

19° ROTEIRO DE ESTUDOS/ATIVIDADES

UME DR. FERNANDO COSTA

ANO: 5° ANOS

COMPONENTE CURRICULAR: INTEGRADO

PROFESSORES: Lilian, Rúbia, Silvan, Vanessa

PERÍODO: 18/10/2021 À 29/10/2021

18/10 Segunda-feira

Atividades	Orientações
Matemática	Livro de Matemática - Página 187
História	Livro de História - Páginas 76 e 77.

19/10 Terça-feira

Atividades	Orientações
Língua Portuguesa	Livro de Português - Páginas 28 e 29.
Matemática	Livro de Matemática - Página 188

20/10 Quarta-feira

Atividades	Orientações
Matemática	Livro de Matemática - Página 189 e 190

Geografia	Livro de Geografia - Páginas 86 a 87.
------------------	---------------------------------------

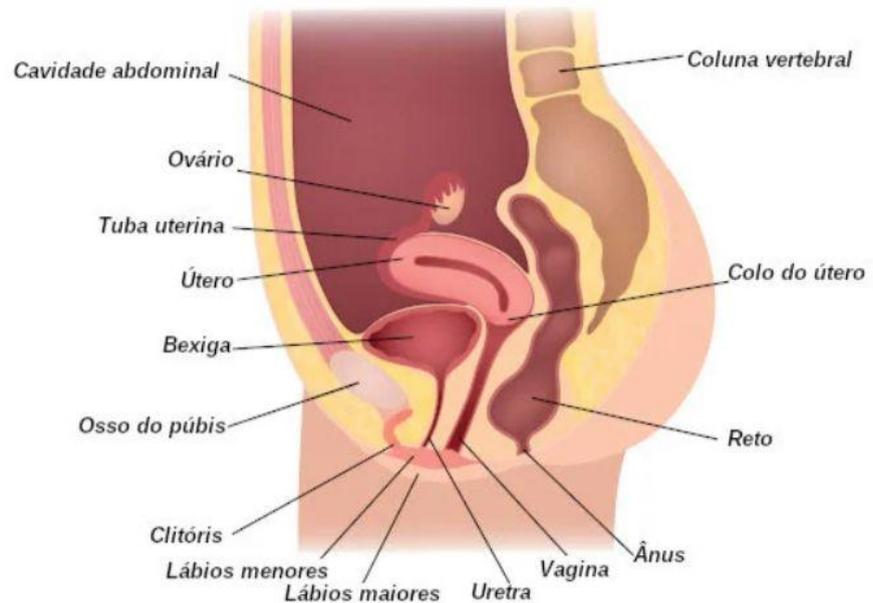
21/10 Quinta-feira

Atividades	Orientações
Língua Portuguesa	Livro de Português - Página 94 e 95
Matemática	Livro de Matemática- Página 191

22/10 Sexta-feira

Atividades	Orientações
Língua Portuguesa	Livro de Português - Páginas 76 e 77
Ciências	<p>Livro de Ciências Sistema reprodutor feminino</p> <p>O sistema reprodutor feminino servirá de local para a fecundação e também para o desenvolvimento do bebê, além de ser responsável pela produção dos gametas femininos e hormônios. Assim como no masculino, o sistema reprodutor feminino apresenta órgãos externos e internos. Os órgãos externos recebem a denominação geral de vulva e incluem os lábios maiores, lábios menores, clitóris e as aberturas da uretra e vagina. Já os órgãos internos incluem os ovários, as tubas uterinas, o útero e a vagina.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ovários: no corpo feminino observa-se a presença de dois ovários, os quais são responsáveis por produzir os gametas femininos. Nesses órgãos são produzidos também os hormônios estrogênio progesterona, relacionados

com a manutenção do ciclo menstrual, sendo o estrogênio relacionado também com o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários.



Observe os órgãos que fazem parte do sistema reprodutor feminino.

Tubas uterinas: no corpo da mulher, observa-se a presença de duas tubas uterinas, as quais apresentam uma extremidade que atravessa a parede do útero e outra que se abre próximo do ovário e tem prolongamentos denominados de fímbrias. A fecundação ocorre, geralmente, na região das tubas uterinas.

