



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



INSTRUÇÕES

- 1 - COPIE E RESPONDA OS QUESTIONÁRIOS NO CADERNO (MANTENHA A ORGANIZAÇÃO DA MATÉRIA)
- 2 - FAÇA UMA ATIVIDADE POR DIA (SE POSSÍVEL, DURANTE O HORÁRIO DE AULA)
EXEMPLO: PORTUGUÊS (SEGUNDA), MATEMÁTICA (TERÇA), HISTÓRIA (QUARTA) E ETC.
- 3 - DÚVIDAS E SUGESTÕES DEVEM SER FEITAS NO GRUPO DO FACEBOOK DO SEU ANO. LINKS DISPONIBILIZADOS NA PÁGINA DA ESCOLA (<https://www.facebook.com/umeoswaldo.justo.9>).
- 4 - AS ATIVIDADES SERÃO CORRIGIDAS E AS NOTAS ATRIBUÍDAS NO RETORNO DAS AULAS PRESENCIAIS.

UME OSWALDO JUSTO

ANO: 8° ANOS

COMPONENTE CURRICULAR: MATEMÁTICA

PROFESSOR(ES) : TAIS

PERÍODO DE 17/08/2020 A 28/08/2020

VELOCIDADE MÉDIA

É a razão entre a distância percorrida por um móvel e o tempo gasto para percorrer essa distância.

EXEMPLO: A velocidade média de um trem-bala que percorre 800 km em 2 horas é **800km** dada pela razão **2h**, ou seja, a velocidade média desse trem é 400km/h.

EXERCÍCIO:

- 1. Um motociclista percorre uma distância de 220 km em 4 horas. Qual a velocidade média percorrida?**

DENSIDADE DEMOGRÁFICA

É a razão entre o número de habitantes (população) de uma região e a área dessa região.

EXEMPLO: Um país tem 100.000.000 de habitantes e uma área de 5.000.000 km². Qual a densidade demográfica desse país?

100.000.000 hab

$$d = \frac{\quad}{5.000.000 \text{ km}^2} \quad \leftrightarrow \quad d = 20 \text{ hab/km}^2$$

EXERCÍCIO:

- 2. Determine a densidade demográfica de uma cidade com 20.000 habitantes e uma área de 400 km²?**

PROPORÇÃO

Para resolver um problema que envolve equação, basta multiplicar em cruz, como mostra o exemplo

$$\frac{3}{4} = \frac{x}{8} \quad \leftrightarrow \quad 4 \cdot x = 3 \cdot 8 \quad \leftrightarrow \quad 4x = 24 \quad \leftrightarrow \quad x = \frac{24}{4} = 6$$

EXERCÍCIO:

- 3. Determine o valor de x nas proporções:**

a) $\frac{15}{4} = \frac{30}{x}$

b) $\frac{3}{5} = \frac{x}{10}$

UME OSWALDO JUSTO

ANO: 8º ANOS

COMPONENTE CURRICULAR: GEOGRAFIA

PROFESSOR(ES) : FERNANDA

PERÍODO DE 17/08/2020 A 28/08/2020

EXPECTATIVA DE APRENDIZAGEM: SELECIONAR, IDENTIFICAR, COMPARAR E ANALISAR AS PROBLEMÁTICAS SOCIOAMBIENTAIS, CULTURAIS, ECONÔMICAS E POLÍTICAS DECORRENTES URBANIZAÇÃO NAS CIDADES LATINO-AMERICANAS, EM ESPECIAL NAS BRASILEIRAS.

Leia e reflita sobre a letra e o clipe da música ALAGADOS, do grupo PARALAMAS DO SUCESSO, que diz respeito às problemáticas das grandes cidades brasileiras, e responda as questões a seguir.

ALAGADOS - PARALAMAS DO SUCESSO

“Todo dia o sol da manhã
Vem e lhes desafia
Traz do sonho pro mundo
Quem já não o queria
Palafitas, trapiches, farrapos
Filhos da mesma agonia

E a cidade que tem braços abertos
Num cartão postal
Com os punhos fechados na vida real
Lhe nega oportunidades
Mostra a face dura do mal

Alagados, Trenchtown, Favela da Maré
A esperança não vem do mar Vem das antenas de TV
A arte de viver da fé
Só não se sabe fé em quê
A arte de viver da fé
Só não se sabe fé em quê”

1- O tema principal que a letra da música retrata é:

- A) As belas paisagens naturais do Brasil
- B) Os problemas socioeconômicos de um país subdesenvolvido como o Brasil.
- C) A riqueza econômica do Brasil.
- D) A influência da TV no Brasil.

2- Cite três problemas socioeconômicos, que são citados pela música, que as grandes cidades brasileiras enfrentam.

