



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



COMPONENTE CURRICULAR: INTEGRADO
ROTEIRO DE ESTUDO

EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS

CICLO I - T1, T2, T3, T4

PERÍODO DE 20/09/2021 a 30/09/2021

OLÁ TURMA!

VAMOS PENSAR E AGIR DE FORMA COLABORATIVA PARA MOBILIZAR A TODOS EM TORNO DE METAS COMUNS, PARA QUE JUNTOS E MESMO COM PEQUENAS ATITUDES, POSSAMOS SER RESPONSÁVEIS POR GRANDES MUDANÇAS SOCIAIS E AMBIENTAIS.



LEMBREM-SE DOS PROTOCOLOS SANITÁRIOS E DOS CUIDADOS NECESSÁRIOS COM A SUA SAÚDE.

ATIVIDADE

OBSERVE O CALENDÁRIO DE AGOSTO E RESPONDA ÀS QUESTÕES:

AGOSTO						
D	S	T	Q	Q	S	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

● 8 - NOVA ● 15 - CRESC.
○ 22 - CHEIA ● 30 - MING.

8- DIARIAMENTE, MARTA PREPARA 10 POTES DE CALDO PARA VENDER. QUANTOS POTES MARTA PREPARA POR SEMANA?

9- IMAGINE QUE MARTA VENDEU TODOS OS POTES QUE PREPAROU NA SEMANA. QUANTO MARTA LUCRARÁ?

10- AGOSTO TERÁ QUANTOS SÁBADOS?

11- UM DIA ESPECIAL PARA AS VENDAS SERÁ O DIA DOS PAIS, COMEMORADO NO SEGUNDO DOMINGO DE AGOSTO. QUAL DIA DO MÊS SERÁ COMEMORADO?

ORIENTAÇÃO

> ATIVIDADE PÁGINA 9

OBSERVANDO O CALENDÁRIO DE AGOSTO, RESPONDA EM SEU CADERNO AS QUESTÕES DE 8 A 11.

★ PRATIQUE UM POUCO MAIS

OBSERVE O CALENDÁRIO ATUAL E VERIFIQUE SE NESTE MÊS HÁ ALGUMA DATA COMEMORATIVA. SE HOVER, ESCREVA EM SEU CADERNO O DIA E QUAL É A COMEMORAÇÃO.

SAIBA MAIS

VOCÊ CONHECE O CALENDÁRIO LUNAR? VOCÊ SABIA QUE ELE É UTILIZADO PELOS PESCADORES COMO RECURSO PARA IDENTIFICAR O MELHOR MOMENTO PARA A PESCA? PESQUISE OUTROS TIPOS DE CALENDÁRIO E SOCIALIZE COM A TURMA AS SUAS DESCOBERTAS.

12- EM SETEMBRO, MARTA FARÁ UMA PROMOÇÃO.⁵

NA COMPRA DE 2 POTES, GANHE 5 REAIS DE DESCONTO.



SE CADA POTE CUSTA R\$ 8,00, QUANTO O CLIENTE PAGARÁ POR DOIS POTES NA PROMOÇÃO?

O MUNDO ESTÁ SE TRANSFORMANDO E O TRABALHO TAMBÉM. COM A TECNOLOGIA, PRECISAMOS NOS ATUALIZAR SEMPRE.

MUITAS PESSOAS TRABALHAM HOJE PELA INTERNET, USANDO DIFERENTES FERRAMENTAS.

> ATIVIDADE PÁGINA 9

LEIA A QUESTÃO NÚMERO 12 E CALCULE O VALOR QUE SERÁ PAGO SE A PESSOA ADQUIRIR DOIS POTES DE CALDO. PRESTE ATENÇÃO NO DESCONTO OFERTADO.

★ PRATIQUE UM POUCO MAIS

E SE VOCÊ ADQUIRIR 4 POTES? DE QUANTO SERÁ O SEU DESCONTO?

