

Estudo do Meio

1.ª Classe



EDITORAS
LETROS

"Pensando o futuro"

Piedade Silissole Agostinho
Maria Antónia Joaquim

Estudo do Meio

1.^a Classe

TÍTULO

Estudo do Meio 1.ª Classe

AUTORES

Piedade Silissole Agostinho
Maria Antónia Joaquim

ILUSTRAÇÃO DA CAPA

Juques de Oliveira

EDITORIA

Editora das Letras, S.A.

PRÉ-IMPRESSÃO, IMPRESSÃO E ACABAMENTO

GestGráfica, S.A.

ANO / EDIÇÃO / TIRAGEM

2018 / 1.ª Edição / 1.000.000 Ex.

Registado na Biblioteca Nacional de Angola sob o n.º 5142/10



Rua Kwamme Nkrumah n.º 252

Maianga, Luanda — Angola

E-mail: geral@editoradasletras.com

Tel: + 224 916 525 080

www.editoradasletras.com

© 2018 EDITORA DAS LETRAS

Reservados todos os direitos. É proibida a reprodução desta obra por qualquer meio (fotocópia, offset, fotografia, etc.) sem o consentimento escrito da editora, abrangendo esta proibição o texto, a ilustração e o arranjo gráfico. A violação destas regras será passível de procedimento judicial, de acordo com o estipulado no Código dos Direitos de Autor.

Estimados Alunos, Professores, Gestores da Educação e Parceiros Sociais

A educação é um fenómeno social complexo e dinâmico, presente em todas as eras da civilização humana. É efectivada nas sociedades pela participação e colaboração de todos os agentes e agências de socialização. Como resultado, os membros das sociedades são preparados de forma integral para garantir a continuidade e o desenvolvimento da civilização humana, tendo em atenção os diferentes contextos sociais, económicos, políticos, culturais e históricos.

Actualmente, a educação escolar é praticamente uma obrigação dos estados que consiste na promoção de políticas que assegurem o ensino, particularmente para o nível obrigatório e gratuito. No caso particular de Angola, a promoção de políticas que assegurem o ensino obrigatório gratuito é uma tarefa fundamental atribuída ao Estado Angolano (art. 21º g) da CRA¹). Esta tarefa está consubstanciada na criação de condições que garantam um ensino de qualidade, mediante o cumprimento dos princípios gerais de Educação. À luz deste princípio constitucional, na Lei de Bases do Sistema da Educação e Ensino, a educação é entendida como um processo planificado e sistematizado de ensino e aprendizagem, visa a preparação integral do indivíduo para as exigências da vida individual e colectiva (art. 2 n.º 1, da Lei nº 17/16 de 7 de Outubro). O cumprimento dessa finalidade requer, da parte do Executivo e dos seus parceiros, acções concretas de intervenção educativa, também enquadradas nas agendas globais 2030 das Nações Unidas e 2063 da União Africana.

Para a concretização destes pressupostos sociais e humanistas, o Ministério da Educação levou a cabo a revisão curricular efectivada mediante correcção e actualização dos planos curriculares, programas curriculares, manuais escolares, documentos de avaliação das aprendizagens e outros, das quais resultou a produção dos presentes materiais curriculares. Este acto é de suma importância, pois é recomendado pelas Ciências da Educação e pelas práticas pedagógicas que os materiais curriculares tenham um período de vigência, findo o qual deverão ser corrigidos ou substituídos. Desta maneira, os materiais colocados ao serviço da educação e do ensino, acompanham e adequam-se à evolução das sociedades, dos conhecimentos científicos, técnicos e tecnológicos.

Neste sentido, os novos materiais curriculares ora apresentados, são documentos indispensáveis para a organização e gestão do processo de ensino-aprendizagem, esperando que estejam em conformidade com os tempos, os espaços e as lógicas dos quotidiano escolares, as necessidades sociais e educativas, os contextos e a diversidade cultural da sociedade angolana.

A sua correcta utilização pode diligenciar novas dinâmicas e experiências, capazes de promover aprendizagens significativas porque activas, inclusivas e de qualidade, destacando a formação dos cidadãos que reflectam sobre a realidade dos seus tempos e espaços de vida, para agir positivamente com relação ao desenvolvimento sustentável das suas localidades, das regiões e do país no geral. Com efeito, foram melhorados nos anteriores materiais curriculares em vigor desde 2004, isto é, ao nível dos objectivos educacionais, dos conteúdos programáticos, dos aspectos metodológicos, pedagógicos e da avaliação ao serviço da aprendizagem dos alunos.

¹ CRA: Constituição da República de Angola.

Com apresentação dos materiais curriculares actualizados para o triénio 2019-2021 enquanto se trabalha na adequação curricular da qual se espera a produção de novos currículos, reafirmamos a importância da educação escolar na vida como elemento preponderante no desenvolvimento sustentável. Em decorrência deste facto, endereçamos aos alunos, ilustres Docentes e Gestores da Educação envolvidos e comprometidos com a educação, votos de bom desempenho académico e profissional, respectivamente. Esperamos que tenham a plena consciência da vossa responsabilidade na utilização destes materiais curriculares.

Para o efeito, solicitamos veementemente a colaboração das famílias, mídias, sociedade em geral, apresentados na condição de parceiros sociais na materialização das políticas educativas do Estado Angolano, esperando maior envolvimento no acompanhamento, avaliação e contribuições de várias naturezas para garantir a oferta de materiais curriculares consentâneos com as práticas universais e assegurar a melhoria da qualidade do processo de ensino-aprendizagem.

Desejamos sucessos e êxitos a todos, na missão de educar Angola.

Maria Cândida Pereira Teixeira

Ministério da Educação

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Maria Cândida Pereira Teixeira". Below the signature, the text "Ministério da Educação" is printed in a smaller font.

Introdução

Querido aluno,

O manual que apresentamos é uma ferramenta muito valiosa que, durante o ano lectivo, terás em mãos. Tem, como tarefa principal, ajudar na construção dos conhecimentos científicos e na formação harmoniosa necessária para compreender os problemas internacionais, nacionais e regionais. Importa também que, ao compreender as questões acima aludidas, encontres soluções para os problemas locais contextualizando os conteúdos nacionais ou regionais.

As temáticas apresentadas enquadram-se no teu quotidiano. Mas muitos dos conteúdos são de âmbito internacional e nacional.

Para melhor contribuir para o processo de ensino-aprendizagem podem ser adequados à realidade local dando a possibilidade de se fazer o enquadramento, do contexto, utilizando o que aprendeste ao longo da tua vida.

Tentamos assim ajudar a que te conheças melhor, assim como as relações com a tua família e o meio que te rodeia e, só depois, para fora do contexto familiar.

Desejamos-te um ano lectivo proveitoso.

As autoras

Índice

TEMA 1 – QUEM SOU EU?	8	TEMA 5 – ALIMENTAÇÃO	48
A minha identificação	8	A necessidade de alimentação	48
O meu corpo.....	9	A nossa alimentação deve ser rica e variada	49
Os órgãos dos sentidos	14	O que devemos comer	50
A saúde do meu corpo	16	O que devemos comer durante o dia ...	51
Higiene do corpo	16	A fonte dos alimentos	52
Higiene alimentar	18	Os cuidados a ter com os alimentos	53
As posturas correctas, o repouso, o sono e as vacinas	21		
As vacinas	22		
TEMA 2 – A FAMÍLIA	24	TEMA 6 – A IMPORTÂNCIA DO VESTUÁRIO	54
Os membros da minha família	24	Os diferentes tipos de vestuário	54
Outras pessoas com quem mantenho relações muito próximas	26	Os materiais têxteis	55
		A higiene do vestuário	57
TEMA 3 – A HABITAÇÃO	28		
Habitação	28	TEMA 7 – SEGURANÇA	58
Localização da habitação	29	Os itinerários	58
Os compartimentos da habitação	31	Vias de acesso	58
A habitação como lugar de convivência familiar	31	Os sinais de trânsito	60
Os cuidados a ter com a casa	33	As regras de trânsito	61
		Os cuidados a ter com líquidos inflamáveis, objectos cortantes, venenos e escadas	62
TEMA 4 – A ESCOLA	36		
A minha escola	36	TEMA 8 – AS PLANTAS	64
Localização da escola	36	Estrutura das plantas	64
Os compartimentos da minha escola ...	39	A importância das plantas	65
A minha sala de aulas	42	Os cuidados a ter com as plantas	67
Os cuidados a ter com a escola	44		
O cuidado a ter com o material escolar ...	45		
A comunidade escolar	46		
		TEMA 9 – OS ANIMAIS	70
		Estrutura dos animais	71
		A importância dos animais	74

Quem sou eu?



A MINHA IDENTIFICAÇÃO

Eu chamo-me _____

Em casa chamam-me _____

Eu sou: menino menina

Tenho _____ anos.

Nasci no dia _____ do mês _____ do ano _____.