3- Qual é a cidade na qual a música se refere? E explique como você chegou a essa conclusão.

- A) São Paulo
- B) Rio de Janeiro
- C) Salvador
- D) Recife

4- O trecho "Lhes nega oportunidade, mostra a face dura do mal" refere-se:

- A) A cidade oferece empregos para todos que os procuram
- B) A cidade não oferece empregos para todos e como consequência disso, ocorre a criminalidade e a formação de favelas.
- C) A cidade apresenta boas possibilidades de qualidade de vida para todos.
- D) A cidade não apresenta problemas de ordem social.

OBSERVE E ANALISE AS FIGURAS A SEGUIR:



Após a análise das figuras, faça a correspondência de seus números com os problemas socioambientais presentes nas cidades brasileiras, especificamente São Paulo:

- () ENCHENTES
- () PROBLEMAS DE MOBILIDADE URBANA
- () POLUIÇÃO DO AR
- () FALTA DE MORADIA ADEQUADA
- () DESIGUALDADE SOCIAL
- () TRÁFICO DE DROGAS E PROSTITUIÇÃO
- () EXCLUSÃO SOCIAL/MORADORES DE RUA

UME OSWALDO JUSTO

ANO: 8º ANOS COMPONENTE CURRICULAR : LÍNGUA PORTUGUESA

PROFESSOR(ES) : SILVANA

PERÍODO DE 17/08/2020 A 28/08/2020

COVID-19: DICAS DE PREVENÇÃO

Leia a entrevista ao médico Ricklay Moraes e o folheto informativo, com orientações sobre como se proteger contra a Covid-19 e faça o que se pede:

Questões de 01 a 09: coloque **V** (para afirmações verdadeiras) ou **F** (para afirmações falsas)-

Questão 10 : complete o texto

Entrevista: médico do Siass esclarece dúvidas sobre a Covid-19 Publicado em 25 março, 2020

Em entrevista, o médico Ricklay Moraes, do [Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor \(Siass\)](#), que atende aos servidores do Instituto Federal do Paraná e da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, fala à comunidade acadêmica sobre a pandemia de Covid-19, doença causada pelo novo coronavírus. Confira:

Diretoria de Comunicação do IFPR: O que é a Covid-19?

Ricklay Moraes: A Organização Mundial da Saúde (OMS) determinou que o nome oficial da doença causada pelo novo coronavírus é Covid-19. Os coronavírus (CoV) causam infecções respiratórias e intestinais em humanos e animais. Geralmente os humanos desenvolvem doenças respiratórias leves a moderadas, como um resfriado comum, causadas por espécies de coronavírus de baixa patogenicidade. Entretanto, pacientes com comorbidades, idosos e crianças podem eventualmente desenvolver infecções graves.

COM: Quais são as medidas de prevenção desta doença?

RM: Conforme as referências técnicas, as medidas preventivas mais eficazes para serem executadas pela população para reduzir a capacidade de contágio do novo coronavírus são: usar a etiqueta respiratória (cobrir a boca e nariz ao tossir e espirrar, de preferência com lenços descartáveis, e após isso lavar as mãos); higienizar frequentemente as mãos com

água e sabão ou álcool gel a 70%; evitar contato próximo com pessoas que sofrem de infecções respiratórias agudas; e proteger os idosos, reduzindo ao máximo a possibilidade de contágio. Considerando o panorama atual, o isolamento social deve ser adotado por todos o que puderem. Esta ação, sem dúvidas, é uma importantíssima arma contra o avanço da pandemia, pois está ao alcance de uma grande parte da população.

COM: Quero mais informações sobre a doença e seu tratamento.

Onde posso encontrá-las? **RM:** Em razão da grande circulação de informações equivocadas ou desatualizadas, em situações como esta o melhor caminho é sempre buscar orientações e esclarecimentos nos meios institucionais, juntamente às autoridades e aos órgãos de imprensa com boa confiabilidade. A internet é, sem dúvidas, um ótimo meio de comunicação e pesquisa, mas é essencial verificar a validação dos textos, vídeos e áudios. Os portais do Ministério da Saúde, de Conselhos Federal e Regionais de Medicina, das associações dos profissionais envolvidos com a Saúde Pública, das Secretarias Estaduais e Municipais de Saúde, são fontes muito confiáveis. A pesquisa nas redes sociais destas instituições agiliza a atualização, mas é importante ter cuidado ao se fazer a leitura dos comentários, pois há muita "desinformação" por lá.

COM: Em quais casos devo procurar o atendimento médico?

