

"A vida é o que acontece com você, enquanto você faz planos para ela..." (John Lennon)



1º BIMESTRE - 2.006

ANO VII - NÚMERO 24

BIO NEWS

O JORNAL DO COLÉGIO PRÓ-SABER BIO

ÍNDICE GERAL

Página 02 - Como estudar em grupo, Quem inventou o telefone e Por que incentivar a leitura infantil?

Página 03 - O índio brasileiro, Vai uma frutinha aí? e Como surgiu o chocolate?

Página 04 - 4º Campeonato Estudantil, Novas Instalações e Ranking

ESCOLA DE ESPORTES

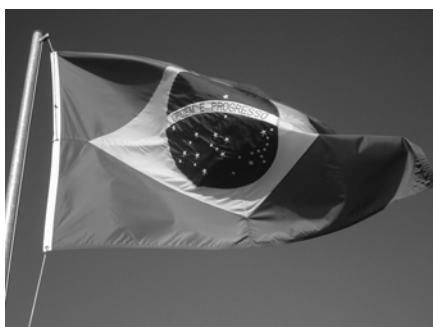
Praticar esporte é mais do que prazer, estimula a criatividade, desenvolve o raciocínio e a coordenação motora das crianças, além de ser uma ótima maneira de ensinar valores importantes para o futuro como honestidade, respeito e amizade.

Por isso o Colégio Pró-Saber Bio incentiva a prática esportiva oferecendo os cursos de Futebol, Ballet e Jazz, voltando em abril com a modalidade de Handebol masculino e feminino, para alunos nascidos em 1989 a 1993.

Lembramos que os cursos podem ser praticados por alunos e não alunos do Colégio.

Para maiores informações, retire na secretaria o informativo ou ligue 6115-0191.

Esporte é Vida! Pratique!



FEIJOADA DO BRASIL

Comentários:

Resume-se em um caldo, uma mistura espessa de culturas, raças, paisagens, problemas, felicidades, tristezas, fome e alegria. É típico brasileiro e apesar de peculiaridade do gosto, agrada a todos que experimentam.

Ingredientes:

Uma variedade imensa que, apesar da discrepância, unem-se e formam um único e maravilhoso prato. Acompanhe o "Modo de Preparo" e depois obtenha os ingredientes necessários.

Modo de Preparo:

Separe uma colonização portuguesa em 1500 e corte em pequenos pedaços. Limpe toda a sujeira de uma abolição tardia e mal feita com água corrente. Corte-a e adicione a uma urbanização rápida e não calculada, sem infra-estrutura correspondente às necessidades.

Misture com uma pífia distribuição de terras e dinheiro. Não se preocupe com a quantidade de ingredientes amargos pois é característico do prato. Adicione agora o encontro de negros, índios, europeus em apenas um lugar e misture, obtendo uma ampla miscigenação de raças como caboclos, mulatos, brancos, negros. Junte tudo com a índole peculiar e única de um povo aberto, alegre, sorridente e festivo. Para balancear a gordura demasiada, não se esqueça de colocar uma violência urbana quase que descontrolada, uma corrupção preocupante e um desemprego assustador (teor de concentração aproximada a 15% nas grandes cidades). Leve ao fogo e aqueça a um clima tropical de 30% graus durante 30 minutos.

Para o molho:

Misture a maior reserva de água potável do mundo com uma biodiversidade invejável da floresta Amazônica com o Bumba meu Boi, o Frevo, o Carnaval, o Saci. Adicione mais folclore a gosto. Não se esqueça da pitadinha do jeitinho brasileiro de ser. Aqueça a fogo quente durante 15 minutos e misture ao resto. Mais 10 minutos em fogo alto.

Como servir:

Coloque tudo em uma panela de 8.474.535 Km² e sirva. Prato para aproximadamente 170 milhões de pessoas.

Bom apetite!

Autor: Felipe Wigman

Fonte: www.umpoemachamadobrasil.com.br

FORMANDOS 2005

Nos dias 10 e 18 de Dezembro foi realizada a solenidade de formatura dos alunos de Pré-Escola e Ensino Fundamental respectivamente. As celebrações contaram com a presença dos educadores e colaboradores do Colégio, que foram homenageados pelos alunos.

A emoção tomou conta de pais, familiares e colaboradores no momento da entrega dos diplomas, pois todos contribuíram por essa merecida conquista, em mais essa etapa vencida pelos nossos formandos.