SAIBA MAIS

VOCÊ UTILIZA ALGUM APLICATIVO DE DESCONTO? QUAL? EXISTEM VÁRIOS, DE SUPERMERCADOS, FARMÁCIAS, LOJAS

VIRTUAIS, FAST FOOD... DIALOGUE COM SEUS COLEGAS E PROFESSOR E TROQUEM INFORMAÇÕES SOBRE O ASSUNTO.

13- FORME **NOVAS PALAVRAS** USANDO AS LETRAS DA PALAVRA PLATAFORMAS.⁹

P L A T A F O R M A S

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

JOSÉ TEM MEDO DO COMPUTADOR. ELE ACHA MUITO DIFÍCIL USAR ESSE APARELHO. SUA NETA O ENSINOU E HOJE ELES SE FALAM PELA PLATAFORMA SKYPE.



14- ESCREVA DUAS PALAVRAS QUE **COMECEM COM S**:

15- ESCREVA UMA PALAVRA QUE **TERMINE COM S**:

16- EXISTEM OUTRAS PLATAFORMAS QUE TAMBÉM PODEMOS UTILIZAR PARA CONVERSARMOS. MARQUE UM X NAQUELA QUE VOCÊ JÁ USOU:



WhatsApp



Telegram

➤ ATIVIDADE PÁGINA 10

OBSERVE AS LETRAS DA PALAVRA "PLATAFORMAS" E DESCUBRA NOVAS PALAVRAS DENTRO DELA E ESCREVA NOS QUADROS. POR EXEMPLO: PLATAFORMAS.

★ PRATIQUE UM POUCO MAIS

UTILIZANDO A ESTUDIOTECA, CRIAREMOS UMA CONTA DE ACESSO PARA O APLICATIVO SKYPE, PARA VERMOS COMO ELE FUNCIONA EM UMA VÍDEO CHAMADA.

3 SAÚDE DE QUALIDADE



GARANTIR O ACESSO À SAÚDE DE QUALIDADE E PROMOVER O BEM-ESTAR PARA TODOS, EM TODAS AS IDADES

SAÚDE E BEM-ESTAR

SAÚDE É UM ESTADO DE COMPLETO BEM-ESTAR FÍSICO, MENTAL E SOCIAL, E NÃO APENAS AUSÊNCIA DE DOENÇAS. ATÉ 2030, MUITAS METAS DEVERÃO SER ALCANÇADAS PARA QUE POSSAMOS ASSEGURAR UMA VIDA SAUDÁVEL E PROMOVER O BEM-ESTAR PARA TODOS, EM TODAS AS IDADES. ESTE É UM DOS

➤ ATIVIDADE PÁGINA 10

QUANDO PENSAMOS EM "SAÚDE" IMAGINAMOS QUE É SOMENTE NÃO ESTAR DOENTE, MAS SAÚDE TAMBÉM ENVOLVE O BEM-ESTAR FÍSICO, MENTAL E SOCIAL. SAIBA UM POUCO MAIS LENDO O TEXTO.

OBJETIVOS DO DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL (ODS)

CITAMOS ABAIXO ALGUMAS DAS METAS QUE DEVERÃO SER REDUZIDAS ATÉ 2030:

- MORTALIDADE MATERNA;
- MORTALIDADE INFANTIL;
- CASOS DE AIDS E DOENÇAS TRANSMISSÍVEIS (DENGUE, CHIKUNGUNYA, TUBERCULOSE, ETC.);
- DOENÇAS NÃO TRANSMISSÍVEIS (CARDIOVASCULARES, DIABETES, RESPIRATÓRIAS, ETC.);
- CONSUMO ABUSIVO DE BEBIDAS ALCOÓLICAS E TABACO;
- MORTES POR CONTAMINAÇÃO E POLUIÇÃO DO AR, DA ÁGUA E DO SOLO;
- ACIDENTES DE TRANSPORTE TERRESTRE.

AGORA QUE VOCÊ CONHECEU ALGUMAS METAS, REFLETA SOBRE COMO ESTÁ CUIDANDO DA SUA SAÚDE E DO SEU BEM-ESTAR.