RM: Esta diretriz pode variar de município para município, dependendo do estágio de propagação do vírus, da ocorrência de casos confirmados/óbitos e da ocupação dos leitos hospitalares. Em Curitiba (PR), a orientação oficial mais recente a este respeito é que se você tem sintomas de gripe ou resfriado e está com bom estado geral, deve permanecer em casa por 14 dias, para evitar a contaminação de outras pessoas, fazendo repouso e seguindo as medidas de higiene para reduzir o risco aos familiares. Entretanto, caso ocorra piora do estado geral, cansaço ou dificuldade para respirar, deve-se ligar para o (41) 3350-9000, visando receber orientações quanto ao que fazer. Em outros municípios, deve-se verificar as orientações das autoridades locais.

COM: Por que o isolamento social é tão importante?

RM: Permanecer em casa protege não só quem pode aderir à medida, mas também evita a proliferação de vírus entre aqueles que precisam sair. No supermercado, por exemplo, ao encontrar

peças conhecidas, há cumprimentos, conversas, toques em balcões e outras posturas comuns à vida social. Tais atitudes, no contexto da pandemia de COVID-19, elevam o risco para todas as pessoas. Desta forma, ficar em casa colabora para que as pessoas suspeitas de contaminação e as contaminadas com o vírus não passem a doença para pessoas saudáveis. Explicando melhor: o contágio acontece por gotículas, espalhadas ao falar, ao tossir ou espirrar. Neste estágio da pandemia, aqueles que puderem, devem optar pelo isolamento social para proteger sua saúde e de todos.

COM: *Estou em casa, mas tenho parentes doentes. O que fazer?*

RM: De acordo com as orientações das autoridades sanitárias, o doente deve permanecer em cômodo privativo individual e bem ventilado. Deve-se limitar o número de cuidadores e ele não deve receber visitas. É importante limitar a circulação do doente por ambientes compartilhados, como cozinha e banheiro, e garantir que estes cômodos estarão sempre ventilados. Deve-se recomendar ao doente em isolamento que, ao se deslocar para ambientes de uso compartilhado, use máscara descartável e higienize as mãos após vestir a máscara - esta deve ser descartada no lixo imediatamente após o uso. Após o descarte, higienizar as mãos com água e sabonete ou álcool gel. Máscaras cirúrgicas descartáveis não devem ser reutilizadas e devem ser trocadas sempre que úmidas. A etiqueta respiratória deve ser praticada por todos. Repetindo: cobrir a boca e o nariz ao tossir ou espirrar usando lenço de papel ou o cotovelo flexionado, fazendo a higiene das mãos imediatamente após. É necessário descartar os materiais usados para cobrir a boca e o nariz imediatamente após o uso. Os materiais descartáveis gerados pelo paciente ou durante os seus cuidados devem ser mantidos em saco de lixo no quarto, antes do descarte com outros resíduos domésticos. Não se deve compartilhar objetos de uso pessoal: escovas de dente, talheres, pratos, copos, toalhas ou roupas de cama. Os talheres e pratos devem ser lavados com água e sabão ou detergente comum e podem ser reutilizados. As peças de vestuário, roupas de cama e roupas de banho do paciente, limpas ou sujas, devem ser lavadas separadamente com água e sabão comum. É essencial evitar agitar a roupa suja. Os doentes devem permanecer em casa pelo período recomendado.

COM: *Estou em casa, mas sinto falta do convívio com outras pessoas. O que fazer para minimizar esse sentimento?*

RM: Realmente, esta é uma ocorrência frequente em situações como

a que o mundo está passando. E quanto maior for o período de isolamento social, maior é a falta que sentimos da "vida normal". Então é de grande valia, para minimizar este efeito, que encontremos formas de "manter o contato", ainda que a distância. O uso da internet, principalmente com as chamadas por vídeo, pode ajudar bastante. E se atividades sociais virtuais, como a participação nas redes de relacionamento, não forem possíveis, resta o bom e velho telefone. Ouvir aquela voz amiga, familiar, sempre pode acalmar e trazer a sensação de proximidade com as pessoas as quais gostaríamos de ter por perto.

COM: O isolamento social pode ser nocivo à saúde mental? Como estudantes e servidores podem contornar esse problema?

RM: Sim, claro. O ser humano, como bem se sabe, é muito social, e isso é quase uma assinatura nossa como espécie. A maior parte das nossas atitudes geralmente passa por esta necessidade pessoal. Não conseguir atender tal desejo, tão natural, pode nos fazer adoecer, caso os cuidados não sejam tomados. Desta forma, é muito importante fazer o que costumeiramente é chamado de higiene mental. Ou seja, precisamos limpar, organizar e deixar descansar a nossa mente, na medida certa. Temos que favorecer o equilíbrio dos nossos sentimentos, controlar os excessos e o ócio. Se temos trabalho a fazer, façamos, dentro do possível e de maneira que nos dê a satisfação do dever cumprido. Se temos um *hobby*, façamos dele o lazer nosso de cada dia, tão importante! E muito sério: filtrar as informações que chegam. Muito cuidado com excesso de dados, números, notícias. O cérebro, já trabalhando em modo "alerta vermelho", precisa de pausas, de descanso. Caso seja possível se exercitar fisicamente, dentro das medidas preventivas, será ótimo também. O exercício físico é um excelente remédio para cansaço mental.