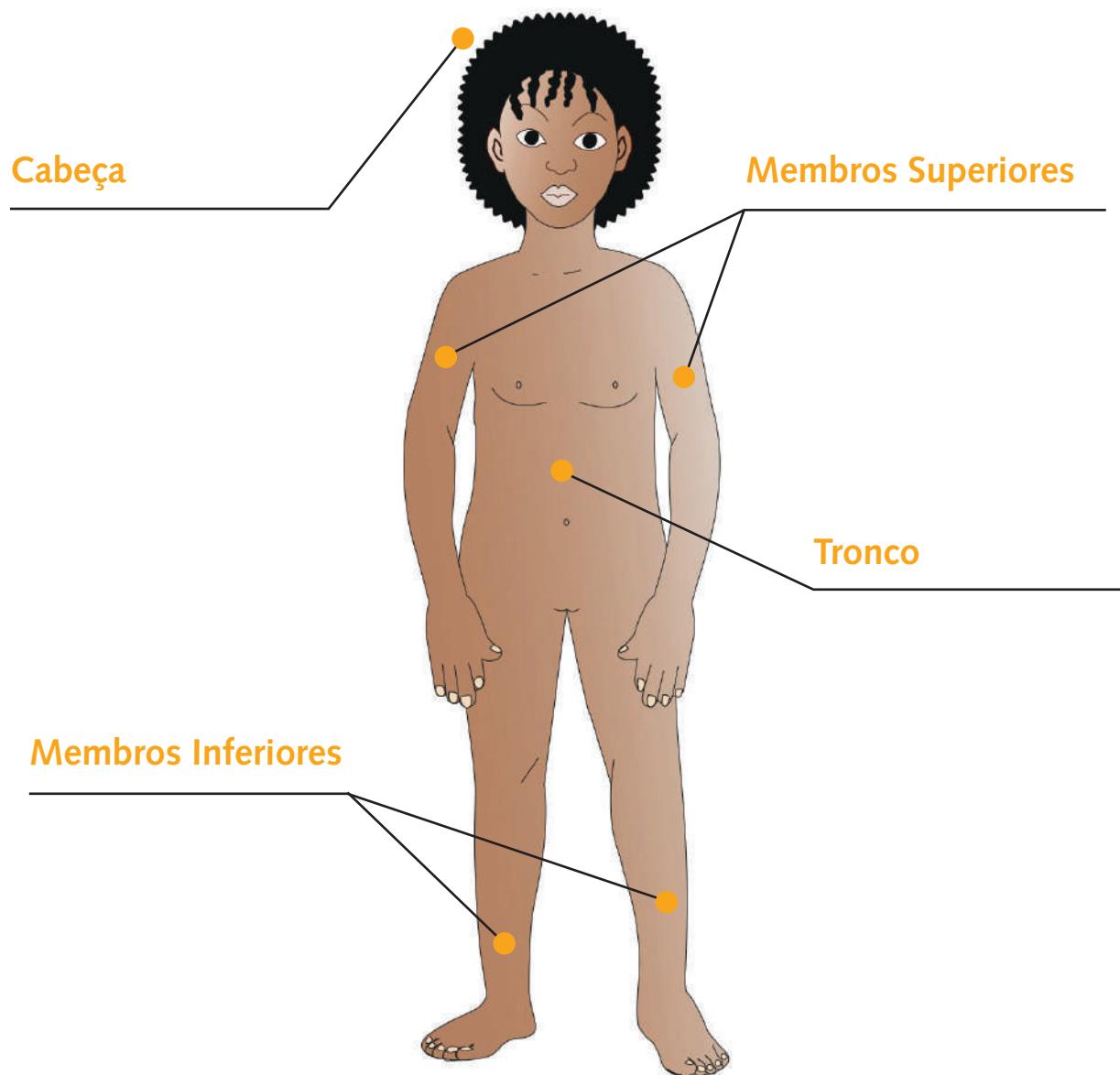
FOTOGRAFIA

Marca no calendário o mês e o dia dos teus anos.

Janeiro		Fevereiro		Março		Abril	
Seg.	Ter.	Qua.	Qui.	Sext.	Sab.	Domingo	
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					
Maio		Junho		Julho		Agosto	
Seg.	Ter.	Qua.	Qui.	Sext.	Sab.	Domingo	
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					
Setembro		Outubro		Novembro		Dezembro	
Seg.	Ter.	Qua.	Qui.	Sext.	Sab.	Domingo	
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					

O MEU CORPO

Esta criança parece-se contigo, porque o corpo dela é composto por cabeça, tronco, membros superiores (os braços, mãos e dedos) e membros inferiores (pernas, pés e dedos dos pés).



**Na cabeça tens o cabelo, as orelhas, os olhos, o nariz e a boca.
No tronco está o peito e a barriga.**

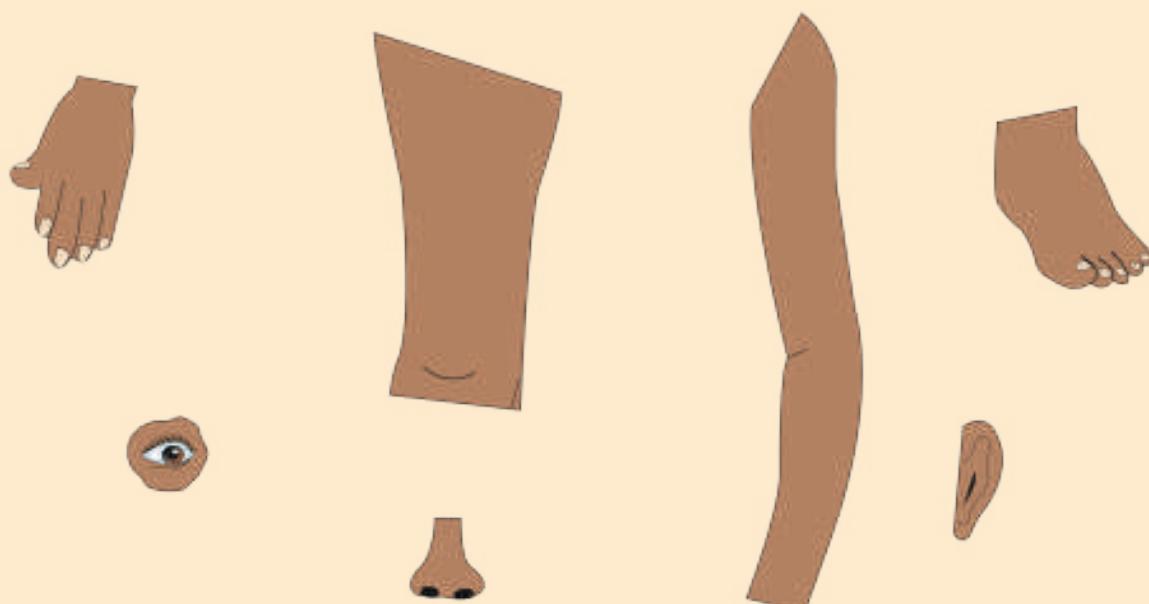
TEMA 1

Actividade

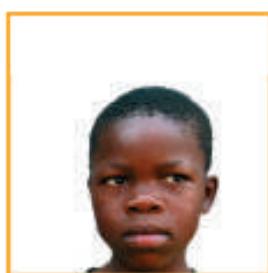
1. Recorta as partes que compõem a figura e cola-as numa cartolina, ou folha branca.
Coloca cada parte no seu devido lugar, formando o corpo inteiro.



2. Identifica a tua cabeça, o tronco, os membros superiores e os inferiores.
3. Reconhece os elementos que constituem os membros superiores.



O nosso corpo tem muitas semelhanças com o corpo dos nossos pais.
Repara nestas fotografias:



Tony



Pai do Tony



Daisy

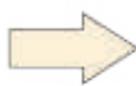


Mãe da Daisy

Quando nascemos, somos tão pequeninos...; com o tempo, aumentamos de tamanho e de peso.



A Tagilde
aos 30 dias.



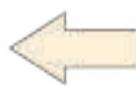
Foi crescendo
(6 meses).



Agora é assim,
com 6 anos.



Sofrerá modificações
até envelhecer (60 anos).



Ela continuará
a crescer (15 anos).



Actividade

1. Completa.

Quando nasci pesava _____ quilogramas e agora peso _____ quilogramas.

Media _____ centímetros e agora meço _____ centímetros.

TEMA 1

As pessoas podem ser do sexo masculino ou do sexo feminino.

Sexo masculino	Sexo feminino
	
O menino.	A menina.
	
O rapaz.	A rapariga.
	
O homem.	A mulher.
	
O velho.	A velha.
	
O João é um menino.	A Cássia é uma menina.

Actividade

- Coloca um X na figura do menino e uma bolinha na figura da menina.



TEMA 1

OS ÓRGÃOS DOS SENTIDOS

Eu oiço a natureza pelos meus ouvidos, onde entra o som, com os olhos vejo, pelas narinas entra o cheiro bom das flores, usando a língua sinto o sabor dos alimentos e a na pele sinto o calor e o frio. Estes são os órgãos dos sentidos.

Com os meus olhos
contemplo este lindo jardim
com suas belas flores.



Que aroma
agradável entrando pelas
minhas narinas.



É tão saboroso meu gelado. Ai!
A minha língua está a doer
de tanto gelado.



Que melodia agradável os
meus ouvidos estão a captar.
Que beleza!



Ai! ai! Queimei
os dedos. Que quente
está a panela!



Actividade

1. Legenda as figuras que representam os 5 órgãos dos sentidos.



2. Liga correctamente cada uma das figuras com a palavra que lhe corresponde.



•

Tacto



•

Gosto



•

Visão



•

Audição



•

Cheiro (olfacto)

TEMA 1

A SAÚDE DO MEU CORPO

O ambiente em que nos encontramos tem muita poeira e micróbios. Para ter boa saúde, precisamos de cuidar da higiene do nosso corpo.

Higiene do corpo

Para cuidar da higiene do corpo, todos os dias quando o Juca acorda realiza as seguintes actividades: toma banho com água limpa e sabão, escova os dentes com água limpa e pasta de dentes, troca de roupa vestindo algo limpo e passado a ferro, penteia o cabelo, lava sempre as mãos com água limpa e sabão antes de cada refeição e depois de usar a casa de banho para as suas necessidades.

Actividade

1. Ordena os actos realizados pelo Juca, todas as manhãs, escrevendo números nos quadrados.



A Yoyo, para cuidar da higiene da boca, lava os dente ao acordar, depois de cada refeição e ao deitar. Ela tem 7 anos e tem 20 dentes.

Observa como a Yoyo faz para ter os dentes saudáveis:



- 1.º Escova os dentes na parte de dentro;
- 2.º Escova os dentes na parte de fora;
- 3.º Escova a parte de cima dos dentes de mastigação;
- 4.º Guarda sempre a escova de dentes num copo limpo e a pasta de dentes fica sempre tapada.

Ela também vai ao dentista duas vezes ao ano para manter a saúde dos seus dentes.

Actividade

1. Observa as figuras abaixo e coloca um X nos meninos que cuidam bem dos seus dentes.



TEMA 1

Higiene alimentar

Para ter força e energia, o corpo precisa de alimentos. A alimentação saudável é constituída por vários tipos de alimentos como a carne, o peixe, os ovos, o leite, as frutas, os legumes e outros. A água também deve fazer parte da alimentação porque ajuda a manter o corpo saudável.

Os alimentos devem ser bem cuidados e guardados no frigorífico ou em lugares limpos e frescos e devem estar dentro do prazo de validade.

Os alimentos mal conservados e fora de prazo provocam doenças que podem mesmo matar.



Roda dos alimentos.

Os alimentos devem ser ingeridos devagar e em quantidades suficientes para vivermos com saúde.

Tenho 30 minutos
para o almoço. Como devagar
para mastigar bem os
alimentos.



Actividade

1. Na figura abaixo, pinta os alimentos que mais gostas.



TEMA 1

2. Os alimentos devem ser bem cuidados e guardados em lugares secos e frescos. Observa as figuras abaixo e pinta com uma bolinha verde os lugares frescos para guardar os alimentos e com a cor vermelha os lugares proibidos para guardar os alimentos.



Já sei que:

- Conheço a natureza porque com os meus olhos vejo a sua beleza, o meu nariz sente o cheiro das flores, a língua sente o sabor dos alimentos, com os ouvidos oiço o cantar dos pássaros e sinto calor ou frio com os dedos. Os olhos, o nariz, a língua, os ouvidos e a pele são os meus órgãos dos sentidos;
- Devo tomar banho todos os dias pelo menos uma vez;
- Devo lavar a boca e escovar os dentes ao acordar, depois de cada refeição e ao deitar;
- Devo consultar o dentista pelo menos duas vezes ao ano;
- Devo usar sempre roupas limpas e passadas a ferro;
- Os alimentos devem ser conservados em lugares frescos e secos;
- Devo ter uma alimentação variada e equilibrada.

As posturas correctas, o repouso, o sono e as vacinas

Para ter saúde, é preciso ter uma postura correcta ao sentar, deitar ou enquanto caminho. O repouso, o sono e as vacinas também ajudam a conservar a minha saúde.



