - DATA: 04/02/2021



FROTAGEM

OLÁ! ESTAMOS DESENVOLVENDO O PROJETO ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL. VAMOS APROVEITAR ESSE TEMA PARA TAMBÉM APRENDER ARTE.

NÃO É TODA FOLHA QUE DÁ PRA COMER, POIS HÁ FOLHAS QUE PODEM ATÉ SER VENOSAS. MAS TODAS AS FOLHAS PODEM SER UTILIZADAS PARA FAZER ARTE. **FROTAGEM** É UMA TÉCNICA DE DESENHO DE OBJETOS POR MEIO DA UTILIZAÇÃO DO GIZ DE CERA. COLHA ALGUMAS FOLHAS SECAS DE DIFERENTES TAMANHOS E MONTE UMA COMPOSIÇÃO. COLOQUE UMA FOLHA POR CIMA DAS FOLHAS E PASSE O GIZ DE CERA NA HORIZONTAL, MISTURE CORES E DEPOIS ENVIE A FOTO LÁ NO NOSSO GRUPO. FAÇA QUANTAS COMPOSIÇÕES VOCÊ DESEJAR. BOM TRABALHO!



PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

LÍNGUA PORTUGUESA - DATA: 05/02/2021



Leia o texto a seguir para responder às questões que se seguem:

Você vai ler um **texto expositivo**. Ele explica as causas e as consequências de um problema que vem preocupando as autoridades mundiais de saúde.

Os perigos da obesidade

A obesidade é uma doença caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal. Os casos de obesidade infantil têm aumentado assustadoramente nos últimos tempos.

As principais causas da obesidade são:

- Maus hábitos alimentares – comer em exagero frituras e açúcar, e não ter disciplina nas refeições, comendo fora de hora e em grande quantidade.
- Herança familiar – quando há pessoas obesas na família, existem mais chances de a criança ser obesa.
- Sedentarismo – falta de exercícios físicos.

Algumas consequências da obesidade são: hipertensão (pressão alta), doenças do coração e diabetes. Crianças obesas também estão sujeitas a essas doenças, que antes eram comuns somente em adultos.

Fonte: Guia e recursos didáticos, ensino fundamental: Editora Moderna

1. Qual é o título do texto?

2. Qual é o assunto tratado no texto?

3. Quais são as principais causas da obesidade?

4. Quais são as principais consequências da obesidade?

5. Sublinhe no texto as palavras que você não conhece.

a) Dessas, quais dificultaram o seu entendimento?

b) Quais você entendeu a partir a leitura?

c) Quais você teve curiosidade de conhecer?

d) Quais delas você pode começar a usar a partir de agora?

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

LÍNGUA PORTUGUESA - DATA: 05/02/2021

VOCÊ
SABIA?

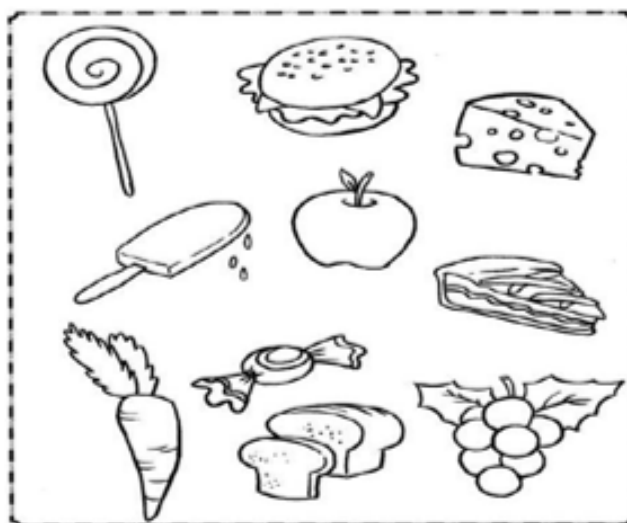


O texto expositivo pode ser organizado de diferentes modos para transmitir a informação.

Um dos modos é apresentar as causas e as consequências do assunto tratado.

- A causa é a origem ou motivo do problema.
- A consequência é o efeito ou resultado da causa.