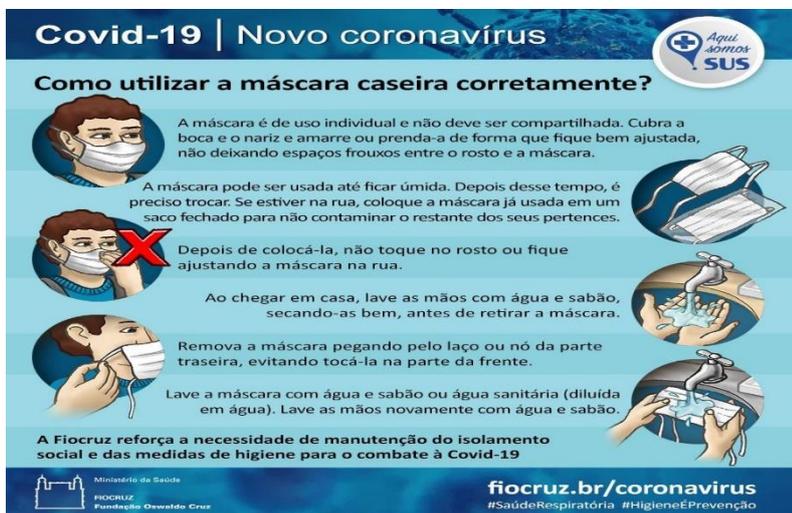
1- Segundo Ricklay Moraes o novo coronavírus recebeu o nome de Covid-19 por determinação da Organização Mundial da Saúde (OMS). ()

2- Os coronavírus causam infecções que atingem o aparelho digestivo de humanos e animais. ()

3- As crianças não correm riscos de desenvolver infecções graves causadas pelo novo Coronavírus()

4- O contato com pessoas acometidas por infecção respiratória aguda deve ser evitado, para diminuir a possibilidade de contato. ()

- 5- Os órgãos institucionais oferecem informações confiáveis e atualizadas sobre a doença e o tratamento.()
- 6- Pessoas em estado gripal devem procurar atendimento médico com urgência ().
- 7- O isolamento social contribui para a não proliferação do vírus, ()
- 8- A permanência em ambientes compartilhados não condiz com atitudes a serem tomadas por doentes com Covid. ()
- 9- A prática e exercícios físicos mesmo no ambiente doméstico, ajuda a preservar a saúde mental durante o período de isolamento social.()
- 10- Leia o folheto informativo sobre a utilização da máscara e preencha as lacunas do texto que segue com as seguintes palavras: retirada, sanitária, úmida, frontal, compartilhada, ajustada.



A máscara não deve ser _____ e deve ser usada apenas até ficar _____. Na rua, após colocada, não deve ser _____. Ao voltar para casa deve ser _____ somente após a higienização das mãos e não deve ser tocada na parte _____, podendo ser lavada com água e sabão ou com água _____.

UME OSWALDO JUSTO

ANO: 8º ANOS

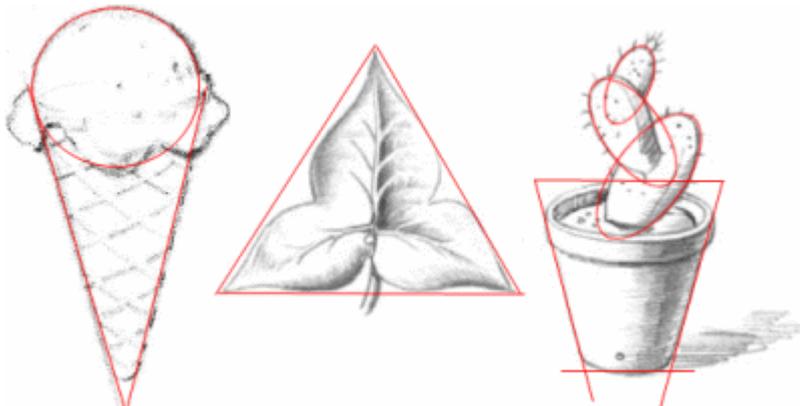
COMPONENTE CURRICULAR: ARTE

PROFESSOR (ES) : INDRA

PERÍODO DE 17/08/2020 A 28/08/2020

Aprender a desenhar pode ser uma experiência prazerosa que permite a pessoa ter um momento apenas para ela relaxar e criar desenhos que de fato representam o que está sentido ou representar algo.

técnica de desenho por "encaixe" Esta técnica de desenho consiste em encerrar dentro de uma figura geométrica ou combinação de várias formas simples, a figura de qualquer objeto seja ele plano ou corpóreo. Quase todas as formas podem ser representadas desta maneira.: reduzindo-o a sua estrutura geométrica. Nos exemplos a seguir podemos observar como as figuras ou objetos correspondem a estruturas geométricas tais como, um triângulo, um círculo, um cone e um cubo..ou a combinação de várias figuras geométricas.



