



PREFEITURA MUNICIPAL DE NOVA IGUAÇU
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SUPERINTENDÊNCIA DE PLANEJAMENTO E
DESENVOLVIMENTO ESCOLAR

Educação de Jovens e Adultos

IV e V Fases

**Fases
iniciais**

Volume

1



"Educar não é ensinar respostas, educar é ensinar a
pensar!"

Rubem Alves

E.M. _____
NOME: _____
PROFESSOR (A): _____
TURMA: _____



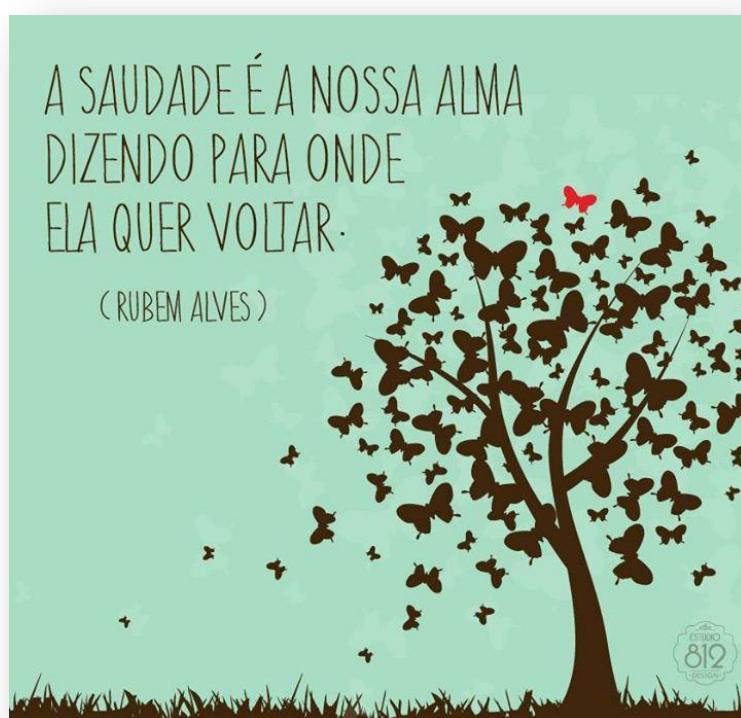
Queridos alunos EJA!

Não existem impossíveis para quem se dedica a uma causa com esforço e dedicação. O talento e a inteligência são uma grande ajuda, mas de nada servem se não forem acompanhados de uma enorme vontade de atingir os seus objetivos.

Que este seja um ano onde nunca falte a motivação, e que no final a felicidade esteja estampada em seu rosto por receber a grande vitória.

Bom ano letivo!

Vamos recomeçar?!?



ATIVIDADE 1

Leia o texto e depois responda.

Saúde e bem-estar

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde pode ser definido como “o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade”. Percebe-se, portanto, que, para o indivíduo ter saúde, não basta ele não ter doenças, sendo necessário analisar o corpo, a mente e o aspecto social no qual um indivíduo está inserido.

Diante disso, veja a seguir algumas dicas que vão ajudá-lo na tarefa de conseguir um corpo e uma mente saudáveis:

Pratique exercícios físicos regularmente.

Alimente-se bem, reduzindo sempre alimentos industrializados, ricos em sal, açúcares e gorduras. Insira na dieta mais alimentos naturais.

Beba muita água.

Evite o fumo e bebidas alcoólicas em excesso.

Proteja a pele da exposição excessiva ao sol. Utilize sempre filtro solar.

Priorize as boas noites de sono.

Não utilize medicamentos sem prescrição médica.

(Brasilecolauol.com.br)

O texto fala sobre:

() Saúde () Infância () Natureza



ATIVIDADE 2

Observe a imagem. A imagem mostra alguns benefícios da água no corpo humano.

10 BENEFÍCIOS DA ÁGUA PARA O NOSSO CORPO

Água é vital para a vida. O corpo é composto de cerca de 75% de água, a qual mantém nosso equilíbrio físico e mental. Veja os 10 Benefícios da água para o corpo.

