

# Way to Go! 1 (2018)

## Traduções dos textos da seção *Reading*

### Unit 1, p. 24

---

Tecnologia na sala de aula:  
O que os professores querem

(Quadro superior esquerdo)

Professores querem mais tecnologia

Professores têm sede de mais tecnologia

21% - Apenas cerca de um em cada cinco professores acredita que possui o nível ideal de tecnologia em sala de aula

Três-quartos gostariam de ter mais tecnologia na sala de aula

(Quadro superior direito)

Professores querem tecnologia a um preço acessível

O orçamento é a maior barreira ao acesso à tecnologia em sala de aula

63% - Os custos são muito altos

8% - Não estão familiarizados com a tecnologia

8% - Não sabem por onde começar / Não têm treinamento

(Quadro inferior esquerdo)

Professores querem ferramentas baseadas na Web

Sites da internet são os recursos tecnológicos mais utilizados na sala de aula.

56% - Sites da internet

44% - Imagens on-line

43% - Jogos ou atividades de sites da internet

(Quadro inferior direito)

Professores querem engajar os alunos

Principais razões pelas quais os professores usam tecnologia em sala de aula:

77% - Aumentar a motivação do aluno em aprender

76% - Reforçar e expandir o conteúdo que está sendo ensinado

76% - Contemplar uma variedade de estilos de aprendizagem

(Rodapé)

PBS Learning Media – Encontre milhares de recursos interativos gratuitos para serem usados em sala de aula ao visitar [pbslearningmedia.org](http://pbslearningmedia.org). Cadastre-se hoje.

### Unit 2, p. 38

---

(As traduções seguem o sentido horário)

(Núcleo do mapa)

Dicas de economia de energia para sua escola a fim de reduzir a mudança climática

(Linha azul claro)

Aquecimento da água

Coloque temporizadores nas urnas de água quente\* ou use uma chaleira.

Considere a energia solar para os sistemas de aquecimento de água.

(Linha vermelha)

Dispensa

Use produtos cultivados localmente.

Escolha uma geladeira com uma boa classificação no consumo de energia.

Tenha, uma vez por semana, um dia vegetariano – Segunda-feira sem carne!

(Linha lilás)

Transporte

Caminhe.

Ande de bicicleta.

Pegue um ônibus para a escola.

(Linha cinza)

Lixo

Reduza o lixo do almoço.

Transforme em adubo.

Recicle.

(Linha laranja)

Iluminação

No intervalo / almoço - apague as luzes.

Use lâmpadas econômicas.

(Linha amarela)

Aquecedor e ar condicionado

Só use aquecedores quando o local estiver ocupado.

Mantenha as janelas fechadas ao usar o aquecedor ou o ar condicionado.

Configure o termostato para 18°C a 20°C no inverno e 26°C no verão.

Faça um isolamento térmico nos edifícios.

(Linha azul escuro)

Equipamentos de escritório

Desligue - Tire da tomada fotocopiadoras e impressoras fora do horário escolar.

Desligue - Tire da tomada computadores quando não estiverem em uso.

Escolha dos equipamentos – Procure por uma boa classificação no consumo de energia.

(Linha verde)

Organizações que podem ajudar

Programa escolas solares (\$12.500 de concessão) – [www.sedo.energy.wa.gov.au](http://www.sedo.energy.wa.gov.au)  
AUSSI - [www.sustainableschools.wa.edu.au](http://www.sustainableschools.wa.edu.au)

\*Urnas de água quente são um tipo de aparelho eletrodoméstico utilizado para esquentar água.

## Unit 3, p. 57

---

### **Favelas do Rio de Janeiro estão se tornando pontos turísticos do Brasil**

Publicado em: 25 de junho de 2012  
Por Casey McDermott - McClatchy Newspapers

[...] Longe da famosa estátua do Cristo Redentor ou dos hotéis de luxo em Copacabana, essas comunidades populosas - chamadas de favelas - localizadas nos morros do Rio estão se tornando paradas improváveis para os visitantes que buscam um vislumbre da vida além dos bares e praias em pontos turísticos do Brasil.