Se observarmos ao nosso redor podemos comprovar através de inúmeros exemplos como as formas reais encaixam em figuras geométricas e combinações de formas básicas como: triângulos, quadrados,

retângulos, elipses, esferas, cilindros, cubos e cones.

1) Utilizando essa técnica, desenhe objetos e seu dia a dia, podem ser soltos na página, apenas desenhe bastante.

INICIAREMOS O PROJETO "ARTE NA CAPA"

O REGULAMENTO NA ÍNTEGRA ESTÁ NA PAGINA DO FACEBOOK DA ESCOLA § 3º As seis (06) obras selecionadas serão impressas nas capas dos cadernos distribuídos pela Prefeitura Municipal de Santos aos alunos da rede municipal de ensino, como parte do material escolar. Os 06 alunos com trabalhos selecionados serão homenageados e premiados .

Tema "30 ANOS DO ESTATUTO DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE"

8º. Anos - Erradicação do Trabalho Infantil

<https://www.chegadetrabalho infantil.org.br/noticias/materias/o-que-o-eca-diz-sobre-o-trabalho-infantil/#:~:text=%C3%89%20proibido%20qualquer%20trabalho%20a,a%20partir%20de%20quatorze%20anos.>

Leia, pesquise nos links indicados, reflita.

UME OSWALDO JUSTO

ANO: 8º ANOS

COMPONENTE CURRICULAR: CIÊNCIAS/IP

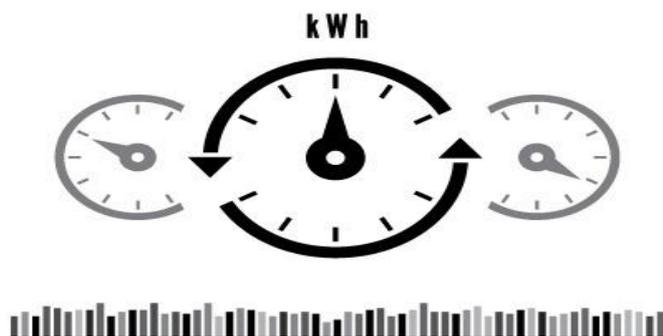
PROFESSOR(ES) : MARÍLIA/JAQUELINE/ANA PAULA

PERÍODO DE 17/08/2020 A 28/08/2020

Habilidade: (EF08CI04) Calcular o consumo de energia elétrica pelos eletrodomésticos, a partir dos dados de potência descritos no próprio equipamento e tempo médio de uso, para comparar e avaliar o impacto de cada equipamento no consumo de energia doméstico.

Conta de luz, veja como calcular!

Não ter noção dos gastos de energia pode prejudicar você todo mês. Quem nunca pegou uma fatura, olhou o preço no fim do mês e pensou "onde eu gastei tudo isso?". Há ainda quem procure pelo melhor material elétrico, em busca de reduzir os custos, mas nem sempre faz as melhores escolhas. Por conta disso, você pode conferir aqui, de maneira simples, como calcular a conta de luz! Calcule sua conta em casa (kWh) kWh é o que chamamos de Quilowatt-hora, ou seja, a medida usada para definir a conta de energia. Para saber quanto um aparelho "custa" no fim do mês, é necessário saber a sua potência total em Watts (geralmente apresentada nas caixas ou nos manuais do produto).



Calculando o valor diário e mensal Seguindo o passo anterior, é possível ter noção do valor total que o produto consome por dia e mês. Para calcular o valor diário, multiplique o valor (em kWh) pela quantidade de horas que o aparelho fica ligado.

Utilizando ainda o mesmo exemplo e supondo que fique 9 horas ligado diariamente, temos: $0,2 \text{ kWh} \times 9 = 1,8 \text{ kWh}$ Agora basta multiplicar novamente o valor pela quantidade de dias que ele fica ligado e, assim, você terá o valor da conta de energia mensal. Se o aparelho ficar ligado em 25 dias no mês, temos: $1,8 \text{ kWh} \times 25 = 45 \text{ kWh}$ Mas como saber o valor do consumo? Ok, você sabe o quanto consome, mas ainda não sabe quanto custa, certo? Fique tranquilo, pois na própria conta de luz você pode ver os preços em relação a 1 kWh.