1. Deixa a pele radiante e saudável
2. Elimina a celulite
3. Ajuda a emagrecer
4. Deixa cabelos, olhos e unhas hidratados
5. Melhora o funcionamento do cérebro
6. Aumenta massa muscular
7. Melhora o funcionamento do intestino
8. Controla as calorias
9. Regulador térmico
10. Limpa o organismo



De acordo com o que você leu, marque a opção correta.

- () O corpo humano é composto de cerca de 75% de músculos.
() O corpo humano é composto de cerca de 83% de ossos.
() O corpo humano é composto de cerca de 75% de água.

Você consegue ingerir no mínimo 2 litros de água por dia? Escreva uma frase com pelo menos 3 benefícios da água para o nosso corpo:



ATIVIDADE 3

Importância da vacinação:

As **vacinas** são a principal forma de prevenção contra diversas doenças. Assim, elas não protegem apenas o indivíduo que foi imunizado, mas toda a comunidade, pois aquele indivíduo, ao não adoecer, também não se torna vetor de uma doença, transmitindo-a às demais pessoas.

Estamos em um período de pandemia, em que é preciso consciência para a importância da vacinação. Pense em uma frase bem criativa convocando os moradores do seu Município a se vacinarem. Capriche!!!



Fique atento!!!

Nosso país possui um calendário de vacinação de idosos e isso ajuda a prevenir doenças em toda a população. É muito importante que familiares ou o próprio idoso procure essa prevenção, pois as vacinas são essenciais para manter a saúde na terceira idade, evitar os riscos de transmissão de doenças, hospitalização e até mesmo os óbitos.

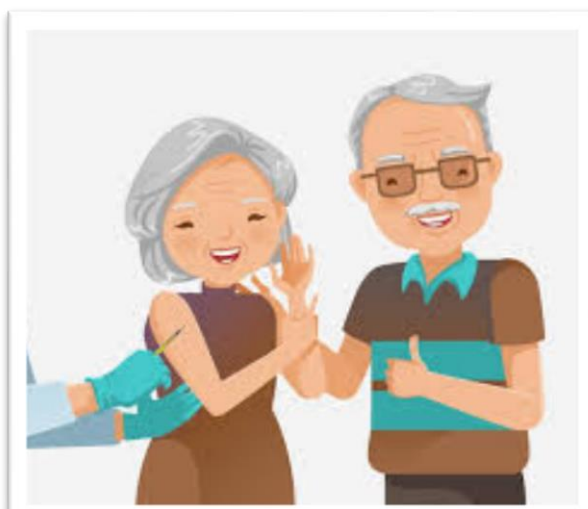
ATIVIDADE 4

No ano de 2020, durante a vacinação contra gripe, aplicada a partir de 60 anos, foi feito um levantamento no Município “X” para saber quantas pessoas foram vacinadas. A tabela a seguir mostra um controle nos seguintes Postos de Saúde:

	Número de Idosos	Número de Idosos
Postos de Saúde	Homens	Mulheres
Guarani	95	103
Jardim Princesa	88	92
Novidade	62	81
Vila Flor	125	139
Zeloso	49	62

Com base no gráfico, responda:

- a) Quantos idosos foram vacinados nos Postos de Saúde de Vila Flor e Zeloso no total? _____
- b) Quantas idosas foram vacinadas no total? _____
- c) Qual o Posto de Saúde vacinou mais idosos? _____
- d) O Posto de Saúde de Guarani vacinou quantos idosos no total? _____



ATIVIDADE 5

Leia o texto com atenção, respeitando a pontuação.

A aposta

Amélia é uma velhinha muito ativa e trabalhadeira. Um dia ela entrou no ônibus carregando uma cesta. O cobrador ouviu um barulho e perguntou-lhe:

— A senhora está levando uma galinha na cesta?

Amélia pensou, pensou e respondeu:

— Hum... Galinha? Não... Não há galinha nenhuma na cesta.

O cobrador insistiu tanto que Amélia resolveu fazer uma aposta:

— Senhor cobrador, se for galinha, eu desço agora do ônibus... Se não for, eu viajo de graça.

— Muito bem! - disse o cobrador confiante. - Concordo!