TEMA 1

Dormindo 8 a 10 horas por noite e repousando depois das actividades podes crescer saudável.



O Jorginho e a Emilia dormem 10 horas por noite. Por isso, estão sempre bem dispostos.

A Mingota só dorme 5 horas por noite. Ela não participa nas aulas porque tem muito sono.

As vacinas

As crianças devem ter as vacinas em dia para crescerem com saúde.



A Clarinha, o Akiles e a Navarra tomaram todas as vacinas do plano de saúde, por isso são saudáveis. Os seus pais respeitaram a vacinação obrigatória.

Ele ficou debilitado porque os pais não respeitaram o calendário de vacinação.

NOTA: As vacinas são muito importantes porque protegem a saúde das pessoas. Quando as crianças apanham todas as vacinas, tornam-se mais fortes e saudáveis porque o seu corpo está protegido.

Já sei que:

- Devo ter uma postura correcta ao sentar, deitar e caminhar;
- Devo dormir 8 a 10 horas de noite para ter boa saúde;
- Devo apanhar todas as vacinas para evitar contrair doenças;
- As vacinas protegem o corpo de doenças.

A c t i v i d a d e

- 1.** Faz um desenho de meninos e meninas felizes e saudáveis a brincarem no pátio da escola.



- 2.** Completa as frases com as palavras do quadro ao lado.

a) Eu durmo _____ horas por noite.

b) Eu _____ no meio das minhas actividades diárias.

c) Apanhei todas as _____. Por isso, tenho boa saúde.

**repouso
8 a 10
vacinas**

A Família

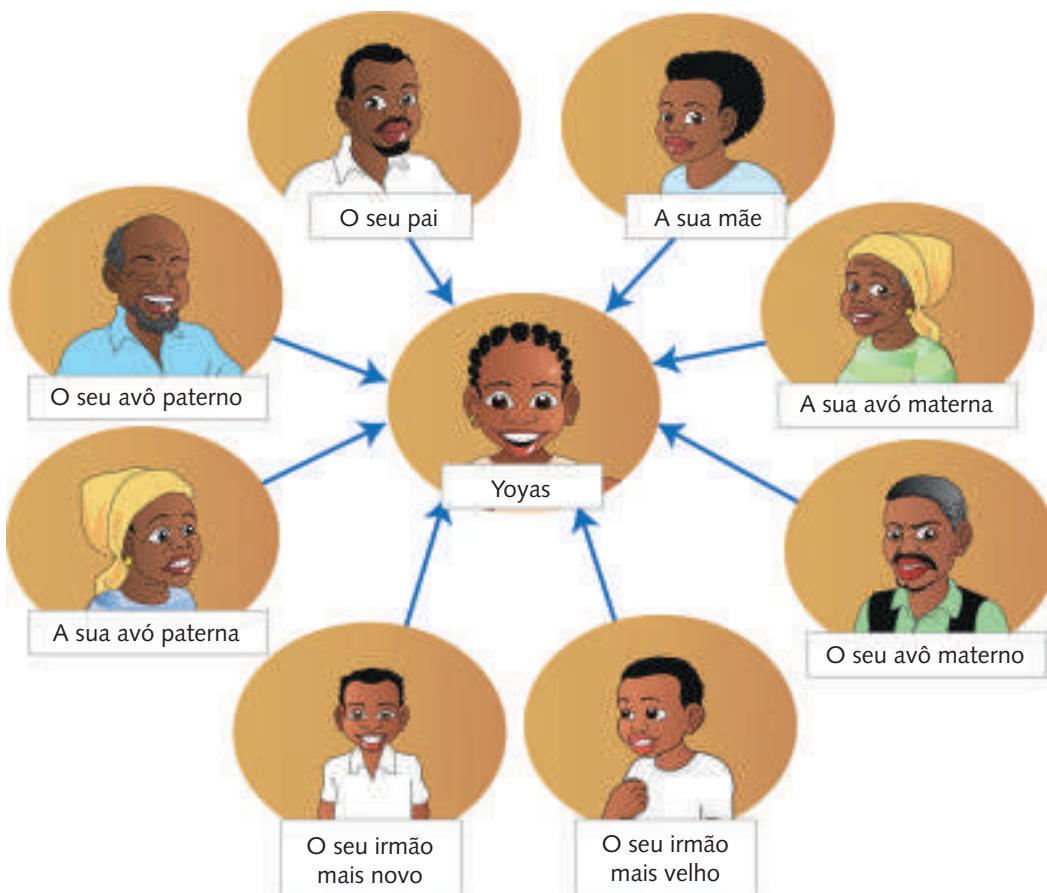


OS MEMBROS DA MINHA FAMÍLIA

A Yoyas vive com as outras pessoas em sua casa. Estas pessoas são o pai, a mãe e os irmãos. Elas vivem na mesma casa e por isso, formam uma família.

Ela brinca com o seu maninho, com o papá e a mamã. A Yoyas é muito feliz com a sua família.

Repara na relação que existe entre ela e os membros da sua família.



Actividade

1. Coloca no espaço abaixo uma fotografia do teu papá.



2.



Os meus irmãos

Eu tenho _____ irmãos.

O 1.º chama-se _____ e tem _____ anos.

O 2.º chama-se _____ e tem _____ anos.

O 3.º chama-se _____ e tem _____ anos.

Eu chamo-me _____.

Tenho _____ anos.

Para além dos pais, avós e irmãos existem outros membros da família que são os tios, primos e sobrinhos.

TEMA 2

OUTRAS PESSOAS COM AS QUAIS MANTENHO RELAÇÕES MUITO PRÓXIMAS

No bairro onde a Yoyas vive tem muitas casas onde vivem outras pessoas. As pessoas que vivem próximo da casa dela são os seus vizinhos, com os quais ela brinca, passeia, vai ao parque, à escola ou a uma festa. Alguns são seus colegas de escola e outros são seus amigos.



Já sei que:

- 1.** Os membros mais próximos da minha família são meu pai, minha mãe e os meus irmãos;
- 2.** Outros membros da minha família são os meus tios, primos, avós da parte do pai e da mãe;
- 3.** Mantenho relações próximas com os meu vizinhos, amigos, colegas, professores e outros funcionários da escola.

A Habitação

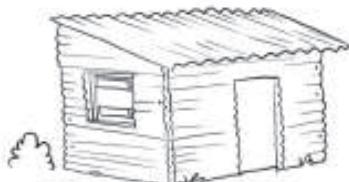


HABITAÇÃO

As casas são diferentes umas das outras. Umas são grandes, outras são pequenas. São construídas com materiais diferentes. Podem ser de pau-a-pique, blocos, tijolos, adobe, cobertas com capim, chapas ou telhas.

Actividade

1. Pinta, na figura, a casa que mais se parece mais com a tua.



2. Liga com uma seta a figura e a frase a que pertence.



•

- Casa de pau-a-pique e chapas



•

- Casa de bloco e chapas



•

- Casa adobe e capim



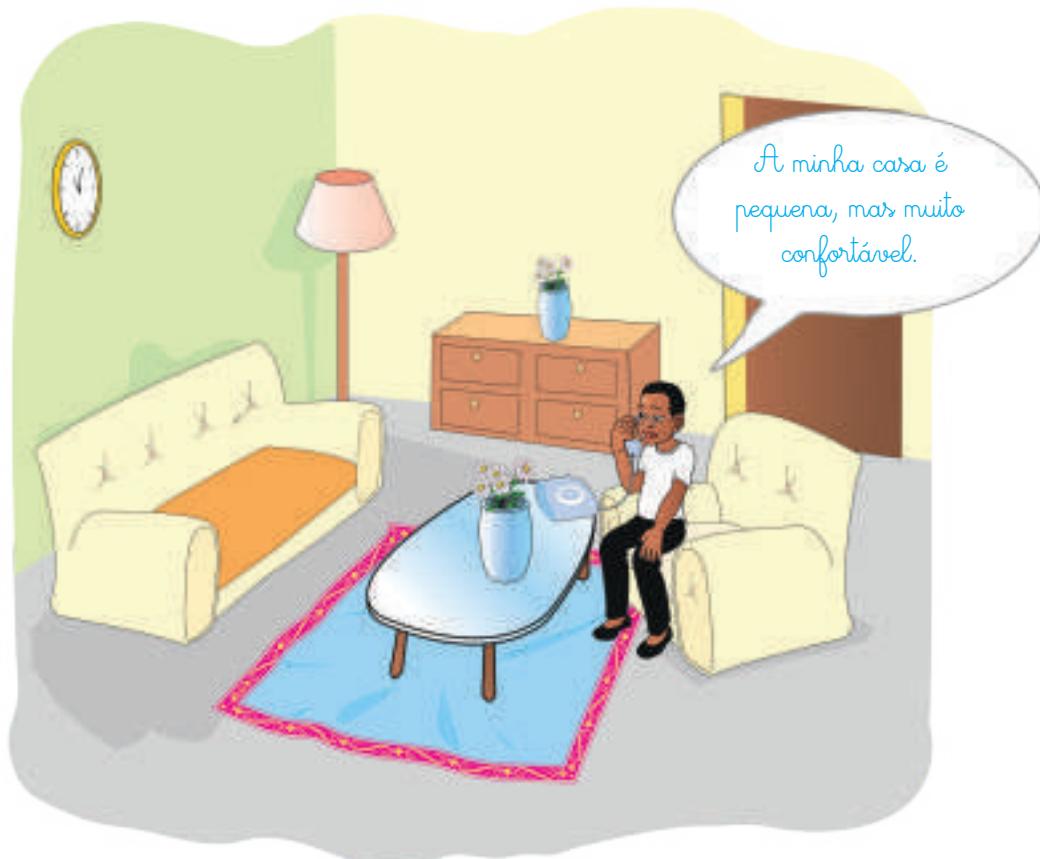
•

- Casa de tijolo e telhas

LOCALIZAÇÃO DA HABITAÇÃO

A casa do Lace e do Félix fica perto do supermercado amarelo e do banco. Situa-se no bairro Mandume, rua 4 de Abril, casa número 12.

TEMA 3



Actividade

1. Completa.

A minha casa fica no bairro _____, Município de _____.

A minha casa tem _____ quartos, _____ cozinha,
_____ casa de banho, _____ salas.

Já sei que:

- As casas podem ser construídas com diferentes materiais como pau-a-pique, adobe, blocos e tijolos. Elas podem ser cobertas com capim, chapas ou telhas;
- Devo saber onde fica situada a minha casa e conhecer o nome do bairro, da rua, nº da casa e a cor, para não me perder.

OS COMPARTIMENTOS DA HABITAÇÃO

Uma casa para ser confortável tem de ser bem compartimentada.



A HABITAÇÃO COMO LUGAR DE CONVIVÊNCIA FAMILIAR



TEMA 3

Uma família unida, como a da Tuca, senta-se toda à mesa durante as refeições. Os familiares conversam amigavelmente e partilham os alimentos.

À noite, todos se sentam na sala de visitas, assistem televisão e conversam.