FORNECIMENTO		
CONSUMO X TUSE	(VALOR DO kWh)	
30,0 kWh X R\$	0.05224000	1.86
70,0 kWh X R\$	0.10671000	7.46
120,0 kWh X R\$	0.16005000	19.20
16,0 kWh X R\$	0.17784000	2.84

Se ainda quiser um exemplo, imagine que o valor seja de R\$ 0,06. Pegue esse valor e multiplique pelo número anterior: 45 kWh x 0,06 = 2,70 Ou seja, a utilização deste aparelho acrescentaria R\$ 2,70 na sua conta de luz ao final do mês. Existe um método mais rápido para calcular? Mesmo após as explicações anteriores, convenhamos, pode ser cansativo pegar papel, caneta e uma calculadora para verificar o valor da sua conta de energia. No entanto, não se preocupe, existem algumas ferramentas online que podem ajudar você, confira: Cemig No Cemig, há uma grande variedade de opções de "consumidores de energia", provavelmente todos os que você tem em casa, como chuveiro, ar condicionado, lâmpadas etc.

Nele, você pode ter uma noção interessante do gasto total de cada um.

Simulador de Consumo			
Equipamento	Quantidade	Potência	
Ar Condicionado	<input type="text" value="0"/>	1400	W
Aspirador de Pó	<input type="text" value="0"/>	600	W
Batedeira	<input type="text" value="0"/>	180	W
Cafeteira	<input type="text" value="0"/>	1000	W
Carregador de Celular	<input type="text" value="0"/>	15	W
Chuveiro	<input type="text" value="0"/>	4400	W
Computador	<input type="text" value="0"/>	200	W
Cortador de Grama	<input type="text" value="0"/>	600	W

Light

A Light proporciona um simulador de conta de luz total e mais detalhado.

Cliente Residencial

Resultado

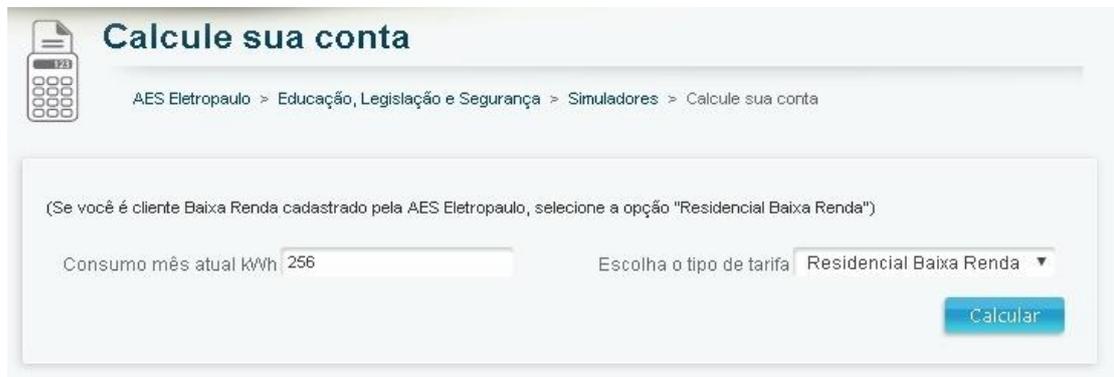
 Mês de Referência: Agosto/2017 Classe de Consumo: Residencial				
DESCRIÇÃO	UNIDADE	QTDE	PREÇO UNIT R\$	VALOR R\$
FORNECIMENTO DE ENERGIA ELÉTRICA	kWh	120	0,69169	83,00
	ICMS R\$	TOTAL A PAGAR R\$		
Base de cálculo	83,00			83,00
Alíquota	18%			
Valor (já incluído no preço)	14,94			

[nova simulação](#)

Lá, é possível citar o mês de referência, classe de consumo e tipo de instalação elétrica. Perfeito, não?

AES Eletropaulo

Ideal para os paulistas, a própria distribuidora de energia dispõe de uma ferramenta online para calcular o valor da conta de luz. Além disso, é possível informar se o tipo de tarifa é Residencial, Residencial Renda Baixa ou Comercial.