Amélia, então, levantou a tampa da cesta e um galo de crista bem vermelhinha cantou satisfeito:

— Cocorocó!...

— Viu só? Eu não disse que não era galinha?!

O cobrador riu e deixou a velhinha viajar de graça.

(Luciana M. Passos. Adaptação de conto popular.)



Após a leitura do texto responda:

a) Onde se passa a história descrita no texto?

b) Qual o nome da senhora que conversa com o cobrador?

c) Você acha que é permitido carregar animais em veículos de transporte público? Por que?

Fique ligado!!!



ATIVIDADE 6

Nomes Próprios e Nomes Comuns

As letras maiúsculas são usadas para escrever nomes próprios (nomes de pessoas, de lugares, de cidades, de firmas etc.)

Exemplo: Amélia, Nova Iguaçu, Hospital da Posse, Unimed

As letras minúsculas são usadas para escrever nomes comuns (objetos, animais, etc.).

Exemplo: ônibus, galo, cobrador

Complete o quadro com os nomes que estão em destaque no seu respectivo quadro:

**Paulo - papel - rua - Cecília - meia - gato
sapato - Felipe - caneta - Fernanda - Cristina
casa - queijo - Riachuelo - São Paulo - Paraná
ônibus - Brasil - relógio - Márcio**

NOMES PRÓPRIOS	NOMES COMUNS



ATIVIDADE 7

Encontre no painel abaixo nomes próprios e comuns:



Agora escreva os nomes que encontrou na tabela abaixo:

Nomes Comuns	Nomes Próprios



ATIVIDADE 8

Um ônibus saiu do ponto final com 42 passageiros. Na primeira parada desceram 15 e subiram 2, na segunda parada desceram mais 6 e subiram 3 passageiros. Quantos passageiros ficaram no ônibus?

Cálculo

Resposta:

ATIVIDADE 9

Marcelo nasceu em 1986 em que ano ele fez 25 anos?

