

2P

EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS | 2º PERÍODO

Turma:

Escola:

Aluno:

CADERNO DE
ATIVIDADES
REMOTAS

SEMANA

20

Educação de Jovens e Adultos



ESCOLA
em casa



PREFEITURA DE
GUAMARÉ
TRABALHANDO POR VOCÊ

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO



TEXTO

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Alimentação saudável é um dos pilares na nossa vida que devemos saber escolher os alimentos que ingerimos diariamente, variando a mais possível alimentação e abranger semanalmente um grande leque de alimentos. Os carboidratos, genericamente chamados de glicídios ou açúcares, são as macromoléculas que estão presentes em maior quantidade em nosso planeta e destacam-se como a principal fonte de energia do nosso organismo. Alguns dos principais alimentos ricos em cálcio são leite, queijo, espinafre, sardinha e brócolis, por exemplo.



Pessoas com osteoporose, ou histórico de osteoporose na família, devem ter uma alimentação rica em cálcio, assim como crianças e mulheres na fase da menopausa, para prevenir problemas relacionados à alteração hormonal e à absorção do cálcio.

Questão 1

a) Qual é a função dos carboidratos e das proteínas em nosso organismo?

b) Em quais alimentos o cálcio é encontrado?

Questão 2

Marque as opções com o (x) onde for correto acerca de uma alimentação saudável:

Porque é importante ter uma boa alimentação saudável em nossa vida.

- a) Para termos saúde e disposição ()
- b) Para termos qualidade de vida ()
- c) Fazer com que nossa atividade seja mais produtiva ()
- d) Ter uma saúde mais saudável ()
- e) Cuidar mais dos nossos alimentos ()

Questão 3

O nosso corpo recebe a energia dos alimentos que nós ingerimos, os quais tem várias origens. Agrupe de acordo com sua origem.

PÃO	MELANCIA	QUEIJO	ABACAXI	UVA	LARANJA
BANANA	CENOURA	FEIJÃO	BATATA	PERA	
LEITE	ARROZ	AZEITE	OVOS	SAL	PEIXE MAÇÃ

ORIGEM ANIMAL	ORIGEM VEGETAL	ORIGEM MINERAL

Questão 4

Coloque (V) para verdadeiro e (F) para falso, que representam os bons hábitos alimentares.

- a) Comer nas horas certas ()
- b) Comer muito e avexado ()
- c) Tomar refrigerante na hora do almoço e correto ()
- d) Comer alimentos nutritivos é bom para saúde ()
- e) Comer uma vez por dia é correto ()

Questão 5

Escreva de acordo com o que se pede:

- a) Qual é o nome da fruta que tem quatro letras e começa com a letra M?
- b) Qual a fruta é utilizada para fazer vinho?
- c) Fruta verde e rica em vitamina C?

Questão 1

Resolva os problemas de acordo com o que você sabe:

- a) Mario tinha 34 anos quando nasceu seu primeiro filho, sua esposa tinha 29 anos. Naquela época, hoje o filho dele tem 29 anos. Qual é a idade atual de Mário e de sua esposa? Faça o cálculo.
- b) O avô de Amélia tem 76 anos e a avó 64 anos, quantos anos o avô de Amélia tem a mais que avó? Faça o calcule.
- c) Seu João comprou um rádio relógio por 30,00 R\$ e vai revender por 45,00 R\$ nessa compra ele tem lucro ou prejuízo de quanto?

Questão 2

Consulte um calendário e preencha corretamente:

- a) O mês de dezembro tem _____ dias
- b) 1 - Ano tem _____ meses
- c) 1 - Ano tem _____ dias
- d) Qual é o mês que tem 28 dias _____
- e) Qual o mês que comemora o carnaval _____

Questão 3

Escolha os números pares pinte de azul e os números ímpares pinte de vermelho.

05	09	06	10	12	16	13	18
23	35	11	15	20	30	29	
	12	07		22	21	14	25
		32	33	37	27	28	

Questão 4

Ligue os fatos corretamente a cada coluna, usando a multiplicação.

$3 \times 3 =$ 09

$5 \times 5 =$ 18

$8 \times 3 =$ 12

$3 \times 4 =$ 25

$4 \times 6 =$ 24

$4 \times 3 =$ 36

$2 \times 9 =$ 34

Questão 5

Transforme as adições em multiplicação e resolva-as.

a) $8 + 8 =$ _____ $2 \times$ _____ $= 16$

b) $10 + 10 =$ _____ $2 \times$ _____ $= 20$

c) $9 + 9 =$ _____ $2 \times$ _____ $= 18$

d) $0 + 0 =$ _____ $2 \times$ _____ $= 02$

Questão 1

O ano de 2020 está finalizando, e se fala em vacinas contra a COVID-19, comente um pouco sobre o seu ponto de vista a respeito da vacinação:

A roda das vitaminas

• Observe a roda das vitaminas e coloque os códigos abaixo.