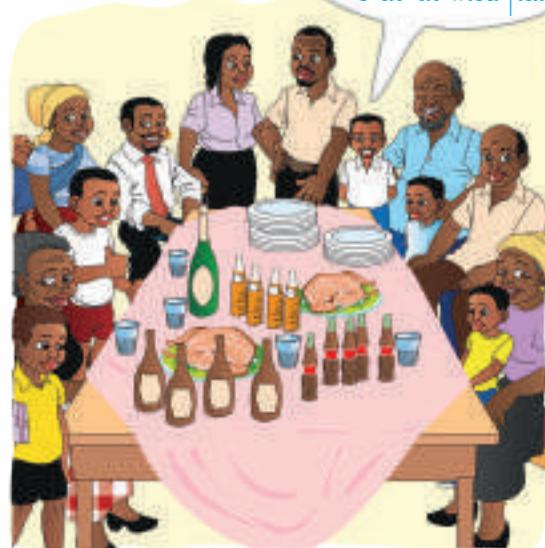
Noutros lugares do nosso país as famílias sentam-se num jango onde conversam, contam histórias e cantam.



A Gerusa ajuda o papá na cozinha.

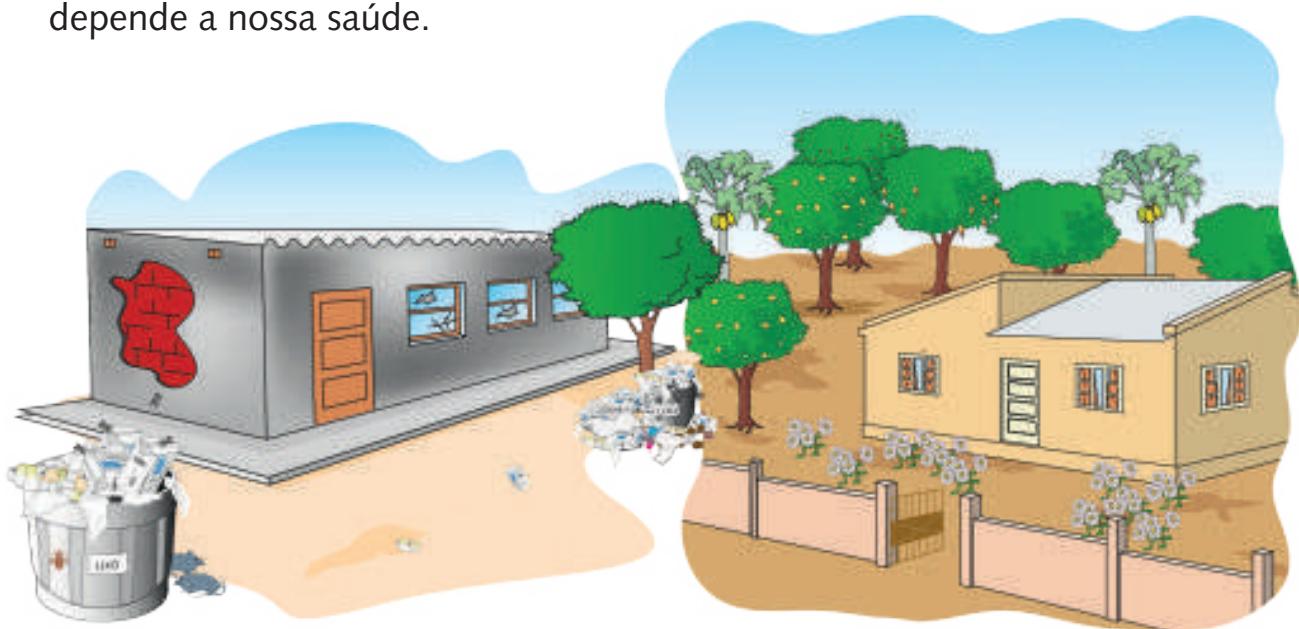


A Gerusa dorme no mesmo quarto que o seu irmão Cassule.



OS CUIDADOS A TER COM A CASA

É da limpeza das nossas casas que depende a nossa saúde.



A casa do Tchembá está suja e mal conservada.

A casa da Su está limpa e bem conservada.

Todos os dias devemos limpar, arrumar e arejar as nossas casas. Cada membro da família deve procurar manter a ordem da casa, cooperando uns com os outros. Os rapazes colaboram na limpeza e arrumação da casa, ao lado das raparigas.



TEMA 3



A Adjane e a Cassidy cuidam do belo jardim que fica no quintal da sua casa.

Actividade

1. Liga com uma seta o compartimento e os respectivos objectos:

- | | | |
|---------|---|-------------|
| Quarto | • | • Fogão |
| Cozinha | • | • Cama |
| Sala | • | • Televisor |
| Jango | • | • Almofada |
| | | • Mesa |
| | | • Panelas |
| | | • Fogueira |

Já sei que:

- A nossa casa deve estar sempre limpa para termos saúde;
- Cada compartimento da habitação tem sua utilidade;
- As tarefas devem ser orientadas para os rapazes e para as raparigas sem diferenciar.

A Escola

A MINHA ESCOLA

Localização da Escola



A escola do Brice fica longe da sua casa, perto da Policia e do Museu, à frente do Mercado e por trás do Hospital.

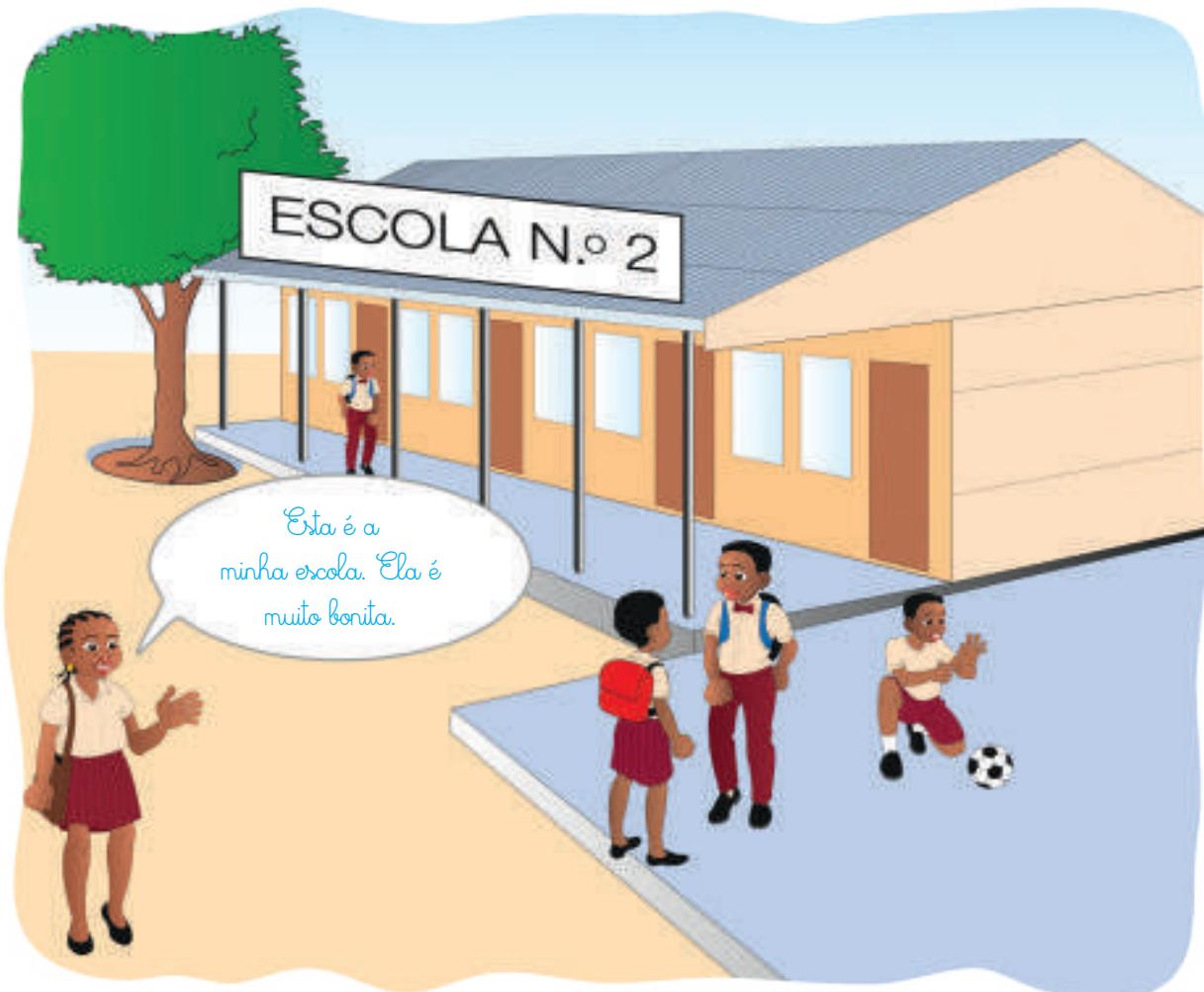
Actividade

1. Completa. Vamos localizar a nossa escola.

A minha escola localiza-se no bairro de _____.

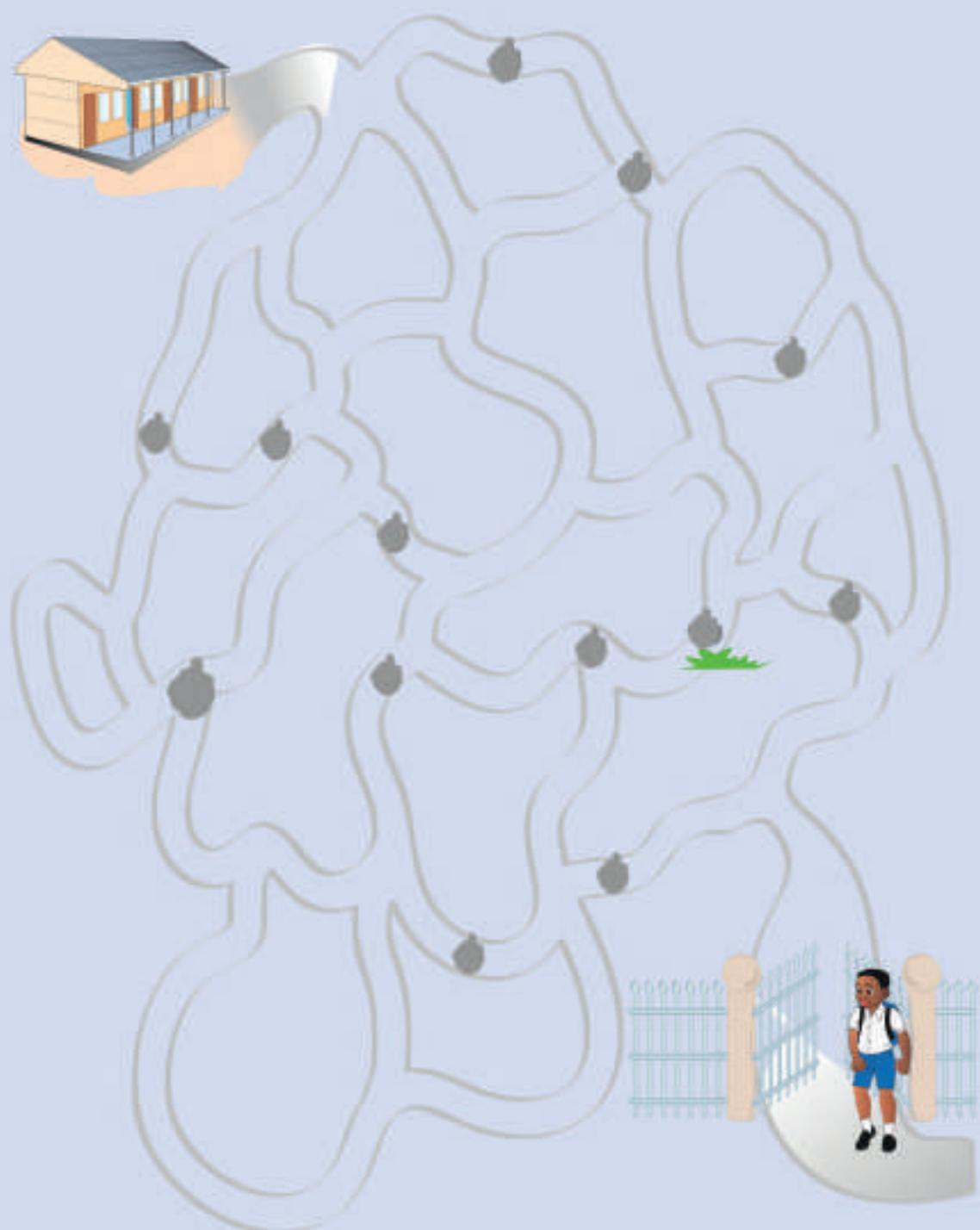
Está pintada de cor _____.

