

AULA: Os seres vivos e a luz

Data: 23/03/2020
a 27/03/2020

Ano: 3º Ano

ALUNO(A):

Professor: Rayane Matias

ATIVIDADES

BOM ESTUDO! 25 março

Tema da aula: Os seres vivos e a luz

Orientações:

- Use o material didático (apostila) como apoio de estudo.
- Fazer a leitura do conteúdo nas páginas 33 até 37.
- Colar texto complementar e atividade no caderno de acordo com a disciplina.
- Acessar <https://youtu.be/b9qGfQXFUQ0> para ajudar na explicação do assunto. Não deixe de assistir.

Cuidados com os olhos

O uso de computadores, *smartphones* e televisões está cada vez mais frequente e, com isso, deixamos nossos olhos focados em um aparelho por muito tempo. Essa atitude pode desencadear dores de cabeça e fadiga ocular, sendo necessário tomar cuidado com essas ações.

É fundamental fazer pausas durante o dia, não deixando os olhos focados por muito tempo. O ideal é deixar os olhos recuperarem-se. Especialistas recomendam que, de tempos em tempos, a pessoa olhe para o horizonte sem focar sua visão. A recomendação é simples e deve ser feita por pelo menos cinco minutos diários.

Por que piscamos?

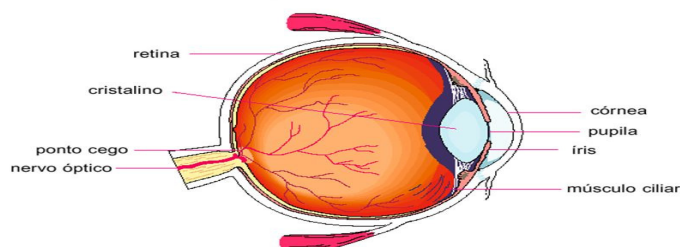
O olho é uma estrutura relacionada com a [captura de imagens](#), portanto, muito importante para a percepção do que ocorre a nossa volta. Ele sempre permanece úmido graças à produção de lágrimas pelas nossas glândulas lacrimais. Ao piscarmos, essa glândula é estimulada e produz a lágrima, que é, então, espalhada pelos olhos.

Entre as várias funções da lágrima, a principal é a lubrificação. Percebemos a importância dessa função quando os olhos ficam abertos por muito tempo e começam a arder porque ficam ressecados. A lágrima também é responsável por levar oxigênio e nutrientes e proteger os olhos contra infecções. Além disso, devemos destacar que ela faz uma espécie de limpeza nas córneas (tecido transparente localizado na frente do olho), garantindo que a poeira, por exemplo, seja retirada.

Vale destacar que, além de garantir a distribuição da lágrima, piscar também confere proteção aos olhos. Quando algo estranho vem em nossa direção, logo fechamos os olhos para evitar que a córnea seja atingida e cause danos graves a nossa valiosa [visão](#).

Olho Humano

Anatomia interna



AULA: Estimular os cuidados com a visão

Data: 23/03/2020
a 27/03/2020

Ano: 3º Ano

ALUNO(A):

Professor: Rayane Matias

ATIVIDADES

BOM ESTUDO!

Objetivo: Estimular os cuidados com a visão

Atividade de interpretação

1- Qual a principal função das lágrimas?

2- Por que piscar também mantém uma função importante?

3- Quando os olhos ficam abertos por muito tempo começam a arder. Explique por que isso ocorre.

4- Como chamamos um tecido transparente localizado na frente do olho?

5- Observe a figura da página 34, de ciências. Agora, desenhe a estrutura externa dos olhos, conforme mostra.