Observe a imagem abaixo:



Circule de verde os alimentos saudáveis e faça um **X** vermelho nos alimentos que não fazem bem para a saúde quando consumidos em excesso.

6. Escolha três alimentos que você circulou de verde no texto e forme uma frase bem criativa com cada um deles:

Frase 1: _____

Frase 2: _____

Frase 3: _____

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

MATEMÁTICA- DATA: 08/02/2021




Manuela acompanhou sua mãe ao sacolão do bairro onde mora.

1- Complete a tabela abaixo com o valor que Manuela e sua mãe gastaram com as frutas que compraram.

Frutas compradas	Valor por Kg	Quanto pagaram
3 Kg de maçã 	R\$ 2,50	
5 Kg de laranja 	R\$3,50	
6 Kg de banana 	R\$2,50	

A) Quanto Manuela e sua mãe gastaram ao todo nas compras do sacolão? Registre seu raciocínio e sua resposta.

B) A mãe de Manuela pagou as compras com  troco? Registre seu raciocínio e sua resposta.

Quanto recebeu de

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

ESTUDOS INTEGRADOS - DATA: 10/02/2021



Você é o que você come

Está provado em pesquisas que crianças que mantêm um bom hábito alimentar e que controlam seu peso têm maior probabilidade de se tornarem adultos saudáveis e sempre de bem com a balança. A lógica inversa, infelizmente também se confirma: crianças que passam a infância acima de seu peso normal tendem a se transformar em adultos obesos e em constante “briga” com a balança.

Hoje, o Brasil ostenta um título nada agradável: campeão mundial de crianças de até cinco anos com sobrepeso (entre 10% e 15% do ideal). Por isso mesmo, pais e responsáveis por elas têm a missão de orientar e reeducar seus pequenos para evitar uma grande epidemia de obesidade, doença tratada com muita preocupação em todo o mundo. Alimentações regradas, moderadas, cinco vezes ao dia e sempre com hora marcada são uma boa fórmula para começar a botar a casa em ordem e melhorar a saúde da criança.

“O Globo Esportes”, 17 de julho de 2010

a) O assunto principal do texto é

- () alimentos saudáveis.
- () sobrepeso e a obesidade infantil.
- () atividade física.

b) Quais são as consequências da obesidade na infância?

c) Alimentar-se bem é o mesmo que comer muito? Por quê?

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

ESTUDOS INTEGRADOS - DATA: 10/02/2021

Observe a imagem abaixo e converse com seus pais ou responsáveis.



<https://oesteneuwsorg.wordpress.com/2017/06/13/excesso-de-peso-aumenta-em-50-o-risco-de-doenca-do-coracao/>

Que conclusões você e seus pais ou responsáveis chegaram após fazerem essa leitura de imagem e a leitura do texto: “Você é o que você come”?

<https://bellcardozo.blogspot.com/2017/10/exercicio-perimetro.html>

UMA DIETA BALANCEADA PODE PREVENIR DOENÇAS CARDIOVASCULARES E MANTER SEU CORAÇÃO SAUDÁVEL

Manter hábitos alimentares saudáveis é importante para quem quer viver com qualidade. O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) alerta que cerca de 98% da população brasileira não consome a quantidade diária ideal de vitaminas recomendadas.

Uma alimentação adequada pode reduzir os riscos de desenvolvimento de doenças cardiovasculares e controlar fatores de risco para diversas outras doenças. A ingestão de gorduras em excesso, por exemplo, pode causar acúmulo de gordura nas paredes dos vasos sanguíneos, aumentando o risco de acidentes cardiovasculares ou cerebrovasculares.

Um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares é o colesterol “ruim” (LDL). (...) Além de enriquecer a dieta com fibras e consumir mais alimentos saudáveis, é importante reduzir o consumo de gorduras trans e saturadas, açúcares e sais.

Reduzir o consumo desses alimentos é essencial, pois eles aumentam a incidência de: diabetes, hipertensão e obesidade.

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

ESTUDOS INTEGRADOS - DATA: 10/02/2021



Cuidados

Hábitos saudáveis e uma dieta rica em nutrientes e vitaminas trazem muitos benefícios para a saúde... Alguns alimentos relacionados à saúde do coração estão destacados abaixo.