É a escola n.º _____.



TEMA 4

2. Vamos ajudar o Brice a encontrar o caminho mais seguro para a sua escola.

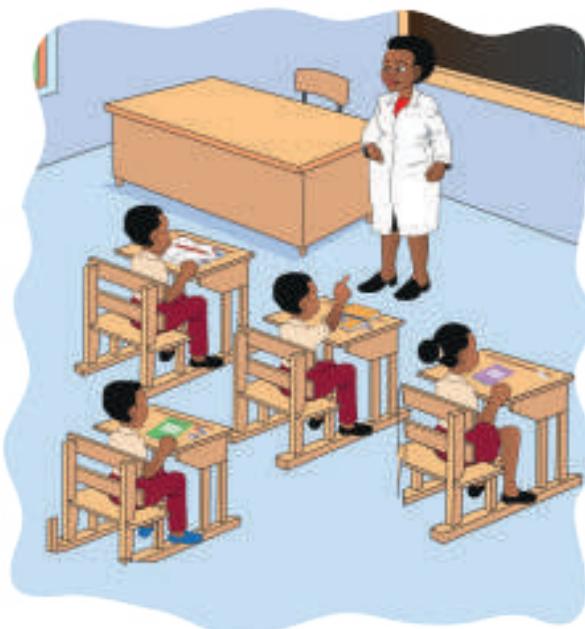


OS COMPARTIMENTOS DA MINHA ESCOLA

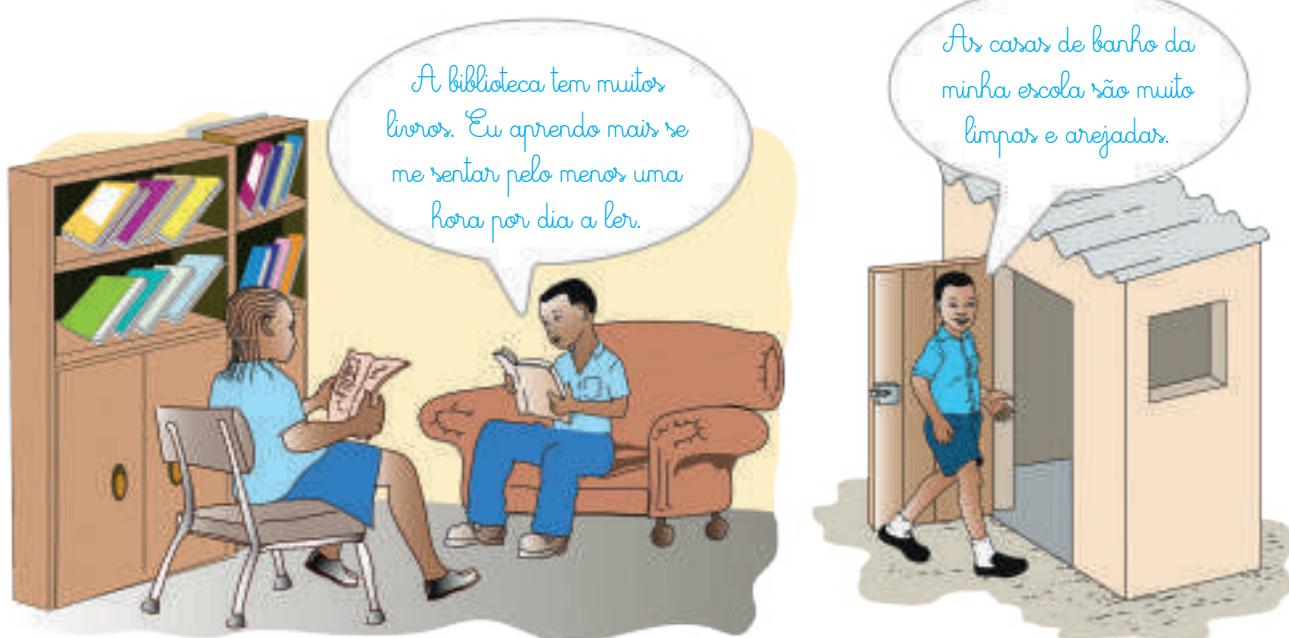
A escola do Brice tem os seguintes compartimentos: salas de aulas, gabinete do Director, secretaria, casa de banho, biblioteca e cantina.



Ao redor da escola há um grande pátio onde brincam no intervalo.



TEMA 4



Actividade

Relaciona correctamente, ligando o compartimento da escola com a sua função.

Gabinete do Director

Onde os alunos
brincam no intervalo

Secretaria

Onde são guardados os
documentos dos alunos

Sala de aulas

Lugar do processo de
aprendizagem

Refeitório

Lugar onde são tratados os
assuntos da escola e dos alunos

Pátio

Espaço reservado para as
refeições

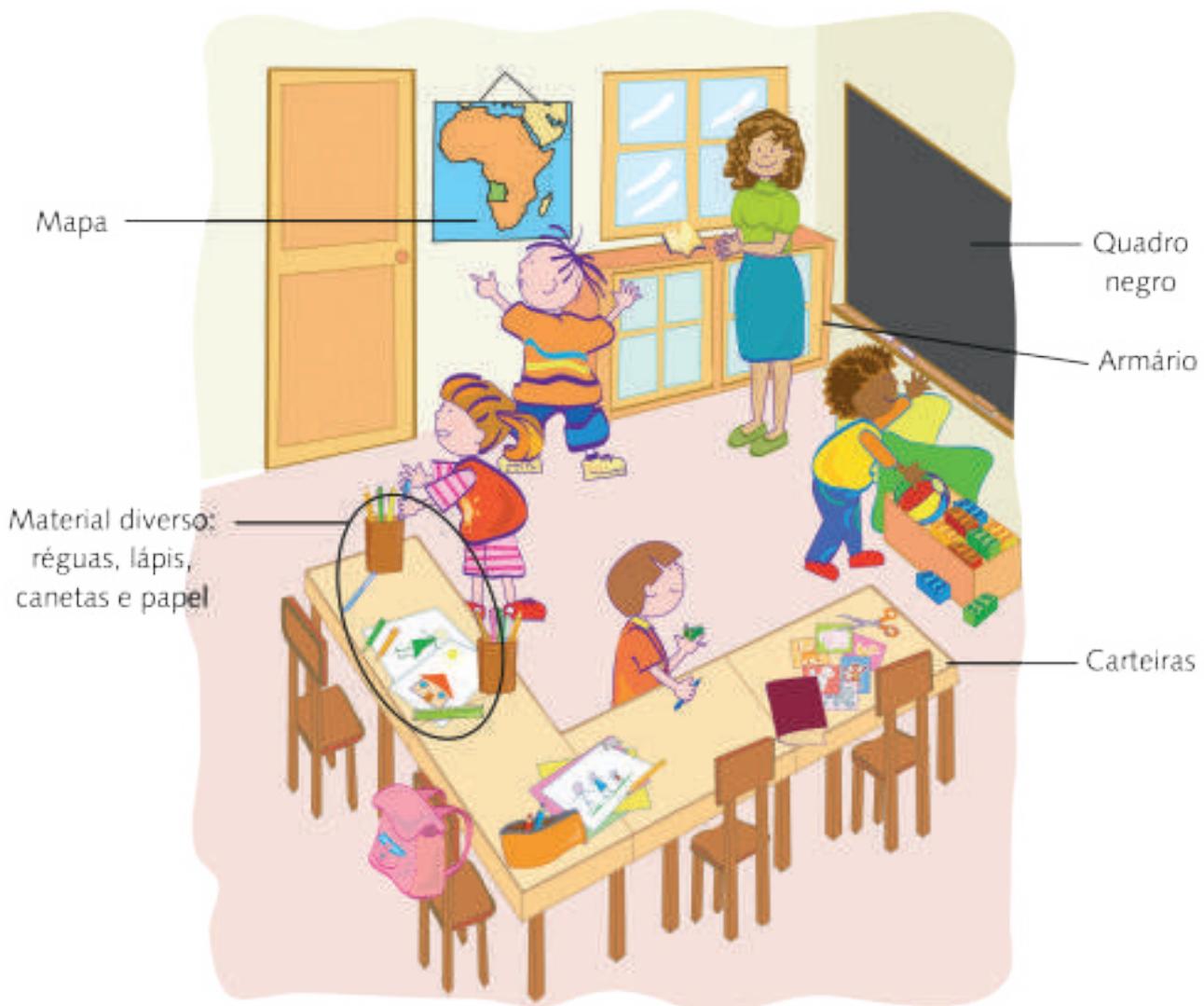
TEMA 4

A MINHA SALA DE AULAS

A minha sala de aulas tem uma secretária para o professor, um quadro negro, várias carteiras, os mapas e um armário. Este mobiliário é muito bem tratado por todos os elementos da turma.