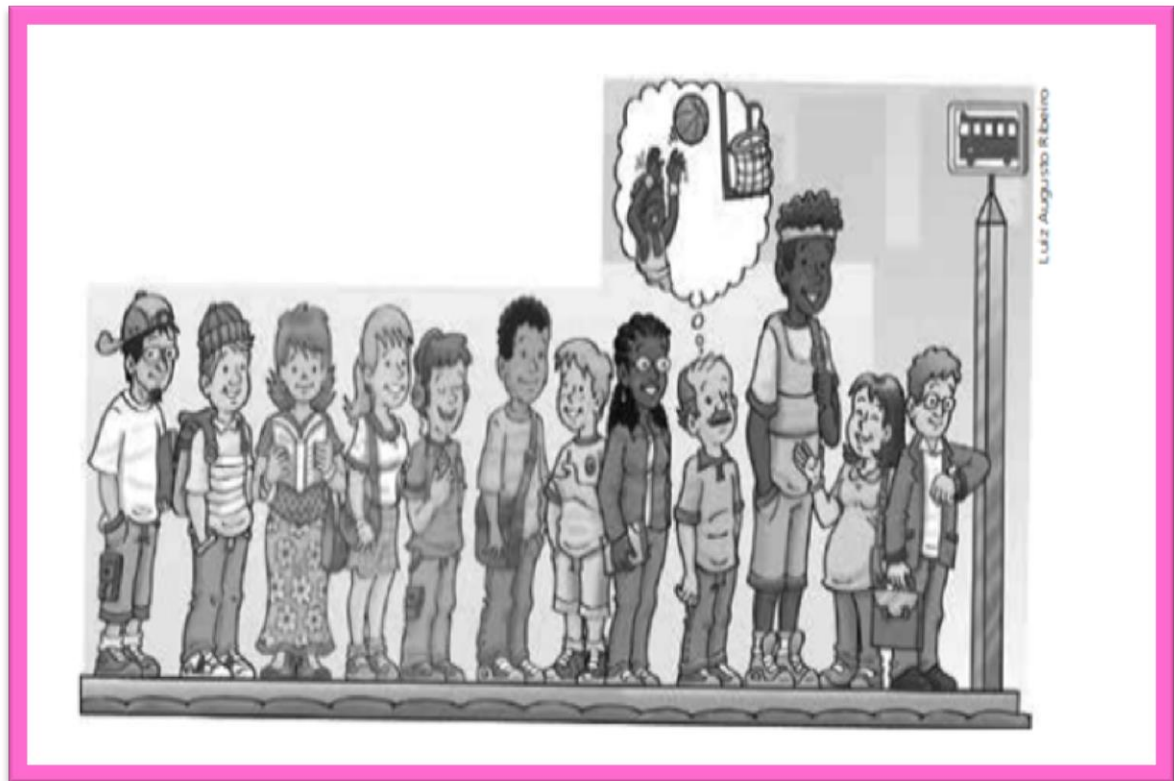
Cálculo

Resposta: _____



ATIVIDADE 10

Observe a ilustração que mostra as pessoas na fila no ponto do ônibus.



Faça um X no quadradinho da posição que mostra a pessoa mais alta da fila.

-  4º LUGAR



ATIVIDADE 11



Leia o bilhete abaixo e responda:

Dona Cleide,

Amanhã não vou para a escola porque vou viajar para visitar minha avó que está doente.

Avise a professora Fátima, por favor.