Útero: é um órgão muscular, em forma de pera, no qual se desenvolve o bebê durante a gravidez. A parede do órgão é espessa e possui três camadas. A camada mais espessa é chamada de miométrio e é formada por grande quantidade de

	<p>fibras musculares lisas. A mais interna, chamada de endométrio, destaca-se por ser perdida durante a menstruação. O colo do útero, também chamado de cervix, abre-se na vagina.</p> <p>Vagina: é um canal elástico no qual o pênis é inserido durante a relação sexual e o espermatozoide é depositado. Esse canal é também por onde o bebê passa durante o parto normal.</p> <p>Vulva: é a genitália externa feminina. Fazem parte da vulva os lábios maiores, os lábios menores, a abertura vaginal, a abertura da uretra e o clitóris. Esse último é formado por um tecido erétil e apresenta muitas terminações nervosas, sendo um local de grande sensibilidade.</p>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

25/10 Segunda-feira

Atividades	Orientações
Matemática	Livro de Matemática - <u>Página 192</u>
História	Livro de História - Páginas 78 e 79.

26/10 Terça-feira

Atividades	Orientações
Língua Portuguesa	Complete com X ou CH _ícara bola_a bi_o uveiro fa ineiro arope
Matemática	Livro de Matemática- <u>Página 193</u>

27/10 Quarta-feira

Atividades	Orientações
Matemática	Livro de Matemática Página 194
Geografia	Livro de Geografia- Página 88 e 89.

28/10 Quinta-feira

Atividades	Orientações
Matemática	Livro de Matemática: Página 195
Português	Livro de Português - Páginas 118 e 119

29/10 Sexta-feira

Atividades	Orientações
Português	Livro de Português - Páginas 120 e 121.
Ciências	<p>Copiar textos no caderno sobre "Menstruação".</p> <p>O que é menstruação?</p> <p>A menstruação ou cataménio, por vezes, também chamado período, é resultado da descamação do interior do útero, sendo composto de sangue e células endometriais. Com a diminuição das hormonas (sobretudo progesterona), no final do ciclo menstrual anterior, diminui a estimulação desta camada uterina (endométrio), que se desintegra parcialmente, saindo pelo colo do útero e vagina, dando origem ao "período" ou fluxo menstrual.</p>

O período menstrual ou ciclo menstrual é o intervalo de tempo desde o início de uma menstruação até à menstruação seguinte. A este intervalo também se dá o nome de interlúnio. Trata-se do conjunto de mudanças cíclicas que permitem a gravidez. Envolve o equilíbrio de vários órgãos e um conjunto de hormonas cuja sincronia é fundamental para que o ciclo se desenvolva normalmente.

Fases do ciclo menstrual

Por convenção, o ciclo menstrual começa com a menstruação ou cataménio, que se pode entender como um reinício de todo o sistema, na ausência de gravidez no ciclo anterior. Depois um novo folículo é desenvolvido enquanto se "reconstrói" o endométrio. Chegando a altura da ovulação, iniciam-se alterações da estrutura endometrial, que voltam a desaparecer na ausência de gravidez, reiniciando o ciclo.

Habitualmente distinguimos duas fases do ciclo, separadas pela ovulação. A primeira fase, proliferativa, ou fase folicular, relaciona-se com o crescimento de um novo folículo e espessamento gradual do endométrio. No final desta fase dá-se a ovulação e depois, o conjunto de hormonas em circulação torna o endométrio recetivo a um possível embrião. Esta segunda fase, lútea ou secretora, termina quando a mulher menstruar, iniciando-se o novo ciclo.

Quantos dias tem um ciclo menstrual?

Os ciclos de mulheres adultas saudáveis têm entre

21 e 35 dias, sendo 28 dias a média. Mulheres dos 25-35 anos aproximam-se mais do intervalo

28-35 dias. Em adolescentes pode ter entre 21 e 45 dias.

Os ciclos regulares têm uma variação inferior a 7-9 dias de ciclo para ciclo. Ou seja, a diferença entre os ciclos mais curtos e mais compridos é menor que cerca de 7 dias.

Primeira menstruação

A primeira menstruação (menarca) acontece em média entre os 12-13 anos, e normalmente até aos 15 anos. Amenorreia primária é o nome para a ausência de menstruação numa jovem que ainda não menstruou aos 16 anos, ou dois anos após o desenvolvimento das suas características sexuais secundárias, como o desenvolvimento mamário.

Puberdade, ou aparecimento de sinais sexuais secundários (desenvolvimento das mamas e pelo púbico) antes dos 8 anos numa menina poderá não ser normal. Ausência da puberdade aos 14 anos merece também estudo.