Os turistas estrangeiros - e cada vez mais os próprios brasileiros - estão indo para as favelas do Rio de Janeiro para passar uma noite em um albergue, experimentar a cozinha local, participar de oficinas de grafite ou jogar paintball. Em alguns casos, os visitantes ficam instalados nesses bairros por semanas numa mesma viagem, em locais como a Casa Alto Vidigal, uma casa que virou albergue e que atrai multidões com seu bar e último andar com vista para a cidade.

A maioria dos turistas passa apenas algumas horas, tempo suficiente para ver como é viver em lugares que são conhecidos pelo excesso de moradores, pela enorme pobreza e por confrontos entre traficantes e policiais. [...]

## Unit 4, p. 72

---

### **Chorar faz bem para você?**

Por que choramos

Os seres humanos costumam chorar para solicitar ajuda e conforto, e às vezes para repelir a agressão de outros (as lágrimas de uma mulher podem impedir os homens de serem maus). O choro tem essas funções em bebês indefesos e dependentes, e temos poucas razões para crer que essa característica muda à medida que as pessoas envelhecem.

Por que chorar faz bem

É possível que haja algum benefício fisiológico do choro, tais como o estímulo do sistema nervoso parassimpático, o que é importante para o relaxamento. Derramar lágrimas também pode liberar opióides, substâncias químicas naturais que afetam nossos sentimentos de prazer, e oxitocina, um hormônio ligado ao vínculo afetivo, sentimentos de confiança e redução do estresse. O maior benefício, no entanto, não vem do choro em si, mas do conforto e suporte que os outros oferecem em reação às nossas lágrimas. Apesar disso, controlar ocasionalmente suas lágrimas não prejudica a sua saúde. Mas suprimir constantemente as emoções pode drenar a sua energia e, potencialmente, causar sintomas físicos.

Por que as mulheres choram mais

Em primeiro lugar, o hormônio masculino testosterona parece inibir o choro, enquanto o hormônio feminino prolactina pode baixar o limiar emocional. Além disso, as mulheres podem ser expostas a situações que envolvem mais emoção, como cuidar de outras pessoas, e tendem a ser mais compreensivas. Finalmente, muitas vezes é esperado dos homens que eles controlem suas lágrimas.

Lágrimas de alegria - um mito?

Alguns especialistas questionam se choramos por razões positivas. Muitas vezes, durante um momento feliz, nos permitimos refletir sobre momentos menos alegres. Por exemplo, durante um encontro, podemos chorar pelo tempo em que sentimos a falta do outro. E embora se casar seja um evento positivo, ao mesmo tempo, é o fim de uma determinada fase da vida, o que poderia causar lágrimas de tristeza. Outra teoria é a de que emoções muito positivas também podem evocar uma espécie de desamparo. Você simplesmente não tem uma forma de expressar a sua alegria extrema. Essa incapacidade de transmitir adequadamente seus sentimentos pode resultar em lágrimas. - Ad Vingerhoets, Ph.D., professor de psicologia clínica na Universidade de Tilburg, na Holanda, e editor do Regulamento de Emoção e Bem-Estar (Springer).

## Unit 5, p. 92

---

Ayrton Senna: 1960-1994: Piloto de corrida

O motorista de carro de corrida brasileiro Ayrton Senna era um piloto profissional famoso e desportista no momento da sua morte em um acidente durante uma corrida em 1994. Depois de uma brilhante carreira no circuito de corridas de kart, Senna foi tricampeão da Fórmula 1 (F1). Em sua breve, porém espetacular, carreira, Senna provou que era, sem dúvida, "o piloto mais notável de todos os tempos", segundo Alan Henry no Grand Prix dos Campeões.