> ATIVIDADE PÁGINA 11

NO NOSSO DIA A DIA LIDAMOS COM PROBLEMAS SOCIAIS E PESSOAIS DE DIFERENTES NATUREZAS, DOS QUAIS VÃO ALÉM DA NOSSA PREVISIBILIDADE. PENSANDO NISSO, QUAIS DOS PROBLEMAS A SEGUIR PODEMOS DESTACAR UMA SOLUÇÃO EFICAZ? QUAL A MELHOR FORMA DE IMPLEMENTAÇÃO?

★ PRATIQUE UM POUCO MAIS

ESCREVA NO SEU CADERNO DUAS METAS QUE DEVERÃO SER REDUZIDAS ATÉ 2030 E DESTAQUE SOLUÇÕES CRIATIVAS PARA QUE POSSAMOS VENCER ESSES PROBLEMAS.

1- ASSINALE COM UM (X) OS CUIDADOS QUE VOCÊ TEM COM A SUA SAÚDE MENTAL E SOCIAL:

- () FAÇO ACOMPANHAMENTO MÉDICO REGULARMENTE
- () CONSUMO ALIMENTOS SAUDÁVEIS
- () PRATICO ALGUM ESPORTE/ ATIVIDADE FÍSICA SEMANALMENTE
- () FAÇO MEDITAÇÃO
- () DURMO NO MÍNIMO 8 HORAS POR DIA
- () TOMO AS VACINAS NECESSÁRIAS
- () SOU DOADOR DE SANGUE
- () PROCURO SEMPRE DIALOGAR COM AS PESSOAS
- () TENHO ALGUM LAZER SEMANALMENTE
- () PARTICIPO DE AÇÕES VOLUNTÁRIAS
- () PROCURO CUIDAR DA MINHA APARÊNCIA



> ATIVIDADE PÁGINA 11

LEIA COM ATENÇÃO E ASSINALE OS CUIDADOS QUE VOCÊ DEVE TER COM A SUA SAÚDE MENTAL E SOCIAL.

ATÉ DIA 2 DE FEVEREIRO DE 2021, FORAM REGISTRADOS 4.149 CASOS DE CHIKUNGUNYA PROVÁVEIS DE INFECÇÃO CONTRA 8.508 CASOS NOTIFICADOS NO ANO PASSADO.

2 - NA SUA OPINIÃO, TEVE UM AUMENTO OU DIMINUIÇÃO DE CASOS? POR QUÊ?

3- DESCUBRA A DIFERENÇA DE CASOS DE 2020 PARA 2021.

[HTTPS://PORTALODS.COM.BR/NOTICIAS/CASOSDEDENGUENOBASIL-AUME-NTO](https://portalods.com.br/noticias/casosdedenguenobrasil-aume-nto)

> ATIVIDADE PÁGINA 11

CONVERSE SOBRE:

- QUAL CÁLCULO VOCÊ FEZ PARA DESCOBRIR A DIFERENÇA ENTRE AS QUANTIDADES?
- ESCREVA OUTRA SITUAÇÃO PROBLEMA FAZENDO O MESMO CÁLCULO SUBSTITUINDO A PALAVRA DIFERENÇA.

COMO PERCEBEMOS O CONCEITO DE "MAIOR E MENOR" EM UMA

SEQUÊNCIA NUMÉRICA.

➤ ATIVIDADE PÁGINA 12

QUAL ITENS DA SITUAÇÃO PROBLEMA VOCÊ USOU PARA INDICAR O RESULTADO DESEJADO?

UTILIZE AS PALAVRAS A SEGUIR, PARA COMPLETAR A FRASE da atividade 4:

SONO

SAÚDE

VIDA

PARA MANTER UMA BOA SAÚDE, PRECISAMOS DE **QUALIDADE DE VIDA**; E UM DOS FATORES QUE CONTRIBUEM É UMA BOA NOITE DE SONO (MÍNIMO DE **8 HORAS**). SE UM DIA POSSUI **24 HORAS** E PRECISAMOS DORMIR **8 HORAS**, QUANTO DO DIA NÓS RESTA PARA TRABALHAR E NOS DIVERTIR?