Coloque os códigos

☐ O alimentos fornecem material para formar novas células e tecidos.

☐ As vitaminas são substâncias encontradas em grande quantidade nos alimentos.

☐ A vitamina D encontrada no peixe e no leite é de grande importância para o fortalecimento dos ossos e dentes.

☐ Os alimentos, ao serem ingeridos, não são aproveitados pelo organismo.

☐ Os sais de cálcio e de fósforo entram na formação dos dentes e dos ossos.

247

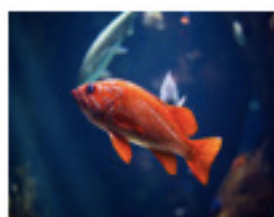
Questão 2

Relacione a 1ª coluna com a 2ª de acordo com cada requisito:

- | | |
|--------------|---|
| (1) Banana | () qual é a fruta que contem muita água |
| (2) Maçã | () qual a fruta do amor |
| (3) Morango | () o macaco gosta de qual fruta |
| (4) Melancia | () qual a fruta que serve para vinho |
| (5) Uva | () qual a fruta que serve para decoração |

Questão 3

Vamos dar um nome a cada alimento que está sendo apresentado em forma de imagem.



Questão 4

Faça uma lista dos alimentos que você mais gosta.

HISTÓRIA DO NATAL



O Natal, dia 25 de dezembro, comemora o nascimento de Jesus Cristo, a figura mais importante do Cristianismo.

Por esse motivo, para os cristãos, trata-se de uma das principais datas comemorativas, ao lado da Páscoa, em que se celebra a ressurreição de Jesus.

O dia de Natal é feriado religioso em muitos locais do mundo. O chamado ciclo do Natal é celebrado durante doze dias, que compreendem o dia 25 de dezembro até o dia 6 de janeiro.

Esse período está relacionado com o tempo que os três reis magos, Baltazar, Gaspar e Melchior, levaram para chegar à Belém, cidade onde nasceu Jesus.

Visto em: <https://www.todamateria.com.br/historia-do-natal>

Questão 1

Após a leitura do texto acima, responda:

Como se chama a data comemorativa do dia 25 de dezembro?

Questão 2

Segundo o texto, existiram três reis que viajaram muitos dias para conhecer Jesus de Nazaré. Qual é o nome desses três reis?

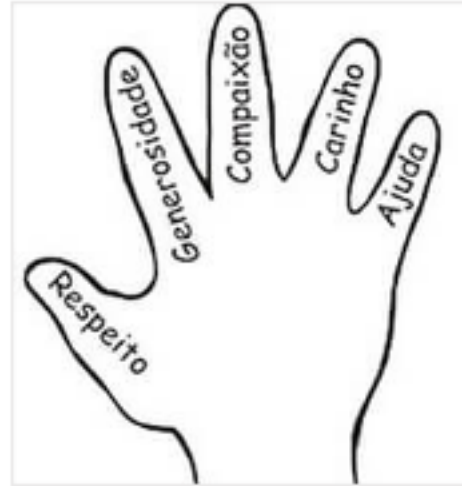
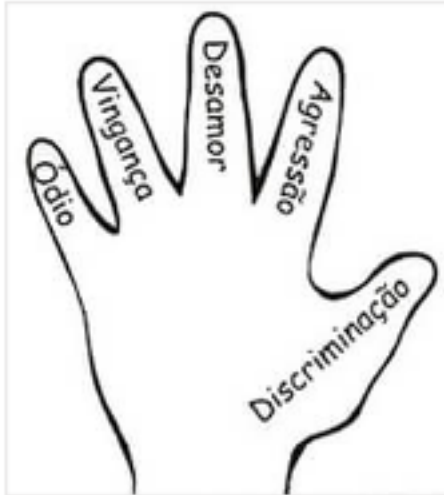
Questão 3

No seu contexto familiar é comemorado o Natal? Relate sua realidade acerca dessa data comemorativa.

Questão 1

TEMA: MEMÓRIA E IDENTIDADE

Qual dessas mãos pertence a uma pessoa justa? Pinte-a.



Questão 2

Escreva três palavras harmoniosas nas mãos sobre o festejo Natalino.



Questão 3

Fale um pouco sobre você. Escreva no espaço abaixo.

Questão 4

Destaque as palavras do quadro no caça-palavras.

Marajoara – africanos – sambaquis – Santa Catarina – Brasil - negros –
Conflitos – esquadra – indígenas – navegações – malungos – portugueses

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



PREFEITURA DE
GUAMARÉ
TRABALHANDO POR VOCÊ

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Responsável pela elaboração das atividades

.....

Maria José Vale da Silva



PREFEITURA DE
GUAMARÉ

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