Nascido e registrado como Ayrton Senna da Silva em 21 de Março de 1960, em São Paulo, Brasil, Senna era uma criança desajeitada que mais tarde foi diagnosticada com um problema de coordenação motora. O pai de Senna, Milton da Silva, era um empresário bem sucedido e proprietário de terras, mas também

era um fã de automobilismo, e incentivou o fascínio de seu filho por carros. Quando Senna tinha quatro anos, seu pai lhe deu um kart com potência de um cavalo-vapor. Quando Senna estava atrás do volante, sua inépcia desaparecia - ele parecia bem natural. Toda a família apoiou o interesse de Senna no automobilismo, e eles passavam fins de semana juntos em parques locais onde o jovem podia conduzir seu kart. Seus pais usavam os privilégios do automobilismo como alavanca para fazer Senna, um aluno mediano, se dedicar mais aos seus estudos. Felizmente para Senna, sua família era rica e tinha recursos para financiar suas corridas.

Aos oito anos, Senna já dirigia o carro da família. As estrelas da corrida europeia Jim Clark e Jackie Stewart eram seus heróis, assim como Emerson Fittipaldi, um piloto brasileiro que emergia rapidamente como um talento extraordinário. Senna ganhou um kart 100cc em seu décimo aniversário, mas teve que praticar por conta própria no kartódromo local, até que completasse 13 anos, idade mínima para pilotar karts no Brasil. O interesse pela corrida automobilística europeia cresceu no Brasil quando Fittipaldi venceu o Campeonato Mundial de Fórmula 1 em 1972, e o país realizou seu primeiro Grand Prix em Interlagos no ano seguinte.

## Unit 6, p. 106

---

### DESCOBERTAS DE SORTE

Invenções famosas e avanços que surgiram por acidente

Algumas das maiores invenções e descobertas do nosso tempo não foram produtos da inteligência, mas acidentes que acabaram dando certo. Esses percalços da sorte deram tudo ao mundo, desde o incrível brinquedo de mola até a penicilina, antibiótico que salva vidas. Em muitos casos, eles também remodelaram grandes indústrias ou criaram outras inteiramente novas. NEWSWEEK lança um olhar sobre quais são e como surgiram alguns dos avanços mais fortuitos da história.

### PICOLÉS

Toda criança é grata a Frank Epperson, mesmo que ela não saiba disso.

Em 1905, Epperson tinha apenas 11 anos de idade quando acidentalmente deixou uma mistura de refrigerante com um palito na varanda de sua casa em São Francisco. Era uma noite muito fria, e quando o menino encontrou o seu copo no dia seguinte, o líquido havia sido congelado em torno do palito. Apesar de ele não ter ideia do que fazer com aquilo na época, quase duas décadas depois, ele patenteou o seu "gelo no palito" e o chamou de Eppsicle, mas, em seguida, mudou o nome para "picolé", porque seus filhos achavam melhor. Alguns anos depois, ele vendeu sua invenção ao Joe Lowe Co. em Nova York. O picolé acabou nas mãos da marca Good Humor da empresa Unilever, que oferece mais de 30 sabores hoje.

### FORNO DE MICROONDAS

Em 1946, o engenheiro Percy Spencer da Raytheon estava testando um magnétron – um dispositivo que emite radiação de micro-ondas - quando ele percebeu que a barra de chocolate em seu bolso havia derretido. Ele imaginou que foi o magnétron que fez isso acontecer e testou sua teoria colocando milho de pipoca perto do dispositivo. Quando os grãos de milho estouraram, ele tentou cozinhar um ovo, que explodiu. Claro que ele fez uma bagunça, mas ele também percebeu que a exposição à energia de micro-ondas de baixa densidade poderia rapidamente cozinhar alimentos. Spencer e outros engenheiros começaram a trabalhar em uma maneira prática de capturar as ondas e usá-las para essa finalidade. Em 1947, as primeiras unidades foram disponibilizadas para venda através da Raytheon. Os aparelhos pesavam 750 libras\* e custavam milhares de dólares, mas em 1975 os avanços tecnológicos tornaram o micro-ondas tão popular (e acessível) quanto um fogão.

\* 750 libras equivalem a aproximadamente 340 quilos.

## Unit 7, p. 126

---

Videogames mataram o Couch Potato\*  
Mas o "exer-game"\*\*\* é uma atividade física real?