*Eu e a Tagilde somos
coleguinhas de turma. Estudamos
na mesma sala, temos a mesma
professora e dividimos todo o
material da sala.*



Actividade

1. Assinala com um X os comportamentos que achas incorrectos.

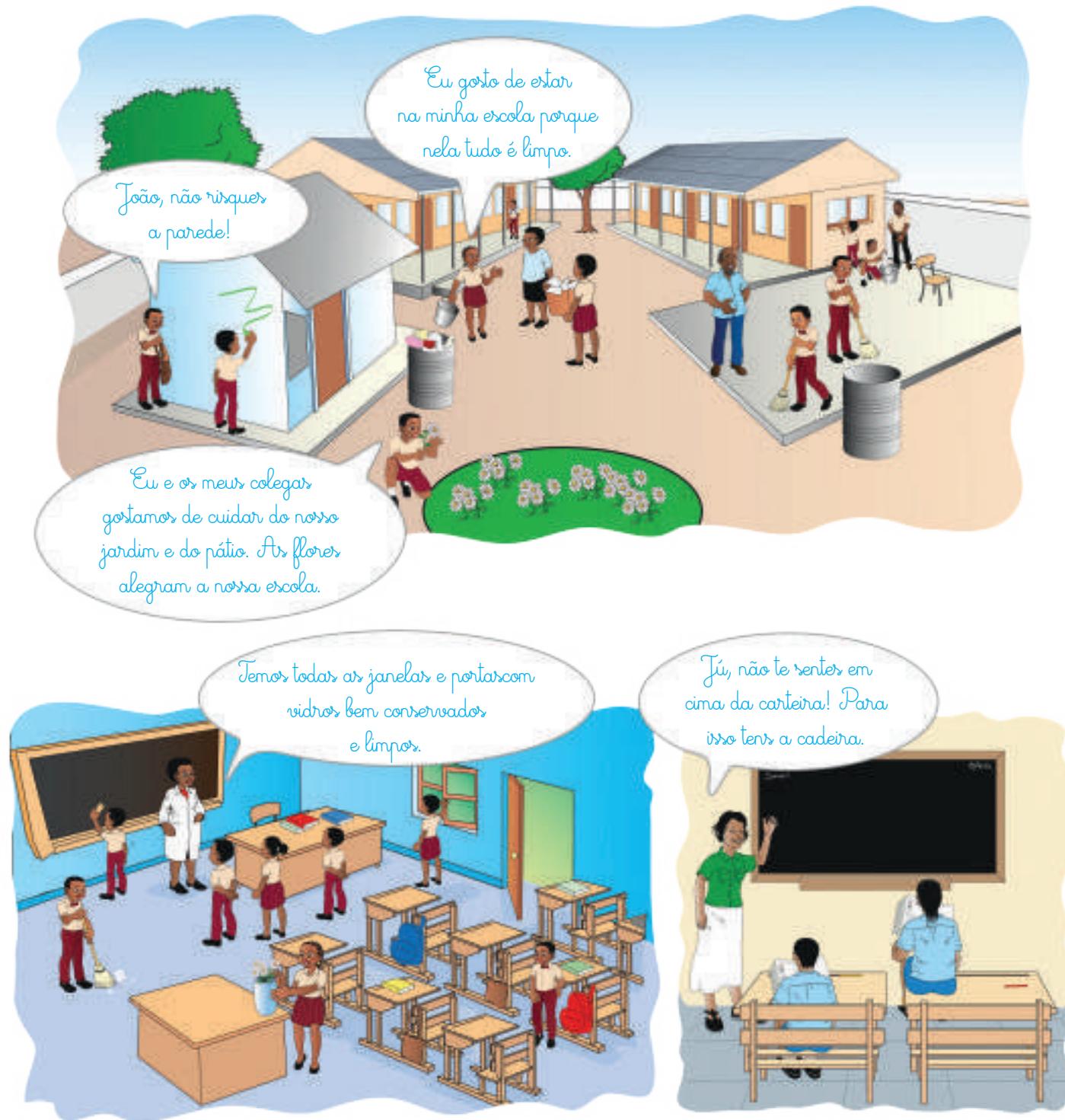


Na escola passamos a maior parte do tempo dentro da sala de aulas. Por isso, ela deve estar muito limpa, arrumada, arejada e não devemos fazer barulho desnecessário.

TEMA 4

OS CUIDADOS A TER COM A ESCOLA

Na escola passamos a maior parte do nosso tempo e aprendemos a ser os homens e mulheres de amanhã. Por isso, ela deve ser um lugar acolhedor e agradável, sem lixo, moscas, maus cheiros, etc.



O CUIDADO A TER COM O MATERIAL ESCOLAR

Observa as figuras.



Quando vamos à escola eu e o Marquinhos levamos nas nossas mochilas ou pastas os cadernos, os livros, os lápis, as lapiseiras e os lápis de cor.

Na escola também encontramos o mobiliário constituído por carteiras, cadeiras, secretária do professor, quadro, armários e cestos. Este mobiliário garante-nos estudar com conforto.

Quando construíram a bonita escola onde estudamos, colocaram vidros, portas e paredes bem pintadas. Estes vidros, portas e paredes devem ser bem conservados para a nossa escola se manter bonita. Nas nossas brincadeiras, devemos evitar atirar pedras para não partirmos os vidros e as portas nem riscar as paredes.

A sala de aulas, pátio e as casas de banho ou latrinas deve estar sempre limpas. Não devemos atirar lixo para o chão nem deixar que as casas de banho ou latrinas fiquem sujas.

Todo o material que levamos para a escola, o mobiliário da escola que encontramos na escola, os vidros, as portas e as paredes, devem ser muito bem cuidados.

TEMA 4

Actividade

1. Completa a seguinte frase com as palavras do quadradinho ao lado:

O Muinquito tem na sua mochila os _____,
os _____ e os _____.

**lápis
cadernos
livros**

A COMUNIDADE ESCOLAR

Na escola encontramos os colegas, professores, directores e outros funcionários. Todos formamos uma família, com a qual passamos a maior parte do dia. Os professores são os nossos segundos pais, porque nos formam para sermos homens e mulheres. Ensinam-nos a ler, a escrever e a contar.

O director vela pelos problemas da escola, as titias limpam a escola e controlam as nossas traquinices no intervalo.



Já estamos na escola.
Que alegria!
Lá, temos outros papás,
que são os professores,
e outros irmãos, que são os
nossos coleguinhas.



Já sei que:

- Onde fica localizada a minha escola;
- Devo ir sempre acompanhado por uma pessoa mais velha para a escola;
- A escola é o lugar onde aprendemos a ler, a escrever e a contar;
- A escola tem muitos compartimentos;
- O material e o mobiliário escolar devem ser sempre muito bem cuidados;
- Quando a escola fica suja, podemos apanhar muitas doenças;
- Eu e os meus colegas devemos ser muito amigos porque passamos muito tempo juntos na escola.

Alimentação



A NECESSIDADE DE ALIMENTAÇÃO

Para que as pessoas vivam e tenham saúde necessitam de se alimentar.



Às refeições, eu como de tudo um pouco. Pão, peixe, ovos, carne, frutas, leite, etc. Por isso tenho boa saúde.



Estou com
tanta fome.
Não consigo
nem andar.

Eu
alimento-me
bem e por isso
tenho saúde.

A nossa alimentação deve ser rica e variada

As crianças necessitam de uma boa alimentação para crescerem bem e desenvolverem todas as actividades físicas, psíquicas e intelectuais.



O Jony alimentou-se mal quando era pequeno. Reprovou muitas vezes e desistiu da escola.



Hoje, o Jony é um adulto mal sucedido. Está quase sempre desempregado porque não estudou o mínimo obrigatório.



A Fátima alimentou-se sempre bem quando pequena e sempre estudou para ter boas notas na escola. Passava sempre de classe e fisicamente era bem desenvolvida.



Hoje, a Fátima tem um bom emprego e boas condições de vida.

TEMA 5

O QUE DEVEMOS COMER

A alimentação deve ser rica e variada.

Os alimentos ajudam-nos a crescer com saúde, dão-nos força e protegem o nosso corpo de doenças.

Roda dos alimentos



Actividade

1. Completa as frases com as palavras ao lado:

O nosso corpo precisa de _____ para ser saudável.

A alimentação do dia deve ser variada e _____.

Uma refeição deve ter _____, _____ e _____.

alimentos
rica
funge
peixe
fruta

2. Assinala com um X os comportamentos correctos destes meninos.



O que devemos comer durante o dia

Com uma alimentação rica e variada conseguimos ter boa saúde e bom desenvolvimento físico e mental.

Actividade

- Marca com um X os alimentos próprios para cada refeição.

Alimentos	Pequeno almoço	Almoço	Lanche	Jantar
Pão				
Massa				
Feijão				
Arroz				
Batata				
Mandioca				
Milho				
Carne				
Peixe				
Ovos				
Leite				
Queijo				
Manteiga				
Frutas				
Iogurte				
Legumes				

TEMA 5

A FONTE DOS ALIMENTOS

Os alimentos podem ser fornecidos pelas plantas (origem vegetal) como as frutas, o milho, a mandioca, o açúcar, a batata; ou pelos animais (origem animal) como a carne, o peixe, os ovos, o leite, etc.



A minha mamã preparou
um bom frango com batatas
fritas e salada. Para a sobremesa
temos banana.



Esta maçã é sumarenta
e doce. A fruta tem vitaminas
que ajudam as crianças
a crescer com saúde.



Quais são os 3 alimentos que mais gostas?

OS CUIDADOS A TER COM OS ALIMENTOS



Para que a alimentação seja saudável, deve ser variada e rica. Ou seja, temos de comer determinadas quantidades de todos os alimentos que formam a roda dos alimentos, desde que sejam frescos e bem conservados.

Deve evitarse a exposição dos alimentos em locais com moscas e baratas, de forma a evitar doenças.



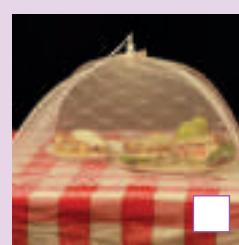
Alimento bem conservado.



Alimento mal conservado.

Actividade

1. Assinala com um X os alimentos bem conservados.



A Importância do Vestuário



OS DIFERENTES TIPOS DE VESTUÁRIO

O vestuário é importante porque cobre e proteje o nosso corpo do frio, dos raios de sol e das poeiras.



Roupa de frio Roupa de calor

Os meninos da figura estão vestidos com roupas diferentes. Existem roupas próprias para meninos e para meninas, roupas para o calor e outras para o frio.

A roupa que nós colocamos no corpo é o que se chama de vestuário.

Os materiais têxteis

O vestuário varia de acordo com o tipo de material (algodão, lã, pele e seda), o sexo da pessoa e o clima.



Seda



Algodão



Pele



Lã

Esta minha camisola de lã é tão quentinha...

Como é lindo o vestido vermelho que a Tchissila está a usar.

O Cajo está tão bem vestido com aquela calça de linho e uma camisa de algodão!



TEMA 6



Roupa para o Verão



Roupa para o Inverno

Para o calor, usa-se mais roupa de algodão. É mais fresca e confortável.



Quando faz frio usamos camisolas, calças e casacos de lã. São mais quentes.

A IMPORTÂNCIA DO VESTUÁRIO

A HIGIENE DO VESTUÁRIO

Já vimos que o vestuário é muito importante. Por isso, ele deve ser bem cuidado.