A missão agora é determinar novas metas a serem cumpridas, para que em breve, possam viver este momento novamente.

Desejamos aos estimados formandos que Deus continue a iluminá-los, ajudando-os na realização de seus sonhos e objetivos!

As fotos estarão, em breve, disponíveis no site do Colégio.



"Cada qual sabe amar a seu modo; o modo pouco importa; o essencial é que saiba amar". (Machado de Assis)

COMO ESTUDAR EM GRUPO

Estudar em conjunto é um modo produtivo de fazer render ao máximo o esforço do aprendizado. E há muitas maneiras dos estudantes se ajudarem, mesmo que não se organizem em um grupo. Entre as mais importantes: a comparação dos apontamentos das aulas e das horas de estudos. Assim, trocam-se idéias e verificam-se os pontos fundamentais e os mais difíceis. Dois princípios a serem pensados: o estudo em conjunto deve refletir uma inteligente divisão de trabalho; as sínteses não garantem plena compreensão, mas são interessantes como resumo dos conhecimentos adquiridos. Quando o estudo em grupo é uma preparação para provas ou exames, o aluno deverá estudar toda a matéria por si mesmo, de modo que o trabalho com os colegas seja apenas uma revisão, uma possibilidade de aprofundamento e, às vezes, de correção dos pontos.

Algumas possibilidades de organização e divisão de trabalho no grupo: 1) Cada um estuda partes diferentes de um assunto e traz para serem unidas na reunião; 2) Cada um estuda e consulta fontes sobre o mesmo assunto e expõe ao grupo, para uma comparação e aprofundamento; 3) Cada um estuda um ponto de um capítulo e faz seu relatório ao grupo, debatendo ou respondendo depois as perguntas. É comum entre os professores dizerem que a melhor maneira de aprender uma matéria é ensiná-la aos outros. Os alunos podem comprovar isso nas exposições orais de suas reuniões de grupo e toda vez que um colega vier pedir auxílio.



QUEM INVENTOU O TELEFONE?

O escocês Alexander Graham Bell (1847-1922) inventou o primeiro aparelho capaz de transmitir a voz humana a distância com ajuda da eletricidade, batizando-o de telefone. Graham Bell, que estudou nas universidades de Edimburgo e Londres, emigrou de seu país natal para o Canadá e dali foi para Boston, Estados Unidos, onde fundou uma escola para surdos-mudos e foi designado professor de fisiologia da voz na universidade local. Com a colaboração de Thomas Watson, desenhou instrumentos elétricos para ensinar pessoas com deficiência auditiva a falar. A partir desses estudos, em 1875 conseguiu transmitir os primeiros sons e, em 1876, uma frase inteligível. O telefone foi aperfeiçoado rapidamente e, apenas um ano depois de seu surgimento, o inventor fundou a Bell Telephone Company, dando início à fabricação em série.

O primeiro telefone funcionava sobre a base de um microfone e um receptor, que foram inventados anteriormente. O microfone controlava a corrente em um circuito que fazia funcionar o receptor. Este gerava um som similar ao emitido pelo microfone.

A telefonia experimentou um grande crescimento no início do século 20 com a difusão das centrais automáticas, que tornaram as comunicações independentes dos operadores humanos.

Fonte: Enciclopédia dos 1001 Porquês – Agora – São Paulo



POR QUE INCENTIVAR A LEITURA INFANTIL?

Ler é viver a arte, sentir emoções, fazer viagens, conhecer mundos, costumes, cores, paisagens. Questionar e encontrar as respostas, sentir-se no meio de uma multidão, mesmo estando só, e não sentir solidão. Percorrer ruas antigas ou modernas, voltar-se no tempo ou saltar vários anos adiante de si. Torcer, sofrer e sorrir com os personagens, desbravar matas e conviver com animais, numa aventura sem limites. A literatura, como qualquer arte, vai além da informação. É também formativa e possui um valor eterno. A literatura cria as emoções e o prazer. Ela é para oportunidades únicas de encontro do indivíduo consigo mesmo e com os outros, trabalhando com o imaginário, ser lida, fluída com gosto, mesmo que solitariamente.

De quem é responsabilidade do incentivo leitura?

A responsabilidade em estimular o hábito da leitura nas crianças é dos pais e da escola. Temos que entender que gostar de ler não é um dom, mas um hábito que se adquire. Através da leitura as crianças começam a desenvolver o poder da imaginação, reflexão e argumentação.