4- COMPLETE AS FRASES REFERENTES AO TEXTO QUE VOCÊ LEU: PARA MANTER UMA BOA _____, PRECISAMOS DE QUALIDADE DE _____; E UM DOS FATORES QUE CONTRIBUEM É UMA BOA NOITE DE _____.



VOCÊ CONHECE ESSE DITADO POPULAR?

SACO VAZIO NÃO PARA EM PÉ.

5- EM SUA OPINIÃO, QUAL É O SIGNIFICADO DESTE DITADO POPULAR?

- SEGUNDO O SITE "DICIONÁRIO POPULAR", ESTE DITADO É USADO PARA AFIRMAR QUE É NECESSÁRIO COMER PARA SE SUSTENTAR. VAMOS PROCURAR UM RESTAURANTE PORQUE SACO VAZIO NÃO PARA EM PÉ.
- COMPLETE A TABELA A SEGUIR COM O QUE VOCÊ COSTUMA COMER E OS HORÁRIOS DAS REFEIÇÕES:

➤ ATIVIDADE PÁGINA 12

VAMOS ESCREVER, EM CONJUNTO, UMA LISTA DE ALIMENTOS QUE CONSIDERAMOS SAUDÁVEIS. ESCOLHA UM ALIMENTO DE CADA GRUPO E MONTE UMA REFEIÇÃO BALANCEADA.



SAIBA MAIS

ASSISTA AO CLIPE "DITADOS POPULARES"

[HTTPS://YOUTU.BE/K62H9C9MEMU](https://youtu.be/k62h9c9memu) , E DIGA QUAIS DESSES VOCÊ CONHECE OU JÁ OUVIU.

→ COMPLETE A TABELA A SEGUIR COM O QUE VOCÊ COSTUMA COMER E OS HORÁRIOS DAS REFEIÇÕES:

	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	JANTAR
HORÁRIO			
ALIMENTOS			

6- QUAL É O INTERVALO DE HORAS ENTRE O SEU CAFÉ DA MANHÃ E O SEU ALMOÇO?

7- E ENTRE O SEU ALMOÇO E O SEU JANTAR?

➤ ATIVIDADE PÁGINA 12

PREENCHA A TABELA COM OS HORÁRIOS E ALIMENTOS CONSUMIDOS POR VOCÊ. DEPOIS CONVERSE COM SEU PROFESSOR E COLEGAS SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES.

★ PRATIQUE UM POUCO MAIS

COM A AJUDA DO PROFESSOR, MONTAR UMA PIRÂMIDE ALIMENTAR.

LEIA A CHARGE E REFLITA SOBRE A IMPORTÂNCIA DE UMA BOA ALIMENTAÇÃO...



8- HÁ MAIS QUALIDADE DE VIDA NA ZONA RURAL OU NA ZONA URBANA?

➤ ATIVIDADE PÁGINA 13

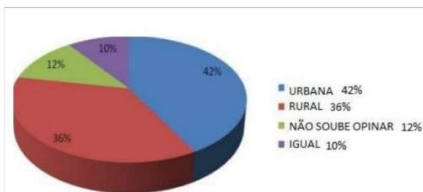
QUAL A MENSAGEM PRINCIPAL DA CHARGE.

CONVERSE COM A CLASSE SOBRE A IMPORTÂNCIA DE CADA ALIMENTO, SEUS BENEFÍCIOS E OS MALES QUE PODEM NOS CAUSAR.