Calcule sua conta

AES Eletropaulo > Educação, Legislação e Segurança > Simuladores > Calcule sua conta

(Se você é cliente Baixa Renda cadastrado pela AES Eletropaulo, selecione a opção "Residencial Baixa Renda")

Consumo mês atual kWh 256

Escolha o tipo de tarifa Residencial Baixa Renda

Calcular

Agora, você sabe calcular o consumo dos aparelhos e tem ferramentas para saber o valor da sua conta de energia. Mesmo assim, dicas nunca são demais, certo? Vamos à algumas: *Evite gambiarras. Utilizar fios adequados nas instalações elétricas é essencial e vai ajudar muito no fim do mês. Procure sempre utilizar o melhor cabo flexível; *Não deixe nada ligado à toa. *Energia solar é uma ótima alternativa. Ganha cada vez mais visibilidade e ajuda muito na redução das tarifas de luz. Sua importância só vem crescendo! (Veja mais aqui sobre energia solar) Use lâmpadas de Led. São as mais econômicas e duradouras, e, convenhamos, muitas lâmpadas ficam ligadas o dia inteiro e queimam após pouco tempo. Optar por lâmpadas de Led é a melhor opção, afinal, possuem muitas vantagens! *Use máquinas de forma econômica. Uma máquina de lavar roupas, por exemplo, pode gastar grandes quantidades de energia.

Aproveite sua capacidade total para lavar o máximo de roupas possível. *Cuidado com benjamins. O uso de benjamins (T) necessita de cuidado, pois, além do fato do consumo elevado de energia (afinal, vários aparelhos ligados em um só lugar), a chance de curtos aumenta.

Atividades:

1-Assistir aos vídeos do youtube:

<https://www.youtube.com/watch?v=GDT1uVbethl>

<https://www.youtube.com/watch?v=Z4NB0fJxS84>

2- Responder no google forms à partir do link:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeFIUdITCTPpu1Nx CfJZ3OK JafgOHYYMmxKDta-GiED401EQ/viewform>

UME OSWALDO JUSTO

ANO: 8º ANOS

COMPONENTE CURRICULAR: HISTÓRIA/ING/ER

PROFESSOR(ES): ANA LÚCIA/ DANÚZIA

PERÍODO DE 17/08/2020 A 28/08/2020

A França

O país mais visitado do mundo, a França, é conhecido por seus pontos turísticos – entre eles a Torre Eiffel e o Museu do Louvre. A França também por seus vinhos saborosos e sua deliciosa gastronomia. Contudo, a cultura francesa vai além, muitos costumes e hábitos fazem do país um lugar especial do continente europeu.

Os franceses amam seu país, não “saem à francesa”, prezam pela boa educação, andam de patinete e não tomam mais de um banho por dia!

Eles realmente vestem a camisa da França, e não estamos falando somente daquela que sempre brilha nas Copas do Mundo de Futebol. O orgulho quanto a sua origem e em relação às peculiaridades culturais de seu país está estampado no rosto dos franceses.

Por mais que eles saibam falar e se expressar em outros idiomas, como o inglês, por exemplo, diante de tanto amor pela nação, a preferência é sempre pela conversa em sua língua oficial.

Para os franceses, comer e beber bem é essencial para se viver bem, por isso, muitos de seus vinhos são de produção própria. E quanto ao queijo, ele está em quase tudo na culinária de lá, e é sempre bem-vindo.

Diferente de outros países, eles evitam comer entre as refeições principais (almoço e jantar), pois acreditam que isso pode prejudicar o sabor desses pratos. Por fim, se faltar assunto em uma roda de amigos franceses, comece a falar de comida – tema que rende em qualquer canto do país.

Por todo lado, você vai ver alguém em uma bicicleta. E eles vão além, usando e abusando do patinete. Lá, o que, para os brasileiros, é só um brinquedo de criança, é um meio de locomoção prático e utilizado por jovens, adultos e idosos, não importa a idade nem para onde estão indo.

São muitas as curiosidades quando o assunto é a cultura francesa, pois é um povo que ama de verdade sua nação.

Assinale a alternativa correta:

1-Os pontos turísticos mais importantes da França são:

A-() Cataratas e Disneylândia

B-() Torre Eiffel e Louvre

C -() Igreja da Sagrada Família, Louvre

2- A França se localiza no continente:

A-() europeu B- () africano C-() americano

3- A língua oficial dos franceses é:

A - () inglês B-() alemão C-() francês

4-Observe o mapa abaixo e assinale a alternativa correta em relação às fronteiras da França:



A-() Espanha, Suíça, Itália.

B-() Rússia, Alemanha, Hungria.

C-() Noruega, Polônia, Bulgária.