Não há dúvida de que os "jogos de videogame ativos", aqueles que exigem que você mova seu corpo para controlar o seu personagem na tela, queimam mais calorias do que jogos passivos tradicionais. Mas isso não quer dizer muito. A questão mais importante é se eles queimam calorias suficientes para fazer uma diferença real na sua saúde, e a resposta depende de qual jogo você está jogando e do quão vigorosamente você joga.

Um estudo recente da Universidade de Waterloo descobriu que estudantes queimaram 5,4 vezes mais calorias jogando o 'exer-game' Wii Sports Tennis do que teriam queimado por apenas estarem sentados no sofá. Não é como um verdadeiro jogo de tênis, que queima cerca de oito vezes mais calorias do que queimaria se você estivesse em repouso, mas é um bom treino que pode ajudar a melhorar a sua forma física. Por outro lado, um estudo anterior sobre outros jogos, como Dance Dance Revolution e Wii bowling, descobriu que eles queimaram menos calorias; o equivalente a caminhar em um ritmo moderado.

Resultado: os videogames ativos são melhor do que nada, mas não são tão bons quanto os esportes "reais" que eles imitam. Como a maioria dos jovens canadenses já gasta mais de seis horas por dia sentados na frente da TV e das telas do computador, "os pais devem pelo menos tentar fazer com que seus filhos joguem jogos que envolvam ser fisicamente ativo", diz Scott Leatherdale, o pesquisador que liderou o estudo em Waterloo. "Isto posto, jogos de videogame não devem substituir a atividade física real".

Alex Hutchinson

\* *Couch potato* é uma expressão idiomática usada para denominar uma pessoa preguiçosa que passa muito tempo na frente da televisão.

\*\* *Exer-games* são jogos de videogame que envolvem algum tipo de exercício físico.

## Unit 8, p. 140

---

TEMA PARA O INGLÊS B

Por Langston Hughes

O instrutor disse,  
Vá para casa e escreva  
uma página esta noite.  
E deixe esta página sair de você ---  
Então, ela será verdadeira.

Pergunto-me se é assim tão simples?  
Tenho vinte e dois anos, sou negro, nascido em Winston-Salem.  
Frequentei a escola lá, depois em Durham, depois aqui  
Nesta faculdade na colina acima de Harlem.  
Eu sou o único aluno negro na minha turma.  
Os passos descendo a ladeira levam para Harlem  
através de um parque, então eu cruzo a St. Nicholas,  
a Oitava Avenida, a Sétima, e vou para o Y,  
o Harlem Branch Y\*, onde pego o elevador  
para o meu quarto, sento e escrevo esta página:

Não é fácil saber o que é verdadeiro para você ou para mim  
aos vinte e dois, minha idade. Mas eu acho que eu sou o que  
sinto e vejo e ouço, Harlem, eu ouço você:  
ouço você, ouço a mim --- nós dois --- você, eu, falo nesta página.

(Eu ouço Nova Iorque também.) Eu --- quem?  
Bem, eu gosto de comer, dormir, beber, e estar apaixonado.  
Eu gosto de trabalhar, ler, aprender e entender a vida.  
Eu gosto de cachimbo como presente de Natal,  
ou discos --- Bessie, bop, ou Bach.

Eu acho que ser negro não me faz NÃO gostar  
das mesmas coisas que as outras pessoas de outras raças gostam.  
Minha página será de cor para que eu escreva?  
Sendo eu, ela não será branca.  
Mas será  
uma parte de você, instrutor.

Você é branco ---  
Mas é uma parte de mim, como eu sou uma parte de você.  
Isso é americano.  
Às vezes, talvez você não queira ser uma parte de mim.

Nem eu, muitas vezes, quero ser uma parte de você.  
Mas nós somos, isso é verdade!  
Como eu aprendo com você,  
Eu acho que você aprende comigo ---  
embora você seja mais velho --- e branco ---  
e, de alguma forma, mais livre.

Esta é a minha página para o Inglês B.

\* *Harlem Branch Y* se refere ao *Harlem YMCA*, um albergue em Nova Iorque.