Aveia e farelo de aveia são alimentos ricos em fibras solúveis, que ajudam no controle do colesterol, pois reduzem a absorção e retardam a digestão de gorduras e açúcares, e melhoram a circulação sanguínea. A aveia favorece a saúde vascular, pois ajuda a reduzir a concentração de colesterol, triglicerídios e lipídios totais.

Azeite de oliva extra virgem é fonte de um tipo de gordura monoinsaturada e possui propriedades antioxidantes, que ajudam a controlar a formação de radicais livres.

Hortaliças, legumes e verduras são alimentos ricos em fibras e vitaminas, e possuem baixo teor calórico e de gorduras. A rúcula, a couve e o tomate, por exemplo, são fontes de vitaminas e antioxidantes, e impedem a ação de radicais livres, por isso, previnem o envelhecimento celular.

Ter uma alimentação equilibrada pode ser suficiente para manter a saúde do coração em dia. Procure seu (ua) médico(a), caso tenha dificuldade para incluir na sua rotina alimentos ricos em fibras, vitaminas e proteínas.

Fonte: <https://www.receitadevida.com.br/huicao/uma-dieta-balanceada-pode-prevenir-doencas-cardiovasculares-e-manter-seu-coracao-saudavel/>

Vamos exercitar!

1) Responda.

a) Qual o título desse artigo científico? _____

b) Reduzir o consumo de alimentos gordurosos e ricos em açúcar, ajudam a prevenir quais doenças segundo o artigo? _____

c) Em qual data esse artigo foi publicado?

d) Circule no texto, com lápis vermelho, 3 alimentos listados que são bons para o coração.

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

ARTE - DATA: 11/02/2021

ARTE com FRUTAS, LEGUMES E OUTROS VEGETAIS



Vamos conhecer o artista Giuseppe Arcimboldo:

Ele nasceu em Milão, Itália, em 1527. Suas obras principais incluem a série "As quatro estações", onde usou, pela primeira vez, imagens da natureza tais como frutas, verduras e flores para compor fisionomias humanas. Ele fazia a composição de rostos com elementos da

ESCREVA O NOME DAS FRUTAS, LEGUMES E OUTROS VEGETAIS QUE VOCÊ CONSEGUE PERCEBER NA FIGURA A SEGUIR, QUE RETRATA UMA OBRA DE ARCIMBOLDO.



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

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO
ARTE - DATA: 11/02/2021

2 – FAÇA UM COLORIDO BEM LEGAL NESTE DESENHO QUE RETRATA UMA OBRA DO ARCIMBOLDO.

PINTOR: Giuseppe Arcimboldo
CUADRO: Retrato de Rodolfo II en traje de Vertumno



3- Inspirado no Arcimboldo, crie um desenho representando um rosto humano utilizando somente frutas, legumes, verduras e flores. Poste a foto lá no grupo.

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

LÍNGUA PORTUGUESA - DATA: 12/02/2021



DE OLHOS VENDADOS, CRIANÇAS APROVAM ABOBRINHA, BETERRABA E COMPANHIA EM EXPERIMENTO

BRUNO MOLINERO

O pessoal de casa já tentou de tudo para convencer você de que a turma do espinafre, tomate e chuchu é a melhor companhia para seu prato? E você não engoliu nem de olho fechado?

Bem, foi de olhos vendados que um grupo de crianças provou (e até aprovou!) alimentos que antes eram rejeitados nas refeições.

Quem realizou o experimento foi o programa de nutrição do Projeto Quixote, ligado à Unifesp (Universidade Federal de São Paulo) _leia abaixo os passos da experiência.

Sem enxergar, as crianças colocaram na boca até beterraba recheada com abobrinha. E sem fazer cara feia! A experiência também transformou pão de espinafre com cenoura, suco de couve com maracujá e até torta de abobrinha, cenoura e queijo em um tremendo sucesso.



Imagens do experimento realizado pelo Projeto Quixote

"Primeiro, eu pensei: 'Eca, não como isso, não!'. Mas depois vi que era muito bom", contou Derek Ferreira, 12, durante o experimento. Como a maioria das crianças que participaram, ele também não era grande fã das comidas verdes.