Quando usamos a roupa, ela suja-se por causa do suor e das poeiras. Por isso, ela deve ser lavada sempre que achemos que está suja.



Segurança



OS ITINERÁRIOS



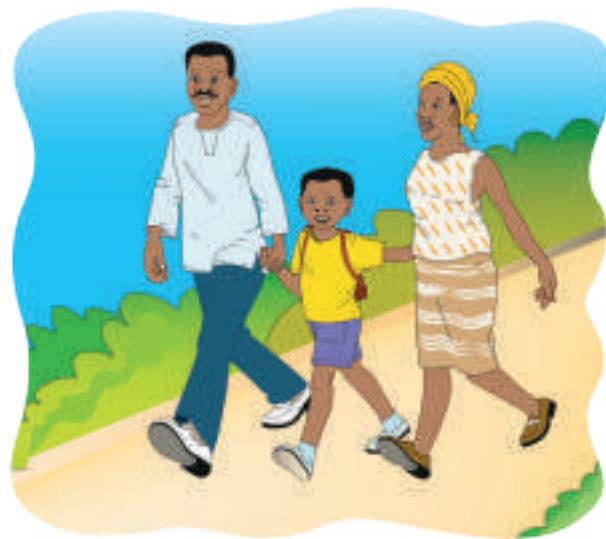
Vias de acesso



Nos primeiros dias de aulas, as crianças devem ser acompanhadas pelos seus pais ou encarregados de educação. Estes devem ensinar-lhes os caminhos mais curtos e seguros de casa para a escola e da escola para casa.

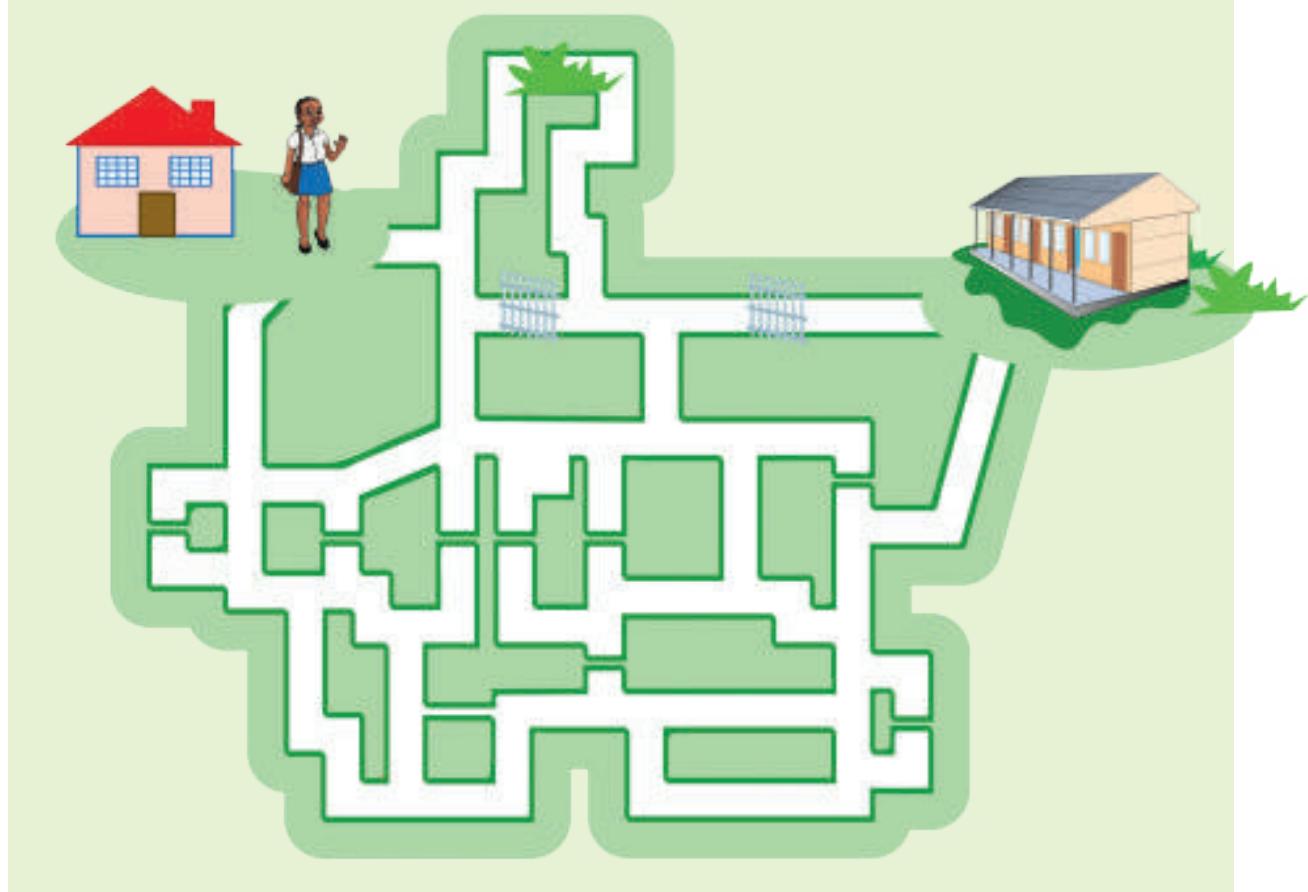
Presta atenção!

- não vá sozinho por caminhos que não conheces;
- pede sempre a um mais velho para te acompanhar, se achares que não te lembras do caminho seguro;
- não sigas pessoas sem saberes para onde vão;
- segue sempre pelo caminho mais curto e seguro entre a tua casa e a escola.



Actividade

1. Ajuda a Tagy a encontrar o caminho para a sua escola.



TEMA 7

OS SINAIS DE TRÂNSITO

Os sinais de trânsito ajudam-nos a andar com segurança nas vias públicas.

SINAIS DE TRÂNSITO	SIGNIFICADO	ATITUDE	
		Certo	Errado
	Passadeira para travessia de peões. Quando atravessares uma estrada, procura passar sempre na passadeira.		
	Semáforo para peões. Quando estiveres perante um semáforo, atravessa só quando o boneco verde estiver aceso.		
	Sinal de proximidade de local frequentado por crianças (escola ou jardim infantil). Quando circulares junto a uma estrada, circula pela berma, em fila india e de frente para os carros		

Actividade

1. Une a coluna A com a coluna B.

- | A | B | |
|---|-------------------------|-------------|
|  | Luz verde para peões | ● Parar |
|  | Luz vermelha para peões | ● Prudência |
|  | Luz amarela | ● Avançar |

AS REGRAS DE TRÂNSITO

Eu cumpro com as regras de trânsito.



Eu só atravesso a rua quando a luz verde para peões estiver acesa.



Eu só atravesso a rua nas passadeiras.



Eu caminho pela berma, de frente para o trânsito, e pela esquerda.



Eu cumpro com a orientação da sinaleira.

Só devo atravessar a rua quando o semáforo para peões estiver verde ou a sinaleira me permitir passar.

Atravesso a rua pelas passadeiras e caminho ao longo da estrada utilizando a berma, de frente para o trânsito.

Cumpro com todas estas regras de trânsito para evitar acidentes.

Eu não devo jogar à bola na estrada. Não devo atravessar a rua quando a luz vermelha do semáforo para peões estiver acesa.

Actividade

1. Observa as figuras e diz quais os meninos que se estão a comportar correctamente.



TEMA 7

OS CUIDADOS A TER COM LÍQUIDOS INFLAMÁVEIS, OBJECTOS CORTANTES, VENENOS E ESCADAS

Em nossas casas existem objectos e substâncias, líquidas ou sólidas, com os quais não se deve brincar. Podem provocar acidentes graves como incêndios (o álcool, o fósforo e a gasolina), queimaduras, ferimentos (facas, lâminas) e envenenamentos (lixívia). Todas as embalagens identificam, no seu rótulo, os perigos das suas substâncias.



Nunca brinques com o fogo. Ele é capaz de destruir grandes propriedades (casas, lojas, armazéns, carros) e até matar.

Atenção: os fósforos e isqueiros devem ser guardados sempre em lugares seguros.

Existem muitas substâncias venenosas. Se ingerires lixívia, por exemplo, és capaz de morrer.

Estes produtos devem ficar sempre bem guardados (num armário ou local onde não sejam alcançados facilmente).



Brincar com qualquer um dos objectos representados nas figuras é perigoso. Eles cortam e ferem a pele. Podem matar.



A Filó brincou com a faca, cortou-se no dedo e está a sangrar muito.



O papá cortou-se com a lâmina quando estava a barbear-se.

O Jojó não tomou cuidado ao subir os degraus da escada do prédio onde mora, caiu e deslocou o pé.



As escadas são muito perigosas. Deves subir e descer um degrau de cada vez. Não deves pular nos degraus das escadas, podes cair e magoar-te.

As Plantas



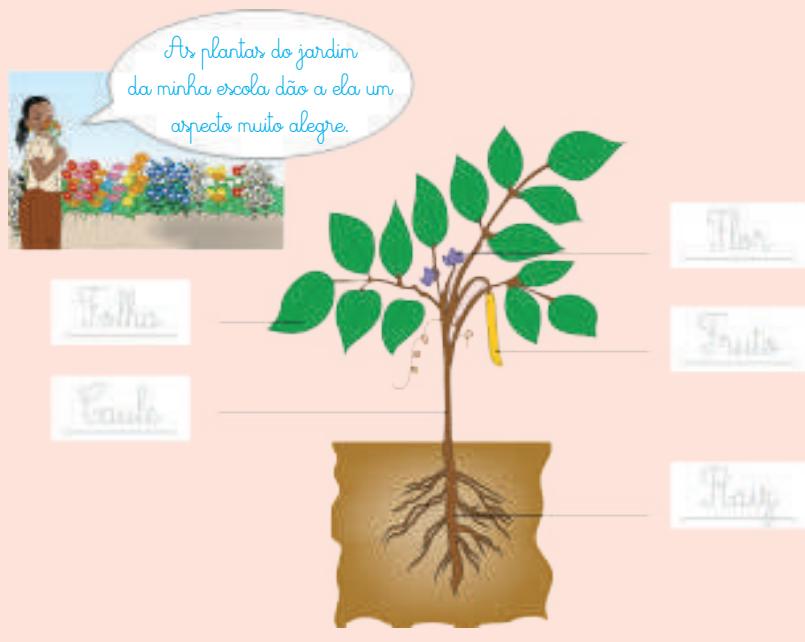
Observa as figuras A, B e C: A figura A é uma planta que dá um fruto chamado limão. A figura B é uma planta que dá um fruto chamado mamão. A figura C é uma planta que dá uma semente chamado girassol.

ESTRUTURA DAS PLANTAS

Planta é um ser que tem vida. As plantas também respiram e se alimentam. Elas são constituídas pela **raiz, caule, folha, flor e fruto**.

Actividade

1. Escreve por cima os nomes das partes que constituem a planta da figura.



2. Completa a frase que se segue escrevendo nos espaços em branco as palavras do quadro ao lado.

a) As plantas são constituídas pela raiz, _____, folhas, _____ e _____.