Obrigada,

Maria

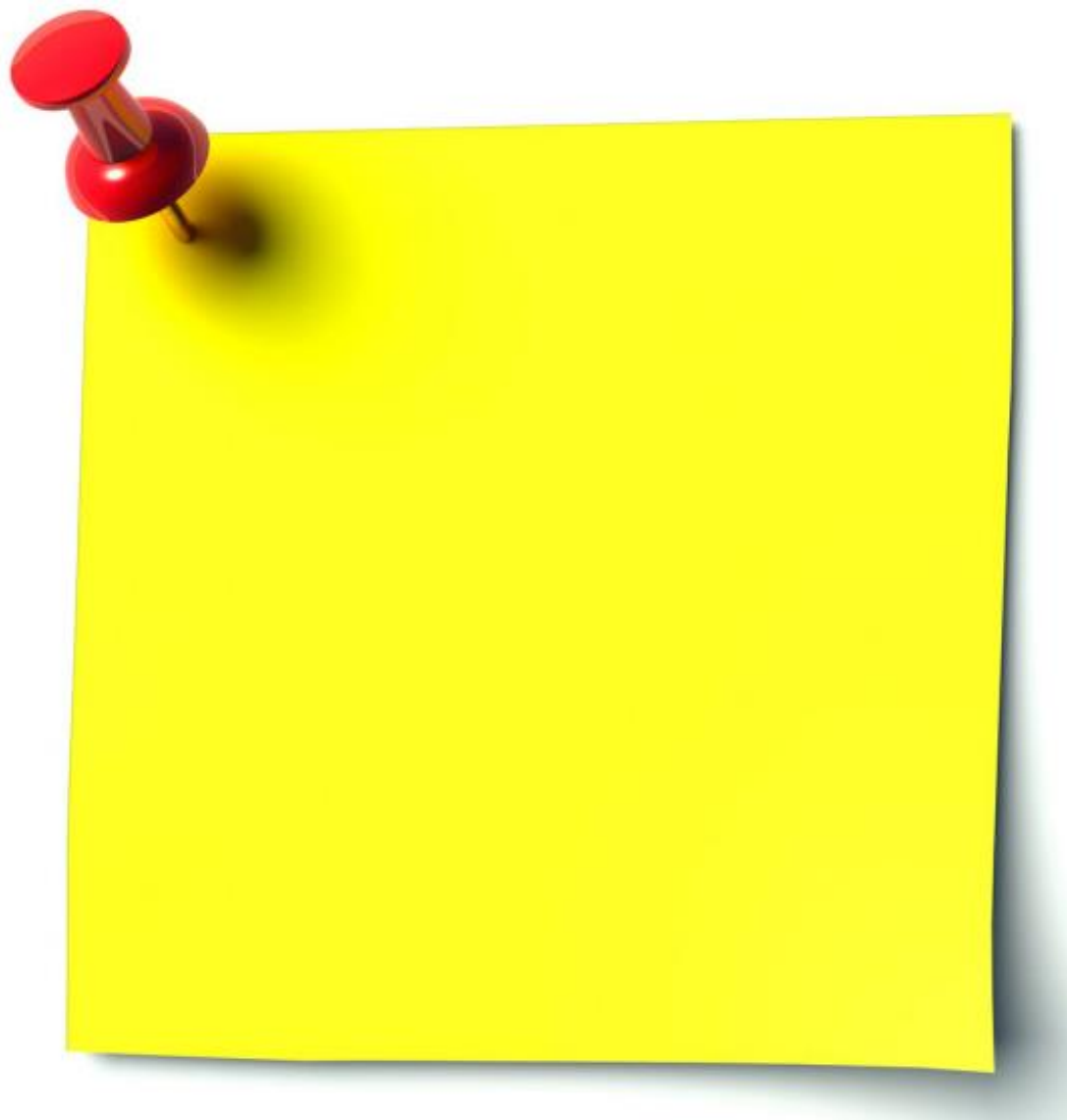
08/02/2020

Para quem é o bilhete? _____



ATIVIDADE 12

Agora que você já viu um modelo de um bilhete, pense na seguinte situação: você vai precisar sair mais cedo para o trabalho e deixar um bilhete para sua família. Escreva o seu bilhete no espaço abaixo:



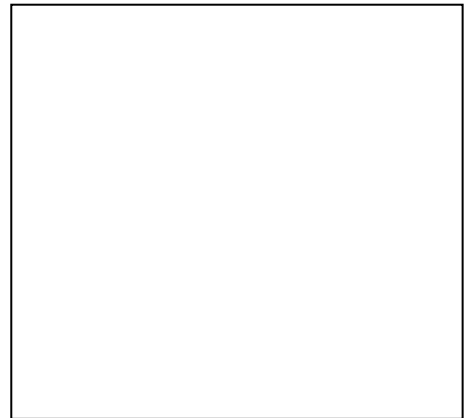
ATIVIDADE 13

Carlos fez esta multiplicação, mas apagou o resultado.

$$\begin{array}{r} 435 \\ \times \quad 3 \\ \hline \end{array}$$

Faça a conta e descubra o resultado:

- (A) 1305
- (B) 1275
- (C) 1200
- (D) 1375



Para comemorar o aniversário de Vera, seu filho lhe deu de presente um buquê de uma dezena flores. Quantas flores, no total?

- A) 9
- B) 10
- C) 11
- D) 12



ATIVIDADE 14

O Mapa abaixo mostra os Municípios da Baixada Fluminense. Observe e responda.



Baixada Fluminense - RJ

Em qual Município você mora?

Não esqueça, saúde é coisa séria!

COMO SE PROTEGER

Principal recomendação é higienizar as mãos frequentemente com água e sabão e usar antisséptico à base de álcool gel 70%, principalmente:

APÓS TOSSIR
OU ESPIRRAR

DEPOIS DE
CUIDAR DE
PESSOAS

ANTES E DEPOIS
DE COMER E APÓS
IR AO BANHEIRO

E SE CASO ESPIRRAR...

CUBRA A BOCA
E O NARIZ E EVITE
USAR AS MÃOS

USE OS BRAÇOS
OU LENÇO
DESCARTÁVEL

SE USAR LENÇO,
JOGUE-O FORA
E LAVE AS MÃOS

ATIVIDADE 15

Texto: Fake news

Ao declarar emergência pelo novo corona vírus, o diretor-geral da Organização Mundial da Saúde (OMS) colocou o combate à disseminação de rumores e desinformação entre as principais recomendações aos países. Isso porque, após se tornar uma preocupação global, a doença misteriosa tem sido alvo constante de informações falsas, que vão de teorias da conspiração a receitas sem embasamento científico para prevenir o contágio.

<https://educacao.estadao.com.br/blogs/estadao-na-escola/2020/02/13/novo-coronavirus-como-escolaspodem-usar-o-tema-para-discutir-fake-news/>

O Texto 1 é:

- A) um conto
- B) uma fábula
- C) uma música
- D) uma notícia por relatar um fato.