Qual o resultado para quem gosta de leitura?

Criança que gosta de livro adquire mais rápido criatividade, autoconfiança, senso crítico e facilidade de captar a dinâmica do mundo que a cerca. Conduzir os filhos à descoberta do prazer da leitura depende unicamente da sensibilidade dos pais.

Por que ler para os filhos?

"O objetivo de uma escola sempre foi formar cidadãos capazes de "ler o mundo", produzindo discursos orais ou escritos, adequados a diferentes situações..." (Adriane Andaló - 2000). Ter em casa futuros leitores implica ir além desta concepção.

A leitura há muito deixou de ser uma simples prática escolar para transformar-se em um processo desencadeado pela necessidade de "leitura de mundo" e por isso deve ser iniciada desde a infância, ou seja, no seio da família.

Pesquisas mostram que até os dois anos de vida o desenvolvimento do cérebro ocorre num ritmo bem acelerado, portanto, podemos concluir que tudo que for feito neste período, como conversar, cantar, demonstrar carinho, ler, entre outras coisas, será crucial para o desenvolvimento saudável da criança.

Ler para os filhos desde bebês, além de suprir-lhes do conhecimento necessário é também importante fonte de prazer, pois ao mesmo tempo em que oferecemos algo valioso para as crianças, a nossa presença, lhes brindamos com a possibilidade de "viajar" pelo mundo através das páginas de um livro. Assim, desde pequenas associarão leituras a momentos prazerosos, o que funcionará durante os primeiros anos de vida mais ou menos como uma "propaganda para a mente".

Os pais que estimulam a leitura ensinam os filhos a reconhecerem o ambiente onde vivem e a desenvolver atitudes que as influenciarão durante a vida adulta, tais como: confiança, respeito mútuo e compreensão, bases importantes para a adolescência. Leituras saudáveis produzem leitores seletivos diante da avalanche de informações, e-mails, programas de TV, notícias etc, características comuns do mundo contemporâneo, ao mesmo tempo em que expõem as crianças a sentenças complexas e bem estruturadas, forma positiva de ensiná-las a se expressarem bem, tanto ao falar quanto ao escrever.

Preparar leitores implica ainda na consideração de alguns pontos essenciais tais como: ler para a criança sem pressioná-la; manter sempre uma atmosfera agradável de cordialidade, descontração e informalidade; saber quando parar de ler, pois cada criança tem seu tempo de concentração; criar expectativas antes de virar a página de um livro com gravuras; dar ênfase à leitura com expressões, gestos, mudança na entonação da voz de maneira a dar vida à história; fazer com que a criança interaja com a leitura; pausar em determinados intervalos perguntando e estimulando a criança a formular respostas bem elaboradas; selecionar livros que transmitam mensagens positivas, estimulantes e que levem à reflexão; procurar sempre locais e momentos calmos. A atenção a estes lembretes aliados ao bom exemplo dos pais quanto à leitura trará benefícios vitais para todos os envolvidos no processo de ensino-aprendizagem de uma criança.

Fonte: www.conscienciacosmica.com.br.



O ÍNDIO BRASILEIRO

Os nativos brasileiros não são todos iguais. Ao contrário, existe uma incrível variedade de tradições, idiomas, manifestações artísticas e modos de vida. O que não muda é o respeito pela natureza que todos eles têm. Afinal é dela que eles dependem para viver: onde caçam, pescam, coletam frutos e raízes.

Atualmente, há cerca de 300 mil índios no Brasil. Eles possuem uma cultura bastante diferente da nossa, e também não são iguais entre si, caiapó, cadiuéu, suruí, xavante, ticunas, ianomâmi, são algumas das 210 nações indígenas brasileiras.

Os nativos brasileiros vivem em 565 áreas espalhadas por todos os Estados, com exceção do Piauí e do Rio Grande do Norte. A maior parte das terras e da população está na Amazônia.

A maioria das nações indígenas brasileiras mantém contato com os homens brancos. Mas existem exceções. Há 53 grupos isolados, que vivem quase como nos tempos pré-históricos. É o caso dos ianomâmis, que chamam a si próprios de Yanomâme thépé, que significa seres humanos.

Para os índios, a terra tem um significado especial. Ela não pertence a uma só pessoa, mas a todos da tribo.

Desde 1988, a Constituição garante o direito dos índios às terras de seus antepassados e diversas áreas vêm sendo demarcadas. Demarcar significa colocar limites para que não haja dúvidas de que aquela terra já tem dono.