**caule
frutos
flores**

A IMPORTÂNCIA DAS PLANTAS

As plantas têm muita importância porque são elas que purificam o ar que respiramos, servem de alimento para o homem e outros animais. Os frutos das plantas são utilizados na indústria alimentar para fazer sumos, conservas de frutas e doces de frutas.

É a partir das plantas que obtemos a madeira, o carvão e o papel.



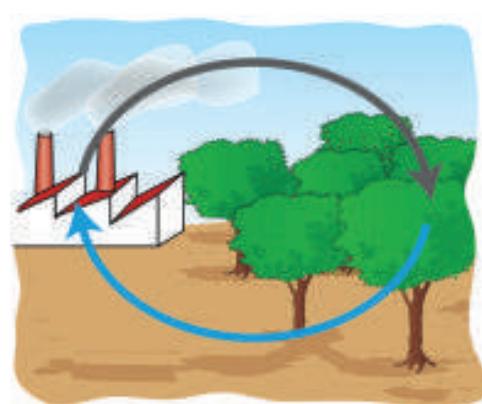
Os frutos servem-nos de alimento.



Madeira

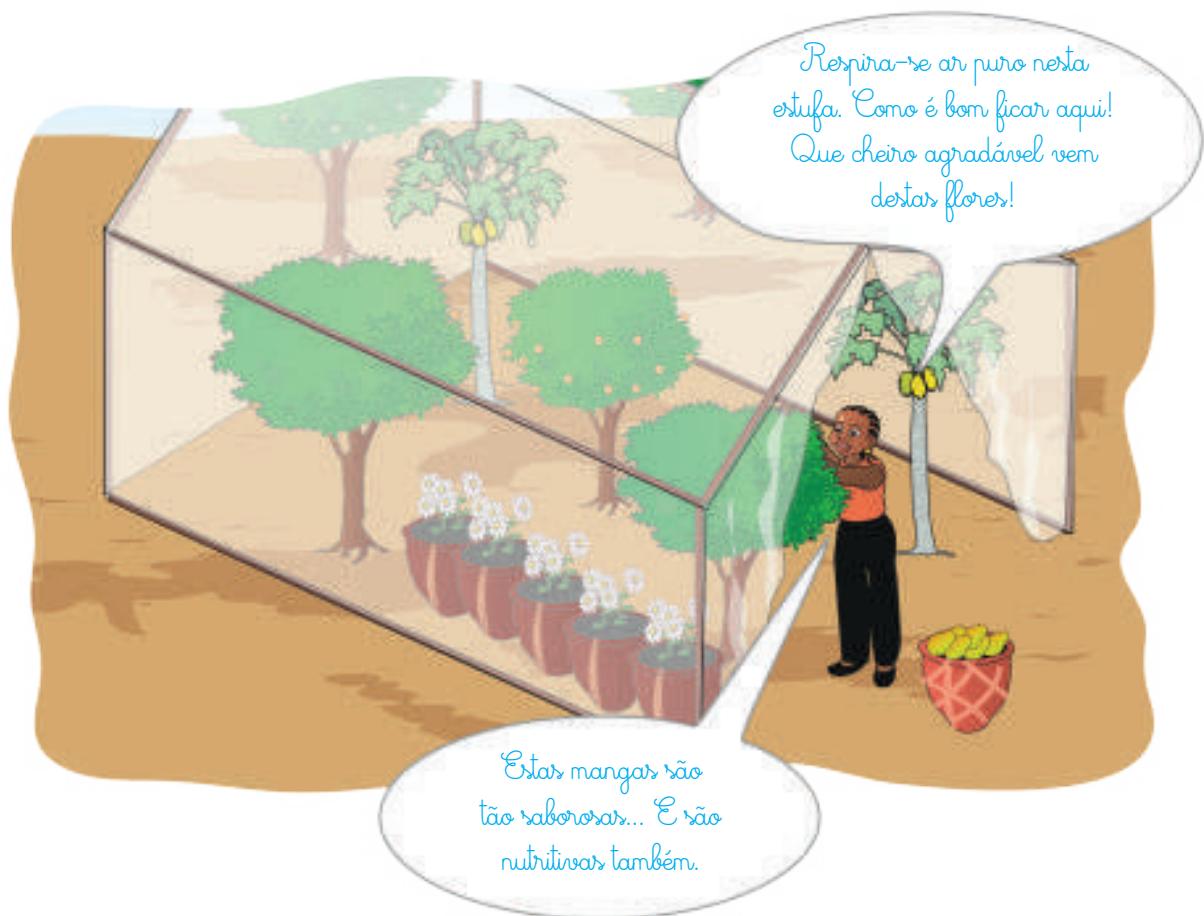


Servem de alimento para os animais.



Renovam o ar que respiramos.

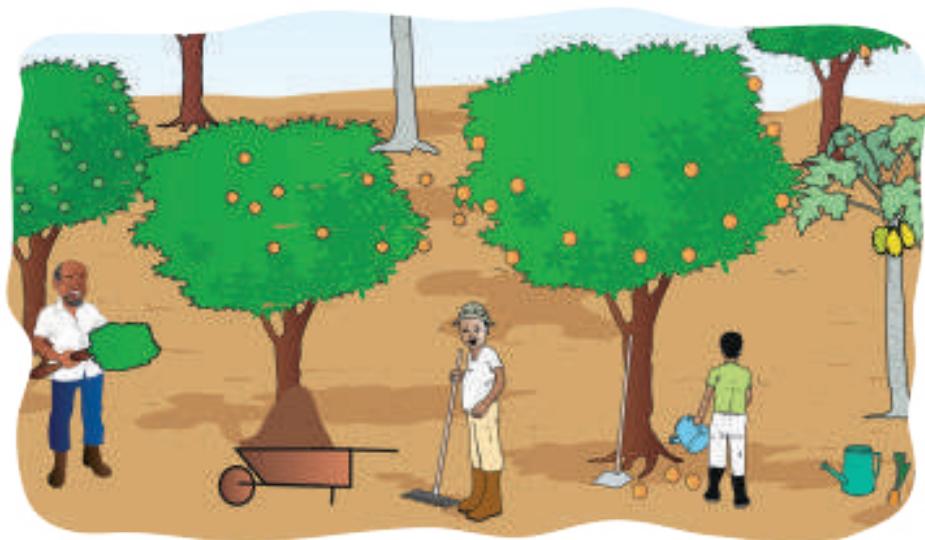
TEMA 8



Na tua região existem plantas que crescem naturalmente. Indica, nesta figura, as que tu conheces e que são importantes porque te servem de alimento.



OS CUIDADOS A TER COM AS PLANTAS



As plantas são nossas amigas. Por isso elas devem ser muito bem cuidadas.



As queimadas de florestas e o derrube indiscriminado de árvores prejudicam a natureza. Nunca ponhas fogo que possa queimar grande parte da vegetação. Se derrubares uma árvore, planta três: dá à Mãe natureza aquilo que tu e outras pessoas dela tiram.

TEMA 8

A c t i v i d a d e

1. Desenha a planta que tu mais gostas.



Queres um conselho amiguinho?



Se quiseres ser amigo da natureza, deves plantar árvores naquelas áreas onde os inimigos da natureza queimaram ou derrubaram árvores.

Rega-as diariamente para não morrerem de sede. Estruma, se for possível.

Para cuidares de um jardim, tira as ervas daninhas que crescerem à volta das plantas. Poda-as, se for necessário, mas na altura certa.

Actividade

1. Cultiva uma horta pedagógica com couves, alface, tomate, milho e outros vegetais, ou então um jardim com plantas e flores. A tua escola ficará muito mais bonita.

Sabes qual é o segredo de teres plantas bem crescidas e bonitas? É a rega diária e sem excessos.



Os Animais



Na Terra existem muitos animais.

- Indica o nome dos animais das figuras.
- Quais os que existem na tua região? Coloca um X no quadrado abaixo.

Os animais também são seres vivos. Eles respiram, deslocam-se, alimentam-se e reproduzem-se.



Zebra



Galinha-do-mato



Cão



Leão

ESTRUTURA DOS ANIMAIS

Os animais, como o cão, estão constituídos por uma **cabeça**, o **tronco** e quatro **patas**.

Actividade

1. Escreve por cima os nomes das partes que constituem o cão.



O corpo dos animais pode estar coberto de pêlos, como o do gato, cão, macaco, etc.



Gato



Macaco

Outros, como o peixe e as cobras, têm o corpo coberto de escamas.



Peixe



Camaleão

TEMA 9

A vaca e o cabrito têm pele dura e pêlos a cobrir o seu corpo.



Vaca



Cabrito

A galinha, a pomba, o peru e o pato, têm o corpo coberto de penas.



Perú



Galinha



Pombo



Pato

Alguns animais, como o cavalo, o cabrito, o porco e o gato, locomovem-se sobre quatro **patas**.

As aves utilizam as **asas** para voarem, os peixes, as **barbatanas** e a cobra rasteja utilizando todo o corpo.



Barbatanas



Patas



Asas

Para se alimentarem, utilizam a **boca** ou o **bico**.



Bico



Boca

TEMA 9

A IMPORTÂNCIA DOS ANIMAIS

Os animais são muito importantes porque muitos deles servem de alimento para o homem. Eles fornecem a carne, os ovos e o leite.



O cão é o melhor amigo do Homem. O cão vive em nossas casas, nos protege e guarda tudo o que é nosso.



Em locais onde os carros, os aviões e os comboios não existem, são os animais, como o burro, o cavalo, o camelo e o boi, que ajudam o Homem a transportar as suas mercadorias.

O boi e o burro também ajudam o Homem na agricultura. Eles puxam a charrua.

Muitos animais, como os mosquitos, as baratas, as moscas, os ratos e outros, provocam doenças. Eles podem viver em nossas casas, poisam nos alimentos que não foram guardados em lugares próprios e seguros.



Mosca



Mosquito

Estes animais provocam doenças como a cólera, as diarreias, a raiva, o paludismo e outras.

É preciso evitar que estes animais façam morada em nossa casas.



Rato

A ctividade

1. Escreve o nome de 4 animais existentes na tua localidade.

2. Completa a frase que se segue colocando nos espaços em branco as palavras do quadrado ao lado.

a) Os animais também são _____
porque respiram, _____,
alimentam-se e _____.

**seres vivos
deslocam-se
reproduzem-se**

3. Faça corresponder correctamente a coluna A com a coluna B tendo em conta a estrutura do animal.

A

- Cabrito •
Pomba •
Peixe •

B

- Corpo coberto de penas
- Corpo coberto de pêlos
- Corpo coberto de escamas

Já sei que:

- Os animais também são seres vivos;
- O seu corpo pode estar coberto de penas, pêlos ou escamas;
- Deslocam-se sobre 4 patas, 2 patas ou pernas;
- As aves voam;
- Os peixes nadam;
- As cobras rastejam;
- Alguns animais servem de alimento;
- Outros podem causar doenças.