Qual é o tema tratado no texto?

- A) A teoria da conspiração.
- B) A Organização Mundial da Saúde.
- C) Fake News.
- D) O novo coronavírus.

Qual é o significado do título do texto?

- A) Notícias falsas.
- B) Doença contagiosa
- C) Teorias da conspiração
- D) Notícias verdadeiras



ATIVIDADE 16

O que são vacinas?

As vacinas são substâncias biológicas introduzidas nos corpos das pessoas a fim de protegê-las de doenças. Na prática, **elas** ativam o sistema imunológico, "ensinando" nosso organismo a reconhecer e combater vírus e bactérias em futuras infecções.

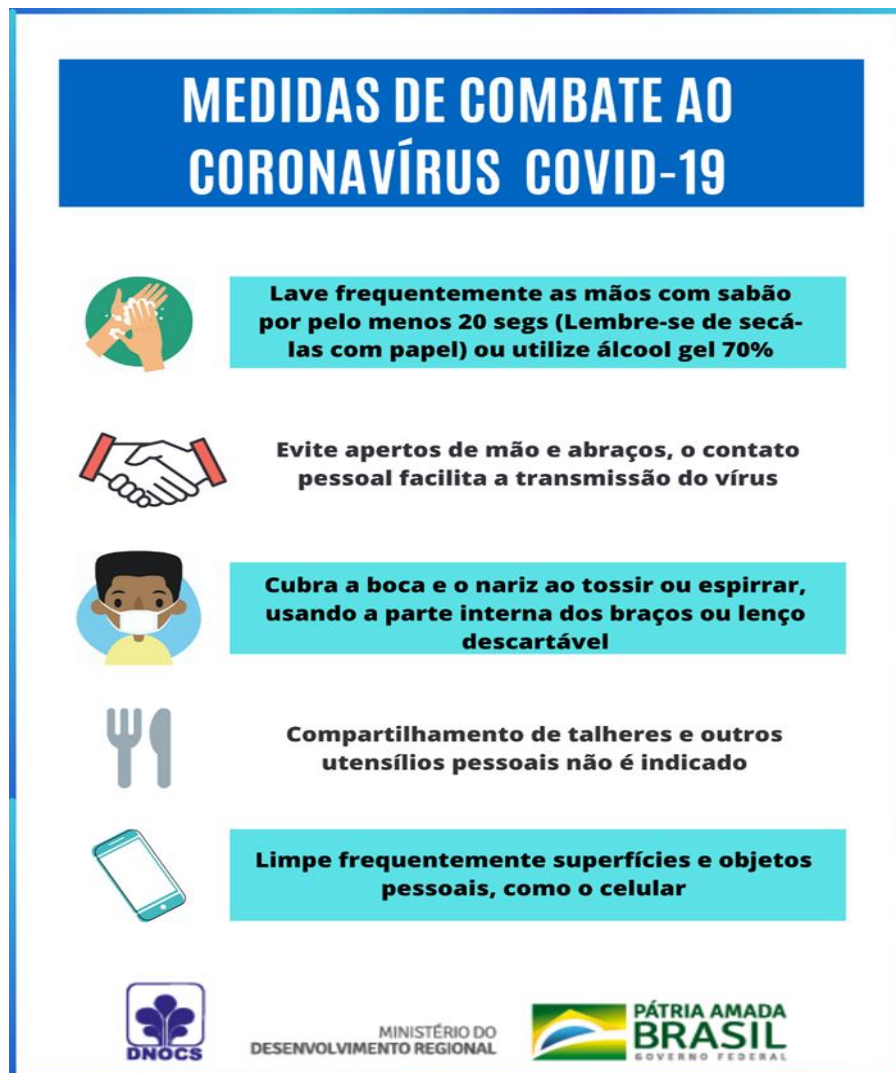
<https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1263-vacinas-as-origens-a-importancia-e-os-novos-debates-sobre-seu-uso?showall=1&limitsta>

O pronome destacado “**elas**” refere-se a

- a) Pessoas
- b) Doenças
- c) Vacinas
- d) Bactérias



ATIVIDADE 17



O objetivo do cartaz é:

- (A) Divertir.
- (B) Informar.
- (C) Ilustrar.
- (D) Vender.