Isso acontece por dois motivos, explica o pediatra Raul Melo, líder do projeto de nutrição do Quixote. Muitas vezes a gente tem medo de experimentar coisas diferentes. Ou então achamos ruim uma vez e nunca mais provamos. "O paladar é um sentido que demora a ser formado. É preciso experimentar várias vezes até que a gente se acostume com o alimento", diz o médico.

Provando no escuro

- 1 - A experiência começou com um monte de comidas diferentes na tela do computador. Tinha de tudo, até beterraba recheada com abobrinha.
- 2 - Depois de conhecer os pratos, os participantes marcaram a "carinha" que indicava seu nível de aprovação ou reprovação.
- 3 - De olhos vendados, chegou a melhor (ou a pior) hora: experimentar essas comidas.

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

LÍNGUA PORTUGUESA - DATA: 12/02/2021



4 - Após mastigar bastante, todos responderam se gostaram ou não indicando novamente a "carinha".

5 - Por incrível que pareça, muitos alimentos que receberam uma "carinha de eca!" na primeira avaliação foram eleitos os mais deliciosos.

Disponível em <<http://www1.folha.uol.com.br/folhinha/840331-de-olhos-vendados-criancas-aprovam-abobrinha-beterraba-e-companhia-em-experimento.shtml>> Acesso em 01/12/2010

1) O texto acima é uma reportagem. Sobre o que ele fala?

2) Quais foram os alimentos provados pelas crianças?

3) Segundo o pediatra Raul Melo, há **dois motivos** pelos quais as crianças não são fãs de comidas verdes. Quais são eles?

4) Esse experimento desenvolvido com as crianças foi feito com um objetivo, ou seja, com um intenção.

Marque com um x qual poderia ser a intenção (objetivo) do Projeto Quixote ao realizar o experimento.

- A) Provar que as crianças não gostam mesmo de comer verduras e legumes.
- B) Mostrar para as crianças que é importante experimentar os alimentos.
- C) Descobrir o que faz as crianças não gostarem de comidas verdes.
- D) Ver se o paladar das crianças que participaram já estava formado.

5) Leia:

Podemos dizer que depois do experimento as crianças aprenderam que devemos provar (e até comer mais vezes) os alimentos que imaginamos serem ruins, porque assim aprenderemos a gostar deles.

Copie do texto duas frases que comprovam a afirmativa acima.

6) Observe o uso das aspas (" ") no texto e marque a explicação correta.

- () As aspas indicam o pensamento das pessoas a quem o texto se refere.
- () As aspas indicam as falas das pessoas que foram entrevistadas na reportagem.

PROPOSTA DE ATIVIDADE- 5º ANO

LÍNGUA PORTUGUESA - DATA: 12/02/2021



7) Leia e complete as frases a seguir que falam sobre esse tipo de texto, **a reportagem**. Use as palavras do quadro abaixo:

repórter/ jornalista – imagens – jornais – entrevistados – assunto – informativo

A reportagem é um texto _____, ou seja, tem o objetivo de informar os leitores sobre um _____.

Esse tipo de texto tem um título (que pode ser uma frase mostrando o assunto) e subtítulos (títulos menores no meio do texto). Costuma apresentar também _____ para melhor entendimento do leitor.

Quem escreve a reportagem é um _____.

Para escrever o texto ele entrevista pessoas.

A fala dos _____ pode ser escrita no texto exatamente como foi dita, usando aspas (“ ”).

A reportagem costuma ser publicada em _____, revistas e na internet.

8) E você, também tem alguns alimentos que não gosta de comer?

Então te proponho um desafio! Provar algo que normalmente você não come! Que tal? Pode ser uma fruta, uma verdura, legume ou outra coisa.

Você terá um prazo de uma semana para cumprir esse desafio e depois escrever aqui como foi a experiencial!

Atenção: No seu texto você poderá falar qual alimento comeu, se já havia provado dele antes ou não, por que você não gosta (ou gostava desse alimento) como foi a experiência de comer novamente, se você mudou de opinião.... Capriche! Coloque um título no seu texto.