A natureza está sempre presente na vida dos índios. As aldeias, cercadas pelas florestas, mostram como é possível o equilíbrio entre o homem e a mata. Nelas, a caça e a pesca são recursos de sobrevivência.

Mesmo com a fatura da floresta, há muito trabalho a ser feito, sempre em grupo. As mulheres cuidam das roças, tecem e cozinham; os homens levantam ocas, derrubam árvores, caçam e fabricam armas e canoas. Onde há aldeia, sempre existe um riacho por perto. Os índios adoram banhar-se, brincar na água e, claro, os peixes que capturam com arco e flecha.

Em 1910, o governo criou o Serviço de Proteção aos Índios, para controlar as tribos, sob a chefia do marechal Cândido Rondon. Ele pacificou índios sem violência, garantiu a posse das terras. Em 1967, foi criada a Fundação Nacional do Índio (FUNAI) para a demarcação e a prestação de assistência médica e educacional.

Fonte: Os Índios do Brasil – São Paulo – Abril 2000 – Coleção de Olho no Mundo

VAI UMA FRUTINHA AÍ?

Saborosas e com inúmeras qualidades nutricionais, as frutas devem fazer parte de sua rotina. Descubra alguns jeitos gostosos de aproveitá-las.

Se você passa reto pela seção de frutas do supermercado ou as despreza quando estão em cima da mesa ou na geladeira, saiba que não está sozinha. Infelizmente, muitos adolescentes e até adultos não comem frutas, como recomendam os médicos e nutricionistas. Com essa atitude, todos perdem uma excelente oportunidade de ingerir vitaminas, minerais e outros componentes antioxidantes e funcionais, como o licopeno (presente na goiaba) ou a quercetina (encontrada na maçã).

Além de suas inúmeras qualidades nutricionais, as frutas se destacam porque podem ser ingeridas facilmente (sem a necessidade de grandes elaborações culinárias) e, de forma geral, tem preços acessíveis. Elas também tem a vantagem de terem poucas calorias, com algumas exceções.

Segundo a nutricionista Cynthia Antonaccio, as frutas são ricas em potássio que ajuda a prevenir e aliviar a hipertensão arterial, regula as atividades neuromusculares e evita fraqueza, problemas cardíacos e fadiga muscular.

As frutas cítricas (laranja, limão, acerola) são grandes fontes de vitamina C, poderoso antioxidante e importante para o processo imunológico do organismo. Já as amareladas, como o mamão e a manga, contêm grande teor de betacaroteno, precursor da vitamina A e de vital importância para a pele.

Se por algum motivo você resiste às frutas "in natura", que tal adotar na sua dieta diária porções de saladas de frutas e sucos? "Uma alternativa é comer as frutas grelhadas ou batidas com sorvete, iogurte e leite", diz a nutricionista.

Ela acredita que é possível se habituar e comer frutas porque, ao contrário de outros alimentos, elas são doces, saborosas e possuem uma variedade enorme. "Sempre é possível encontrar algumas que se goste diante do grande número de ofertas nacionais e importadas".

Uma boa dica para a hora do lanche é trocar as frituras por um lanche acompanhado de um suco de frutas. "Não é preciso cortar salgadinhos e refrigerantes para sempre, apenas comer de forma mais equilibrada, deixando estas guloseimas reservadas para determinados momentos".

Na hora de promover festinhas, também dá para fugir do convencional servindo frutas em espetinhos ou fatias com cobertura de chocolate ou misturadas com castanhas. "Você pode ainda oferecer sorvete de frutas ou salada de frutas quente com sorvete ou ainda com sopa de morango", sugere Cynthia.

O fundamental é inserir as frutas em sua dieta. Seu corpo vai agradecer!

Cynthia Antonaccio é nutricionista com mestrado em Nutrição Humana aplicada pela universidade de São Paulo. Dá orientação e presta acompanhamento nutricional em consultório próprio e nas academias Competition proprietário da Equilibrium Consultoria em Nutrição e Bem Estar e membro do AMBULIM – Ambulatório de Bulimia e transtornos alimentares do HC-FMUSP.

Fonte: www.nestle.com.br



VAMOS VER COMO SURTIU O CHOCOLATE?

Quem sabe o que é "Theobroma"? Pois este é o nome dado pelos gregos ao "alimento dos deuses", o chocolate.