5-De acordo com o mapa o mar que banha a França é o:

A-() Mediterrâneo

B-() Negro

C-() Do Norte

6. A frase "Eu te amo" em francês corresponde a:

A-Watashi wa, anata o aishiteimasu

B-I love you

C-Je t'aime

7. São meios de locomoção entre os franceses:

A-subway - bus

B-bicycle - scooter

C-boat - train

8. A nacionalidade de quem nasce na França:

A-French

B-English

C-Parisian

9. De acordo com o texto a França é conhecida por:

A-wines - gastronomy

B-beer - fishing

C-round of golf - basketball

10. Alimento presente em quase tudo na culinária francesa:

A-pepper

B-sugar

C-cheese

UME: OSWALDO JUSTO

ANO: 8º ANOS COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFESSOR (ES): MARCOS PAULO RAMOS

PERÍODO DE 17/08/2020 a 28/08/2020

TEMA: OS TIPOS DE GINÁSTICA.

A **GINÁSTICA** É UM CONCEITO QUE ENGLOBA MODALIDADES COMPETITIVAS E NÃO COMPETITIVAS E ENVOLVE A PRÁTICA DE UMA SÉRIE DE MOVIMENTOS EXIGENTES DE FORÇA, FLEXIBILIDADE E COORDENAÇÃO MOTORA PARA FINS ÚNICOS DE APERFEIÇOAMENTO FÍSICO E MENTAL.

DESENVOLVEU-SE, EFETIVAMENTE, A PARTIR DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS REALIZADOS PELOS SOLDADOS DA GRÉCIA ANTIGA, INCLUINDO HABILIDADES PARA MONTAR E DESMONTAR UM CAVALO E HABILIDADES SEMELHANTES A EXECUTADAS EM UM CIRCO, COMO FAZEM OS CHAMADOS ACROBATAS.



A PRÁTICA SÓ VOLTOU A SER RETOMADA - COM ÊNFASE DESPORTIVA E MILITAR - NO FINAL DO SÉCULO XVIII, NA EUROPA, ATRAVÉS DE JEAN JACQUES ROUSSEAU, DO POSTERIOR NASCIMENTO DA ESCOLA ALEMÃ DE FRIEDRICH LUDWIG JAHN - DE MOVIMENTOS LENTOS, RITMADOS, DE FLEXIBILIDADE E DE FORÇA - E DA ESCOLA SUECA, DE PEHR HENRIK LING, QUE INTRODUZIU A MELHORIA DOS APARELHOS NA PRÁTICA DO ESPORTE. TAIS AVANÇOS GERARAM A CHAMADA GINÁSTICA MODERNA.

A **GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO** TRATA - SE DE UMA PRÁTICA ESPORTIVA QUE FAZ USO DE MUITAS ATIVIDADES AERÓBICAS A FIM DE VISAR O **CONDICIONAMENTO** CARDÍACO E PULMONAR DO ATLETA. ASSIM SENDO, COMO **EXEMPLOS** DE AERÓBIOS USADOS NESSA **GINÁSTICA**, PODE - SE CITAR: ESTEIRA, JUMP, BICLETAS ERGOMÉTRICAS, CROSSFIT E ZUMBA (DANÇA).

VEJAM ALGUMAS IMAGENS SOBRE ESTES TIPOS DE GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO.



CROSSFIT



JUMP



BICICLETAS



ZUMBA

RESPONDA AS QUESTÕES ABAIXO ESCOLHENDO APENAS A ALTERNATIVA CORRETA.

1- O QUE É GINÁSTICA?

- A) TRATA - SE DE UMA PRÁTICA ESPORTIVA QUE FAZ USO DE MUITAS ATIVIDADES AERÓBICAS A FIM DE VISAR O CONDICIONAMENTO CARDÍACO E PULMONAR DO ATLETA.
- B) UMA PRÁTICA DESPORTIVA E APENAS PARA OS MILITARES.
- C) CAPACIDADE DE SER MAIS RÁPIDO
- D) ENGLOBA MODALIDADES COMPETITIVAS E NÃO COMPETITIVAS E ENVOLVE A PRÁTICA DE UMA SÉRIE DE MOVIMENTOS EXIGENTES DE FORÇA, FLEXIBILIDADE E COORDENAÇÃO MOTORA PARA FINS ÚNICOS DE APERFEIÇOAMENTO FÍSICO E MENTAL.

2- O QUE É GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO?

- A) TRATA - SE DE UMA PRÁTICA ESPORTIVA QUE FAZ USO DE MUITAS ATIVIDADES AERÓBICAS A FIM DE VISAR O CONDICIONAMENTO CARDÍACO E PULMONAR DO ATLETA.
- B) FAZER MOVIMENTOS RÁPIDOS COM O MENOR TEMPO POSSÍVEL.
- C) DESENVOLVEU-SE, EFETIVAMENTE, A PARTIR DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS REALIZADOS PELOS SOLDADOS DA GRÉCIA ANTIGA, INCLUINDO HABILIDADES PARA MONTAR E DESMONTAR UM CAVALO.
- D) REALIZAR MOVIMENTOS DE FORMA COORDENADA.