Reduzir, Reciclar e Cuidar da Natureza — Ficha

1.º Ciclo | Cidadania e Desenvolvimento | 3 páginas

Competências que desenvolve: ordenar e aplicar os três Rs, ligar cada resíduo ao destino certo, reconhecer a importância dos oceanos e da biodiversidade e propor mudanças na escola e no bairro.

1. Os três Rs: ordem e aplicação

a) Numera a ordem certa: ( ) Reduzir ( ) Reutilizar ( ) Reciclar → _____

b) Escreve que R é cada ação.

Em vez de comprar frasco novo, uso outro que já tenho. → _____

Levo o lanche sem plástico de usar e deitar fora. → _____

Separo o jornal para virar papel novo. → _____

2. Liga o resíduo à ação

a) Jornal e papel b) Garrafa de plástico c) Restos de comida d) Brinquedo partido

1) Compostagem, para virar terra. 2) Contentor do papel. 3) Consertar antes de deitar fora. 4) Contentor dos plásticos e latas.

3. Verdadeiro ou Falso — oceanos e biodiversidade

a) Os oceanos dão comida a milhões de pessoas. → ____

b) Biodiversidade é só a quantidade de animais bonitos. → ____

c) O plástico atirado ao rio acaba, quase sempre, no mar. → ____

d) Cada espécie tem um trabalho no equilíbrio da natureza. → ____

e) Plantar e deixar os insectos em paz também é ajudar. → ____

4. Completa: necessidades e qualidade de vida

a) As necessidades fundamentais são: comer, _____ seguro e ir à escola.

b) A _____ de vida melhora quando todas as necessidades básicas estão garantidas.

c) Usar o que o planeta dá sem gastar mais do que ele tem chama-se _____ .

d) Melhorar a vida de todos hoje sem tirar o futuro a quem vem é pensar com _____ .

5. Escolha múltipla

a) O primeiro dos três Rs é: A) reciclar B) reduzir C) reutilizar

b) Ir de autocarro em vez de carro é melhor porque: A) é mais caro B) leva mais gente com menos poluição por pessoa C) demora sempre mais

c) Os restos de comida devem ir para: A) contentor do papel B) compostagem ou lixo orgânico C) contentor do vidro

© 2026 Estudantices

6. Resposta curta: duas mudanças

Indica duas mudanças que a tua escola ou o teu bairro podia fazer — e o que cada uma melhorava.

1. _____ **→ melhorava:** _____

2. _____ **→ melhorava:** _____

7. Preenche: onde reciclar

Resíduo	Destino certo
Jornais e caixas de papel	_____
Garrafas de vidro	_____
Latas e embalagens de plástico	_____
Restos do almoço	_____

8. Resposta curta: porquê não deitar fora

Porque é que «deitar fora» não é a resposta certa? Responde em duas frases.

_____

_____

9. Caso: o pátio do intervalo

À hora do intervalo, três contentores ficam quase vazios e há papel e embalagens no chão por todo o lado (situação simulada).

a) O que correu mal? _____

b) Duas mudanças que resolveriam o problema. _____

c) Como sabiam, daqui a uma semana, se funcionou? _____

10. Escreve o cartaz

Escreve **uma frase** de cartaz para a tua turma separar o lixo — clara, curta e sem ordens mal-educadas.

_____

_____

© 2026 Estudantices

Soluções

1. a) 1 Reduzir · 2 Reutilizar · 3 Reciclar. b) reutilizar; reduzir; reciclar.

2. a) 2 b) 4 c) 1 d) 3

3. a) V b) F — é a variedade inteira de plantas, animais e insectos, com o trabalho de cada um. c) V d) V e) V

4. a) dormir b) qualidade c) sustentabilidade d) responsabilidade / pelos que vêm depois

5. a) B b) B c) B

6. Resposta pessoal. Exemplos: separar o lixo em todos os corredores → menos resíduo no mesmo contentor; trocar brincadeiras sentados por jogos ao ar livre no pátio → mais movimento e menos enfado; jardim com plantas autóctones → mais biodiversidade no espaço da escola. Qualquer mudança com efeito claro.

7. contentor do papel (azul) · contentor do vidro (verde) · contentor de plásticos e latas (amarelo) · compostagem ou lixo orgânico.

8. Porque o que se deita fora continua a existir: entope rios, chega ao mar e gasta matéria-prima nova — reutilizar e reciclar mantêm o ciclo a andar e reduzem o que se tira à natureza.

9. a) Os contentores estão longe ou mal explicados, não há hábito de separar e o chão fica com lixo — falta organização e informação. b) Exemplos: contentores junto a cada zona de lanche com legenda desenhada; «turma recicladora» com pares que verificam; caixas de papel na sala. c) Contar o lixo no chão e o peso do que foi reciclado, antes e depois — comparar os dois números.

10. Resposta pessoal com as características de cartaz: frase curta, clara e positiva. Exemplos: «Separa agora — o planeta agradece depois.» · «Papel aqui, plástico ali — pátio limpo para todos.»

© 2026 Estudantices