"Theobroma cacao" é o nome científico dessa gostosura chamada chocolate. Quem o batizou assim foi o botânico sueco Linneu, em 1753. Mas foi com os Maias e os Astecas que essa história toda começou.

O chocolate era considerado sagrado por essas duas civilizações, tal qual o ouro.

Na Europa chegou por volta do século XVI, tornando rapidamente popular aquela mistura de sementes de cacau torradas e trituras, depois juntada com água, mel e farinha. Vale lembrar que o chocolate foi consumido, em grande parte de sua história, apenas como uma bebida.

Em meados do século XVI, acreditava-se que, além de possuir poderes afrodisíacos, o chocolate dava poder e vigor aos que o bebiam. Por isso, era reservado apenas aos governantes e soldados.

Aliás, além de afrodisíaco, o chocolate já foi considerado um pecado, remédio, ora sagrado, ora alimento profano. Os astecas chegaram a usá-lo como moeda, tal o valor que o alimento possuía.

Chega o século XX, e os bombons e os ovos de Páscoa são criados, como mais uma forma de estabelecer de vez o consumo do chocolate no mundo inteiro. É tradicionalmente um presente recheado de significados. E não é só gostoso, como altamente nutritivo, um rico complemento e repositor de energia.

Fonte: www.comamor.com.br



No início de Abril/2006, a Mareal Eventos dará início a mais uma edição do Campeonato Estudantil, que contará com a participação de aproximadamente 15 colégios particulares, sendo que o Colégio

Boa sorte aos nossos pequenos jogadores.

A black and white photograph of a modern, minimalist interior space, likely a kitchen or laboratory. The room features white cabinetry and a dark, speckled countertop. A person is visible in the background, standing near a sink area. The foreground shows a close-up of the countertop with a small white object.

Em breve
fotos das novas
instalações no site do
Colégio.

E-mail:
bionews@colegioprosaberbio.com.br

É importante dizer que além de ser um passatempo super divertido, você também vai aprender muitas coisas novas como palavras, sinônimos etc... Então, vamos fazer a palavra cruzada que está no encarte desta edição !!!

| | | | | | | | | | |
|---|---|--------------|--------------|---|---|--------------|---|---|---|
| | D | | | | E | | O | | |
| P | E | R | A | L | T | I | C | E | S |
| | G | P | F | | A | ^R | A | S | A |
| R | O | M | E | I | R | A | | T | L |
| | R | | T | A | I | | C | R | A |
| M | O | E | U | | A | C | R | E | |
| | | N | O | E | | P | E | L | E |
| T | O | S | S | I | R | | D | A | L |
| | R | ^A | ^B | O | | I | L | U | D |
| C | I | O | S | O | | I | L | A | |
| | G | A | | E | S | M | O | | R |
| S | I | R | I | | A | P | | V | A |
| | N | | D | E | C | I | M | A | L |
| G | A | L | | M | O | D | E | L | O |
| | L | O | B | A | | O | L | A | S |

Ranking

Three circular award medals are shown, overlapping each other. The top medal is inscribed with 'NATIONAL CHAMPION', '1999', and 'NATIONAL CHAMPION'. The middle medal is inscribed with 'NATIONAL CHAMPION', '1999', and 'NATIONAL CHAMPION'. The bottom medal is inscribed with 'NATIONAL CHAMPION', '1999', and 'NATIONAL CHAMPION'. A trophy cup is shown in the foreground, partially overlapping the medals.

Confira abaixo os melhores colocados:

| Posição | Nome | Jogos | Gols |
|---------|-------------------|-------|------|
| 1º | Rafael Ladeia | 58 | 30 |
| 2º | Kalii Murano | 53 | 31 |
| 3º | Leonardo Araújo | 50 | 5 |
| 4º | Bruno Avamileno | 47 | 42 |
| 5º | Thiago Leão | 46 | 15 |
| 6º | Sérgio Leão | 45 | 16 |
| 7º | Bruno dos Santos | 43 | 28 |
| 8º | Bruno Teles | 41 | 2 |
| 9º | Jards da Silva | 40 | 30 |
| 10º | Roger Lima | 37 | 1 |
| 11º | Rafael Lima | 36 | 15 |
| 12º | Wesley de Almeida | 36 | 11 |
| 13º | Edisley Delmonte | 35 | 74 |
| 14º | Fernando Aquino | 31 | 19 |
| 15º | Bruna Santos | 29 | 8 |