A doença divulgada no cartaz é:

- (A) Febre Amarela
- (B) Coronavírus – Covid -19.
- (C) H1N1
- (D) ZIKA



ATIVIDADE 18

Consulte no dicionário o significado das palavras:

a) Pandemia:

b) Aglomeração:

c) Transmissão:

Escreva um pequeno texto usando as palavras acima:



ATIVIDADE 19

Separe as sílabas de cada palavra a seguir

Vacinação - _____

Seringa - _____

Hospital - _____

Prevenção - _____

Aglomeração - _____

ATIVIDADE 20

Organize as palavras escritas no quadro abaixo, em ordem alfabética.

doença – pneumonia – resfriado - internação – saúde - pandemia

1-	4-
2-	5-
3-	6-

ATIVIDADE 21

Para **compras** em **supermercados**, a OMS também recomenda **higienizar** as **alças** dos **carrinhos** de compras ou **cestas** antes do uso. Lave bem as mãos após chegar em **casa** e depois de **manusear** e **armazenar** os **produtos** adquiridos.

A) Quantas sílabas têm as palavras escritas em vermelho?

B) Quantas sílabas têm as palavras escritas em verde?

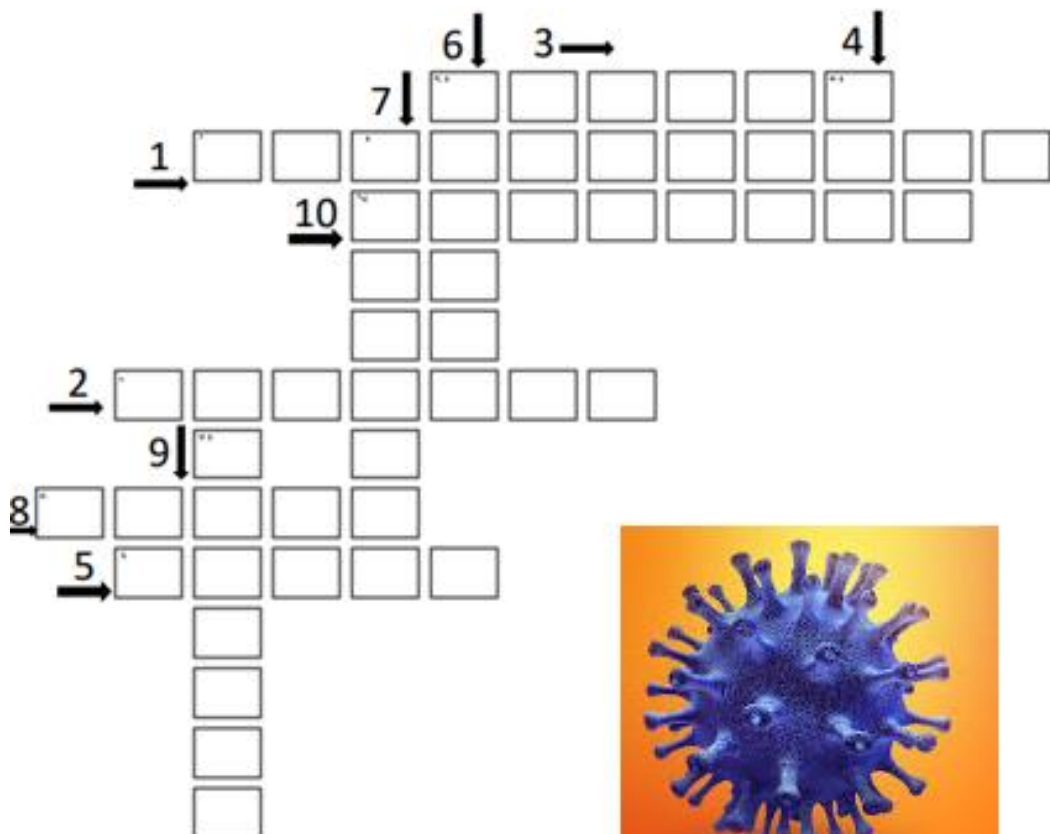
C) Quantas sílabas têm a palavra escrita em azul?