SAIBA MAIS

CONHEÇA O DOCUMENTÁRIO DA ILHA DAS FLORES:

<https://www.youtube.com/watch?v=SF6L3ukz9sI>



https://www.google.com/search?q=SAÚDE+E+QUALIDADE+DE+VIDA+GRÁFICO&source=lnms<m=sich&sa=X&ved=2ahUKEw3Nni9bxeAhVaGhGhGVGDbcQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1280&bih=813#imgrr=UP9JzUfIdDtOM

9 - SEGUNDO ESTE GRÁFICO, EM QUE ZONA HÁ MAIS QUALIDADE DE VIDA?

10- QUAL É A SUA OPINIÃO SOBRE ESSE ASSUNTO?

11- QUANTAS PESSOAS NÃO SOBERAM OPINAR?

➤ ATIVIDADE PÁGINA 13

OBSERVE QUE CADA COR REPRESENTA UMA DESCRIÇÃO DE ACORDO COM A LEGENDA. AGORA RESPONDA ÀS QUESTÕES, OBSERVANDO O GRÁFICO, A LEGENDA E AS PORCENTAGENS.

CONCEITO SOBRE QUALIDADE DE VIDA



<https://www.google.com/search?q=SAUDE+E+QUALIDADE+DE+VIDA+GRAFICO&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwj3xNnI9pbxAhVaGbKGRVQ0bocQAUoAKoECAEQAw6biw1280&bih=813#imgre=wSMONABpIaa0CM>

12- LISTE, EM ORDEM CRESCENTE, OS CONCEITOS QUE APARECEM AO LADO DO GRÁFICO (IMAGEM ACIMA), CONFORME O PERCENTUAL INDICADO PARA SUA IMPORTÂNCIA.

13- UMA PESQUISA MOSTROU QUE A PANDEMIA PROVOCA INSÔNIA EM 78 A CADA 100 PROFESSORES NO BRASIL (78%). APÓS CONVERSAR COM COLEGAS E PROFESSORES SOBRE O ASSUNTO, RESPONDA:

14- ATÉ QUE NÚMERO VOCÊ SABE CONTAR?

> ATIVIDADE PÁGINA 14

FAÇA UMA LEITURA DAS INFORMAÇÕES:

QUAL É O MAIOR CONCEITO? QUAIS OS MENORES? QUAL A DIFERENÇA ENTRE O PERCENTUAL DE CONCEITOS SAÚDE E O DE LAZER?

★ PRATIQUE UM POUCO MAIS

EXPLIQUE NO SEU CADERNO SOBRE QUAL O CONCEITO DE QUALIDADE DE VIDA VOCÊ MAIS VALORIZA NA SUA VIDA E O PORQUÊ?

> ATIVIDADE PÁGINA 14

LEIA COM ATENÇÃO O ENUNCIADO DA QUESTÃO E RESPONDA ATÉ QUE NÚMERO VOCÊ SABE CONTAR.

15- VEJA SE CONHECE OS NÚMEROS DA TABELA E LEIA:

14

100	CEM
200	DUZENTOS
300	TREZENTOS
400	QUATROCENTOS
500	QUINHENTOS
600	SEISCENTOS
700	SETECENTOS
800	OITOCENTOS
900	NOVECENTOS
1.000	MIL

16- QUAL É O MAIOR NÚMERO ACIMA? CIRCULE.

17- ESSE NÚMERO É MAIOR OU MENOR QUE 100? _____

18- O NÚMERO 100 POSSUI QUANTAS DEZENAS? _____

➤ ATIVIDADE PÁGINA 14 E 15

LEIA COM ATENÇÃO A FORMA ESCRITA DOS NÚMEROS DA TABELA E RESPONDA ÀS QUESTÕES.

★ PRATIQUE UM POUCO MAIS

EM QUE ANO NÓS ESTAMOS? FAÇA UM REGISTRO POR EXTENSO DESTE NÚMERO.

SAIBA MAIS

VOCÊ OBSERVOU QUE ESTES NÚMEROS SÃO MÚLTIPLOS DE 100. O NÚMERO 100 EQUIVALE A UMA CENTENA E O NÚMERO 1000 EQUIVALE A UMA UNIDADE DE MILHAR.