D) Quantas sílabas tem a palavra escrita em laranja?

ATIVIDADE 22

CRUZADINHA

- 1- NOME COMUM DA DOENÇA
2. NOME OFICIAL DA DOENÇA
3. ONDE A DOENÇA SURTIU?
4. ESTA DOENÇA É TRANSMISSÍVEL PELO
5. SINTOMA EM QUE SE ELEVA A TEMPERATURA DO CORPO
6. SINTOMA EM QUE A PESSOA EXPIRA O AR DOS PULMÕES
7. OUTRO SINTOMA É A DIFICULDADE PARA
8. A MELHOR MANEIRA DE SE COMBATER ESTA DOENÇA É LAVAR AS
9. EVITAR CONTATO COM PESSOAS
10. COBRIR NARIZ E BOCA COM ANTEBRAÇO AO

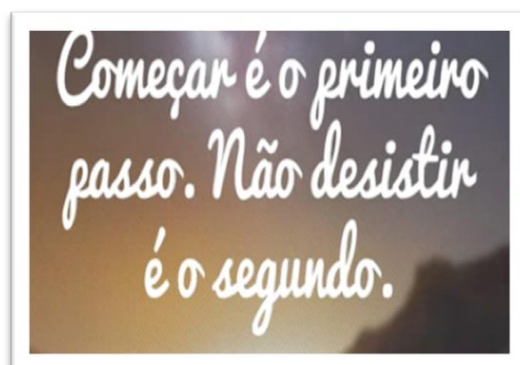


ATIVIDADE 23

CAÇA PALAVRAS

CONTATO	AGLOMERAÇÃO	MÁSCARA	SABÃO
CORONAVÍRUS	CONTAMINAÇÃO	MÃOS	TOSSE
ESPIRRAR	INFECÇÃO	PREVENÇÃO	ÁLCOOL

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



ATIVIDADE 24

Entre os quase **56 milhões** de alunos matriculados na educação básica e superior no Brasil, **32,4 milhões** passaram a ter aulas remotas. Fonte:

<https://www12.senado.leg.br/noticias>

Preencha o quadro de classes e ordens, com os números a seguir.

984

525 124

1 258 200

25 365 265

235 258 262

[illegible]

ATIVIDADE 25

Seguindo o exemplo, complete o quadro, decompondo os numerais.

984	9 centenas + 8 dezenas + 4 unidades
525 124	5 centenas de milhar + 2 dezenas de milhar + 5 unidades de milhar + 1 centena simples + 2 dezenas simples + 4 unidades simples
1 258 200	
25 365 265	
235 258 262	



ATIVIDADE 26

Nutrientes	Principais funções	Exemplos de fonte
Proteínas	Repõem células e tecidos e são responsáveis pelo crescimento, pela construção do corpo.	Leite, ovos, carne, feijão e peixe. 
Carboidratos	Principal fonte de energia para o corpo.	Pão, massa, arroz, farinha, doces e batata. 
Gorduras ou lipídios	Considerados também fonte de energia, ficam armazenados no organismo para suprir a falta de carboidratos, se estes são ingeridos em menor quantidade.	Manteiga, óleo, gorduras e margarina. 
Vitaminas	Ajudam no bom funcionamento do organismo.	Leite, peixe, verduras, legumes e frutas. 
Sais minerais	Desempenham funções vitais em nosso corpo, como formação de ossos e dentes, contração muscular e coagulação do sangue.	Leite, peixe, algumas verduras, ovos e sal de cozinha. 

Agora monte um cardápio saudável para você:

Café da manhã	
Almoço	
Lanche da Tarde	
Jantar	

ATIVIDADE 27

A obesidade teve um aumento muito grande nos últimos anos no Brasil:



Pesquise e escreva o que devemos fazer para evitar a obesidade:

ATIVIDADE 28

O que você tem feito para ter uma vida saudável:

ATIVIDADE 30

Pesquise e compartilhe outra curiosidade sobre alimentos importantes para a saúde: