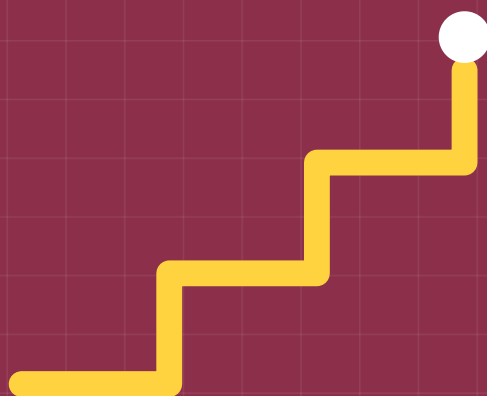




UpOnly Learning



7º ANO

APOSTILA DE AMOSTRA GRÁTIS

Habilidades para a vida 7º ano

Um passo de cada vez. · Idades 12–13 · Amostra grátis: 1 de 7 temas

UO-LIFE-7

Um passo de cada vez

Sou o Dr. Evan J. Hasson. Tenho um consultório de quiropraxia específica há mais de doze anos e sou pai de três. Meu trabalho é sobre alinhamento: quando a estrutura está certa, todo o resto funciona melhor.

Em casa, nada estava alinhado. Eu gastava milhares de dólares por mês com reforço, atividades e programas, e quando eu perguntava sobre matricular um segundo ou terceiro filho a resposta era sempre a mesma: aí é o dobro, aí é o triplo. A escola charter tinha fila de espera. A escola pública boa tinha fila de espera. As particulares tinham aquela outra fila, em que ajuda conhecer alguém ou doar primeiro.

E por baixo de tudo, a mesma ameaça silenciosa: se você não pagar por isso, seu filho vai ficar para trás. Não vendem com evidência. Vendem com medo.

Então fui pesquisar por conta própria, e foi isto que descobri: nada disso é segredo. Os padrões são publicados. A ordem em que uma criança deve aprender está escrita e disponível para todos. Só está espalhado. Ninguém tinha feito o trabalho de reunir, colocar em ordem e entregar. Então eu fiz.

Quando cada passo tem seu lugar, a confusão não tem onde se esconder.

Construí isto para os meus filhos. Estou dando para os seus.

Dr. Evan J. Hasson, DC

Fundador e pai de três

Direitos autorais, licença e avisos legais

Direitos autorais. © 2026 UpOnly Learning, LLC. Todos os direitos reservados. UpOnly Learning™ e o logotipo do degrau são marcas da UpOnly Learning, LLC.

Amostra grátis. Esta amostra grátis pode ser impressa e compartilhada livremente, desde que seja compartilhada inteira e sem alterações, com este aviso e o nome UpOnly Learning. Não pode ser vendida.

Não somos uma escola. A UpOnly Learning é uma editora educacional privada, não uma escola, e não é afiliada nem endossada pelo Departamento de Educação dos EUA, pelo MEC, por nenhuma secretaria de educação ou distrito escolar. Esta apostila não atribui notas nem créditos e não substitui nenhum currículo exigido no seu estado ou país. Você é responsável por cumprir as leis locais de ensino domiciliar.

Padrões. Os temas estão alinhados a padrões acadêmicos segundo a nossa própria interpretação; os donos desses padrões não revisam nem endossam esta apostila. Common Core State Standards © Copyright 2010. National Governors Association Center for Best Practices and Council of Chief State School Officers. All rights reserved.

Sem resultados garantidos, e erros acontecem. Cada estudante aprende de um jeito. Escrevemos e revisamos cada pergunta e gabarito com cuidado, e ainda assim erramos: um gabarito pode estar errado e uma pergunta pode estar mal redigida ou ter duas respostas defensáveis. Confira o gabarito antes de entregar e confie no seu próprio julgamento em vez do nosso. Encontrou um problema? **Tire uma foto da página e mande para support@uponylearning.com** — a imagem diz mais que uma descrição, e corrigimos para todas as famílias.

Segurança. Algumas atividades usam objetos de casa, como tesouras, moedas ou alimentos. Um adulto deve supervisionar e pular qualquer coisa que não seja segura para o estudante.

Não é orientação profissional. Esta apostila não substitui a avaliação de um educador ou especialista qualificado. O fundador é Doutor em Quiropraxia; a UpOnly Learning não oferece orientação médica ou de saúde.

Tradução. Esta é uma tradução da edição em inglês. Em caso de diferença, vale a versão em inglês destes termos.

Termos completos: uponylearning.com/legal

Como usar esta apostila

Cada tema segue os mesmos passos, então seu estudante sempre sabe o que vem depois.

1. ❶ **Verificação rápida.** 10 perguntas antes de ensinar. Leia em voz alta para os estudantes menores. Uma pontuação alta significa que você pode avançar mais rápido.
2. ❷ **Aprender.** Palavras-chave, ensino passo a passo com frases que você pode ler em voz alta, exemplos resolvidos e os erros para observar.
3. ❸ **Fazemos juntos.** 10 perguntas que vocês fazem lado a lado. A resposta e o "porquê" estão impressos logo depois de cada pergunta, para vocês conversarem.
4. ❹ **Você tenta.** 10 perguntas que seu estudante faz sozinho.

As respostas, com uma explicação curta para cada pergunta, estão no **Gabarito** no fim de cada tema, assim os estudantes podem trabalhar sem espiar. Revisem juntos cada resposta errada usando a explicação.

Esta apostila é impressa em cores. Para economizar tinta, escolha "Preto e branco" ou "Escala de cinza" nas configurações da impressora; todas as páginas funcionam em preto e branco.

Quer verificações on-line que se corrigem sozinhas e acompanham o progresso de cada estudante? Acesse uponlylearning.com.

7º ANO

SUMÁRIO · UO-LIFE-7



Habilidades para a vida: 7º ano

Apostila de amostra grátis · Idades 12–13 · 1 de 7 temas, com Verificação rápida, aula, Fazemos juntos, Você tenta e gabarito

Nossa história	2
Direitos autorais, licença e avisos legais	3
Como usar esta apostila	4
Tema 1 · Saving goals, compound interest and the basics of credit	6
<i>O estudante vai comparar juros simples e juros compostos para uma meta de poupança fazendo cálculos e explicar como o empréstimo, os juros e a pontuação de crédito funcionam juntos. Jump\$tart Saving</i>	
Verificação rápida 6 · Aprender 8 · Fazemos juntos 10 · Você tenta 12 · Gabarito 13	



Metas, juros compostos e o básico do crédito

O estudante vai comparar juros simples e juros compostos para uma meta de poupança fazendo cálculos e explicar como o empréstimo, os juros e a pontuação de crédito funcionam juntos.

① Verificação rápida

Faça antes da aula. Mostra o que seu estudante já sabe. Pontuação: ____ / 10

1. O que são juros compostos?
A Juros pagos em dinheiro vivo no fim de cada ano **B** Juros calculados sobre o capital mais os juros já ganhos
C Juros que o banco tira de uma conta poupança
D Juros calculados apenas sobre a quantia original em todos os anos
2. Mia quer poupar \$90 em 5 meses. Quanto ela precisa poupar por mês?
A \$12.86 **B** \$85 **C** \$18 **D** \$9
3. O que significa, em inglês, a sigla APR?
A Retorno médio dos pagamentos (average payment return)
B Registro anual de pagamentos (annual payment record) **C** Taxa automática de compra (automatic purchase rate)
D Taxa percentual anual (annual percentage rate)
4. O que é um cartão de crédito?
A Um cartão com dinheiro grátis distribuído pelo banco
B Um cartão que só pode ser usado com dinheiro já poupado
C Um cartão-prêmio que uma loja dá a clientes fiéis que compram com frequência
D Uma forma de pegar dinheiro emprestado que precisa ser devolvido, muitas vezes com juros
5. Qual afirmação sobre a APR está correta?
A A APR só vale para contas poupança **B** Uma APR mais alta custa menos para pegar emprestado
C Uma APR mais baixa custa menos para pegar emprestado **D** A APR é o valor do capital
6. Qual é o saldo, depois de 2 anos, de \$2,000 aplicados a 3 por cento ao ano, com juros compostos anuais?
A \$2,129.80 **B** \$2,126.90 **C** \$2,121.80 **D** \$2,122.40

7. Qual afirmação sobre a regra dos 72 está correta?
- A** Com uma taxa mais alta, o dinheiro dobra em menos anos
B Com uma taxa mais alta, o dinheiro dobra em mais anos **C** Dá respostas exatas para qualquer taxa possível
D Só funciona para empréstimos e nunca para a poupança
8. Calcule os juros simples sobre \$700 a 4 por cento ao ano durante 5 anos.
- A** \$840 **B** \$28 **C** \$1,400 **D** \$140
9. Sam paga só o mínimo do cartão todo mês e faz novas compras com ele. Qual é o resultado provável?
- A** O saldo e os juros continuam existindo por muito tempo **B** O saldo some em apenas um mês
C A pontuação de crédito chega ao máximo de 850 **D** A APR cai para zero por cento pelo resto do ano
10. Lena está poupando para um tablet de \$260 e tem 20 semanas. Quanto ela precisa poupar por semana?
- A** \$6.50 **B** \$13 **C** \$240 **D** \$26

② Aprender

Palavras-chave

- **capital:** A quantia inicial de dinheiro poupada ou emprestada
- **juros simples:** Juros calculados apenas sobre o capital
- **juros compostos:** Juros calculados sobre o capital mais os juros já ganhos
- **taxa percentual anual (APR):** O custo anual de pegar dinheiro emprestado, mostrado como porcentagem
- **crédito:** Permissão para pegar dinheiro emprestado ou comprar agora e pagar depois
- **pontuação de crédito:** Um número, geralmente de 300 a 850, que estima se uma pessoa costuma pagar em dia o dinheiro que pega emprestado
- **regra dos 72:** Um atalho: divida 72 pela taxa de juros para estimar em quantos anos o dinheiro dobra
- **meta de poupança:** Uma quantia específica de dinheiro a poupar até uma data determinada

Aquecimento

1. Pergunte: Se você tivesse \$100 e pudesse deixá-los guardados por 10 anos, quanto acha que eles poderiam valer numa conta poupança?
2. Pergunte: Você já ouviu pessoas dizerem que estão endividadas? O que você acha que isso significa?

O tempo é o ingrediente secreto da poupança. Hoje você vai ver como o tempo e os juros trabalham a seu favor quando você poupa e contra você quando você pega emprestado.

Ensino

1. Revise o que foi visto da educação infantil ao 5º ano: juros são um pagamento pelo uso do dinheiro. Ensine metas de poupança: uma meta precisa de uma quantia, uma data e um plano mensal. Exemplo: \$600 em 12 meses significa \$50 por mês.
2. Ensine juros simples: $\text{capital} \times \text{taxa} \times \text{tempo}$. \$500 a 4 por cento durante 2 anos rendem $500 \times 0.04 \times 2 = \$40$, então o total é \$540.
3. Ensine juros compostos: a cada ano, os juros são somados ao saldo. \$500 a 4 por cento: o ano 1 rende \$20 (saldo de \$520); o ano 2 rende \$20.80 (saldo de \$540.80). Mostre uma tabela e destaque que os \$0.80 a mais são juros sobre juros.
4. Ensine a regra dos 72: a 6 por cento, o dinheiro dobra em cerca de $72 \div 6 = 12$ anos. A 8 por cento, em cerca de 9 anos.
5. Ensine crédito: pegar dinheiro emprestado significa devolvê-lo mais os juros. Um cartão de crédito é um empréstimo que você paga todo mês. Se você não paga o saldo total, os juros são somados, e, com APR de 20 por cento, um saldo de \$600 pode gerar cerca de \$120 de juros em um ano.
6. Ensine a pontuação de crédito: ela sobe quando você paga em dia, usa só uma pequena parte do seu limite de crédito e mantém as contas por muito tempo. Ela cai com pagamentos atrasados ou saldos altos. Uma boa pontuação pode diminuir as taxas de juros oferecidas a você. Explique que pessoas com menos de 18 anos geralmente não podem ter o próprio cartão de crédito, e que uma conta de um adulto pode ser uma primeira lição de responsabilidade.

Os juros funcionam como uma bola de neve. Quando você poupa, a bola de neve cresce a seu favor. Quando você pega emprestado e não paga, ela cresce contra você.

Prática guiada

1. Preencham uma tabela de juros compostos para \$1,000 a 5 por cento durante 3 anos. Ano 1: \$1,050; ano 2: \$1,102.50; ano 3: \$1,157.63. Comparem com os juros simples (\$1,150).
2. Planejem uma meta de poupança: escolham algo que custe \$240, um prazo de 6 meses e uma quantia semanal ou mensal.
3. Usem o empréstimo de faz de conta: pegam \$200 emprestados a 10 por cento por um ano, pagos em uma única parcela no final. Calculam o total devolvido e o custo do empréstimo.
4. Conversem sobre três hábitos que constroem uma boa pontuação de crédito.

Vamos ver os números crescerem na tabela. Confira cada cálculo com uma calculadora.

Exemplos resolvidos

Encontre o saldo depois de 2 anos para \$300 a 5 por cento com juros compostos anuais.

\$330.75. Ano 1: $300 \times 1.05 = 315$. Ano 2: $315 \times 1.05 = 330.75$.

Dev pega \$200 emprestados a 10 por cento de juros simples por 1 ano. Quanto ele devolve?

\$220.

Erros para observar

Erro: Um cartão de crédito é dinheiro de graça até a fatura chegar.

Como corrigir: Explique que crédito é um empréstimo. Gastar no cartão mais do que você consegue pagar significa juros e, possivelmente, uma dívida que cresce.

Erro: Basta pagar o valor mínimo.

Como corrigir: Explique que pagar só o mínimo mantém o saldo e os juros por muito tempo. Pagar o saldo total evita os juros.

③ Fazemos juntos: 10 perguntas

Façam lado a lado. Leiam juntos cada pergunta, deixe seu estudante responder e depois leiam a resposta e o "porquê" logo abaixo, e conversem.

1. Mia quer poupar \$120 em 6 meses. Quanto ela precisa poupar por mês?

- A \$20 B \$114 C \$10 D \$15

Resposta: A \$20

Por quê: Divida a meta pelo número de meses: $120 \div 6 = 20$ por mês.

2. O que um credor analisa quando uma pessoa pede um empréstimo?

- A Se a pessoa devolveu em dia o dinheiro que pegou emprestado
B O número de amigos que a pessoa tem na internet C O nome da escola em que a pessoa estuda
D A cor e o estilo das roupas que a pessoa usa

Resposta: A Se a pessoa devolveu em dia o dinheiro que pegou emprestado

Por quê: A pontuação e o histórico de crédito mostram se o dinheiro foi devolvido em dia antes.

3. O que a regra dos 72 estima?

- A Quantos anos o dinheiro leva para dobrar B Que idade uma pessoa precisa ter para abrir uma conta
C Quanto um empréstimo custa em um ano D Quantos dólares poupar por semana

Resposta: A Quantos anos o dinheiro leva para dobrar

Por quê: A regra dos 72 divide 72 pela taxa de juros para estimar os anos até o dinheiro dobrar.

4. Por que um cartão de crédito não é dinheiro grátis?

- A O cartão não tem limite para o que pode ser gasto B O valor gasto no cartão precisa ser devolvido
C O banco dá o dinheiro de presente D Só os adultos precisam pagar pelas compras

Resposta: B O valor gasto no cartão precisa ser devolvido

Por quê: As compras no cartão são empréstimos, e quem pegou emprestado deve o valor total mais os juros.

5. Calcule os juros simples sobre \$3,000 a 5 por cento ao ano durante 2 anos.

- A \$300 B \$150 C \$3,000 D \$3,300

Resposta: A \$300

Por quê: Juros simples são capital vezes taxa vezes tempo: $3,000 \times 0.05 \times 2 = 300$. O capital não faz parte dos juros.

6. Qual é o saldo, depois de 2 anos, de \$500 aplicados a 4 por cento ao ano, com juros compostos anuais?

- A \$540.20 B \$544.80 C \$541.60 D \$540.80

Resposta: D \$540.80

Por quê: A cada ano o saldo é multiplicado por 1.04: 500×1.04 durante 2 anos dá 540.80. Os juros são somados ao saldo a cada ano.

7. Por que os juros compostos rendem mais do que os juros simples ao longo de muitos anos?

- A Também se ganham juros sobre os juros que já foram somados B O capital é sempre maior no início do prazo
C O banco deposita um presente na conta todo ano D A taxa de juros fica mais alta a cada ano

Resposta: A Também se ganham juros sobre os juros que já foram somados

Por quê: O crescimento extra vem de ganhar juros sobre os juros anteriores, e ele aumenta com o tempo.

8. Use a regra dos 72 para estimar em quanto tempo o dinheiro dobra a 4 por cento.

- A Cerca de 68 anos B Cerca de 25 anos C Cerca de 18 anos D Cerca de 9 anos

Resposta: C Cerca de 18 anos

Por quê: A regra dos 72 divide 72 pela taxa: $72 \div 4 = 18$. Isso é uma estimativa dos anos necessários para dobrar.

9. Dois estudantes poupam para uma meta de \$300. Um poupa \$25 por mês e o outro poupa \$50 por mês, os dois sem juros. Como se comparam os tempos deles?

- A Os dois alcançam a meta exatamente no mesmo tempo
B Nenhum dos dois alcança a meta porque os valores são pequenos demais
C Quem poupa \$25 alcança a meta primeiro porque 25 é o número menor
D Quem poupa \$50 alcança a meta na metade do tempo, em 6 meses em vez de 12

Resposta: D Quem poupa \$50 alcança a meta na metade do tempo, em 6 meses em vez de 12

Por quê: 300 dividido por 25 dá 12 meses, e 300 dividido por 50 dá 6 meses.

10. Por que uma conta poupança com juros compostos pode ser uma escolha melhor do que um pote para uma meta daqui a 5 anos?

- A O pote rende mais com o tempo do que a conta B A conta não pode ser usada para uma meta de poupança
C Os juros continuam sendo somados ao saldo, e o dinheiro fica protegido
D Os bancos não pagam juros sobre nenhum tipo de poupança

Resposta: C Os juros continuam sendo somados ao saldo, e o dinheiro fica protegido

Por quê: O tempo e os juros compostos favorecem uma conta que rende juros ao longo de muitos anos.

④ Você tenta: 10 perguntas

Agora seu estudante trabalha sozinho. Confira as respostas no gabarito no fim deste tema. Pontuação: ____ / 10

1. Pessoas com menos de 18 anos normalmente podem ter o próprio cartão de crédito?
A Sim, se um amigo assinar o formulário por elas **B** Sim, depois de terem poupado pelo menos \$100 no banco
C Sim, qualquer estudante pode abrir um em uma agência bancária
D Não, normalmente é preciso ser adulto para abrir um
2. Por que pegar dinheiro emprestado custa mais do que a quantia emprestada?
A O dinheiro perde valor assim que é emprestado **B** O banco fica com o dinheiro e não devolve nada
C Quem pega emprestado paga impostos sobre o capital **D** Os juros são somados ao que precisa ser devolvido
3. O que são juros simples?
A Juros cobrados só sobre empréstimos e nunca sobre a poupança
B Juros calculados sobre o capital mais todos os juros já ganhos **C** Juros calculados apenas sobre o capital
D Juros que um banco paga uma única vez e depois para de pagar
4. Use a regra dos 72 para estimar em quanto tempo o dinheiro dobra a 12 por cento.
A Cerca de 8 anos **B** Cerca de 3 anos **C** Cerca de 60 anos **D** Cerca de 6 anos
5. Qual é o melhor motivo para conferir um plano de poupança todo mês?
A Para pegar emprestado mais do que a meta precisa **B** Para parar de poupar assim que fizer um depósito
C Para ver se o valor mensal ainda alcança a meta até a data **D** Para garantir que a meta nunca seja alterada
6. Um saldo devedor de \$1,000 no cartão é mantido durante um ano a uma APR de 24 por cento. Aproximadamente quanto de juros é somado?
A \$20 **B** \$2,400 **C** \$1,240 **D** \$240
7. Jo poupa \$25 por mês, sem juros. Quanto terá poupado depois de 3 anos?
A \$900 **B** \$1,200 **C** \$300 **D** \$75
8. Dev pega emprestados \$1,200 a 5 por cento de juros simples durante um ano. Quanto ele devolve no total?
A \$1,800 **B** \$1,205 **C** \$1,260 **D** \$60
9. Calcule os juros ganhos em 3 anos por \$500 aplicados a 10 por cento ao ano, com juros compostos anuais.
A \$665.50 **B** \$150 **C** \$165.50 **D** \$50
10. Dev pega emprestados \$200 a 10 por cento de juros simples durante um ano. Quanto ele devolve no total?
A \$400 **B** \$210 **C** \$220 **D** \$20

Saving goals, compound interest and the basics of credit: respostas e explicações

① Verificação rápida

- O que são juros compostos?
B Juros calculados sobre o capital mais os juros já ganhos
Os juros compostos incluem os juros anteriores no saldo, então o saldo cresce mais rápido com o tempo.
- Mia quer poupar \$90 em 5 meses. Quanto ela precisa poupar por mês?
C \$18
Divida a meta pelo número de meses: $90 \div 5 = 18$ por mês.
- O que significa, em inglês, a sigla APR?
D Taxa percentual anual (annual percentage rate)
A APR, ou taxa percentual anual, é o custo anual de pegar dinheiro emprestado, expresso em porcentagem.
- O que é um cartão de crédito?
D Uma forma de pegar dinheiro emprestado que precisa ser devolvido, muitas vezes com juros
Um cartão de crédito é um empréstimo, então os saldos não pagos crescem com juros.
- Qual afirmação sobre a APR está correta?
C Uma APR mais baixa custa menos para pegar emprestado
A APR é o custo anual de pegar dinheiro emprestado, então quanto mais baixa, mais barato.
- Qual é o saldo, depois de 2 anos, de \$2,000 aplicados a 3 por cento ao ano, com juros compostos anuais?
C \$2,121.80
A cada ano o saldo é multiplicado por 1.03: $2,000 \times 1.03$ durante 2 anos dá 2,121.80. Os juros são somados ao saldo a cada ano.
- Qual afirmação sobre a regra dos 72 está correta?
A Com uma taxa mais alta, o dinheiro dobra em menos anos
Dividir 72 por uma taxa maior dá um número menor de anos.
- Calcule os juros simples sobre \$700 a 4 por cento ao ano durante 5 anos.
D \$140
Juros simples são capital vezes taxa vezes tempo: $700 \times 0.04 \times 5 = 140$. O capital não faz parte dos juros.
- Sam paga só o mínimo do cartão todo mês e faz novas compras com ele. Qual é o resultado provável?
A O saldo e os juros continuam existindo por muito tempo
Pagamentos pequenos e novas compras fazem os juros continuarem se acumulando sobre um saldo que continua alto.
- Lena está poupar para um tablet de \$260 e tem 20 semanas. Quanto ela precisa poupar por semana?
B \$13
Divida o custo pelo número de semanas: $260 \div 20 = 13$ por semana.

④ Você tenta

- Pessoas com menos de 18 anos normalmente podem ter o próprio cartão de crédito?
D Não, normalmente é preciso ser adulto para abrir um
A maioria dos bancos exige idade adulta para abrir uma conta de cartão de crédito.

UpOnly Learning · uponlylearning.com

2. Por que pegar dinheiro emprestado custa mais do que a quantia emprestada?
D Os juros são somados ao que precisa ser devolvido
Quem pega emprestado paga juros em troca de usar o dinheiro de outra pessoa.
3. O que são juros simples?
C Juros calculados apenas sobre o capital
Os juros simples usam a quantia inicial em todos os anos, então crescem o mesmo valor a cada ano.
4. Use a regra dos 72 para estimar em quanto tempo o dinheiro dobra a 12 por cento.
D Cerca de 6 anos
A regra dos 72 divide 72 pela taxa: $72 \div 12 = 6$. Isso é uma estimativa dos anos necessários para dobrar.
5. Qual é o melhor motivo para conferir um plano de poupança todo mês?
C Para ver se o valor mensal ainda alcança a meta até a data
Conferir permite que o estudante corrija um plano que está ficando para trás.
6. Um saldo devedor de \$1,000 no cartão é mantido durante um ano a uma APR de 24 por cento. Aproximadamente quanto de juros é somado?
D \$240
Um ano de juros é o saldo vezes a taxa: $1,000 \times 0.24 = 240$. Pagar o saldo integral evita esse custo.
7. Jo poupa \$25 por mês, sem juros. Quanto terá poupado depois de 3 anos?
A \$900
Um ano tem 12 meses: $25 \times 12 \times 3 = 900$. Sem juros, a poupança é só o que Jo deposita.
8. Dev pega emprestados \$1,200 a 5 por cento de juros simples durante um ano. Quanto ele devolve no total?
C \$1,260
Os juros são $1,200 \times 0.05 = 60$, e ele devolve o capital mais os juros: 1,260.
9. Calcule os juros ganhos em 3 anos por \$500 aplicados a 10 por cento ao ano, com juros compostos anuais.
C \$165.50
O saldo final é 665.50. Subtraia os 500 iniciais para encontrar os juros ganhos: 165.50.
10. Dev pega emprestados \$200 a 10 por cento de juros simples durante um ano. Quanto ele devolve no total?
C \$220
Os juros são $200 \times 0.1 = 20$, e ele devolve o capital mais os juros: 220.

Continue com a apostila completa de Habilidades para a vida

Você acabou de experimentar um tema. A apostila completa de 7º ano tem todos os temas abaixo, cada um com Verificação rápida, aula, Fazemos juntos, até 90 perguntas de Você tenta, Mostre o que sabe e o gabarito completo.

1. Saving goals, compound interest and the basics of credit Jump\$tart Saving
2. Understanding and managing stress CASEL Self-Management
3. Healthy relationships and personal boundaries NHES 4
4. Cooking skills and food safety NHES 7
5. Decision-making: weighing risks and rewards NHES 5
6. Career exploration: interests, skills and pathways Jump\$tart Earning Income
7. Supporting friends and asking for help CASEL Relationship Skills

Adquira, junto com aulas on-line que se corrigem sozinhas e acompanhamento do progresso, em **uponlylearning.com**.

Mais da UpOnly Learning

Aulas, prática e livros para todas as matérias.



Assinatura

Aulas na tela, prática, Verificações rápidas e relatórios de progresso em todas as matérias, para toda a casa, em vários idiomas, com recompensas por praticar.



Apostilas de prática

Apostilas para imprimir em todas as matérias, prontas para imprimir em casa, com as respostas explicadas.



Livros de preparação para as férias

Livros “Prepare-se para o próximo ano” que ajudam cada estudante a começar o novo ano letivo com confiança.



Cartões digitais

Cartões que viram ao toque, com áudio em vários idiomas, e versões para imprimir.



Recursos grátis

Aulas grátis, amostras e guias para estudantes, pais, professores, tutores e famílias que educam em casa.



“Todo estudante merece o que eu quero para os meus próprios filhos: aulas claras, um passo de cada vez.”

— Dr. Evan J. Hasson, fundador

Visite

uponlylearning.com

Escaneie para ver tudo o que oferecemos





UpOnly Learning

Seu próximo passo começa aqui

Apostilas, folhas de prática e guias para pais grátis, além de livros para imprimir de todos os anos que cobrimos, em português, inglês e espanhol. Estamos sempre adicionando anos e matérias: veja as novidades no nosso site.

Visite uponlylearning.com



Escaneie com a câmera do celular

Ajude-nos a melhorar

Atualizamos nosso material constantemente para que ele fique cada vez melhor. Se você encontrar um erro, tire uma foto da página e envie para support@uponlylearning.com. Lemos todas as mensagens.

Um passo de cada vez.

UO-LIFE-7 · © 2026 UpOnly Learning, LLC. Amostra grátis · pode imprimir e compartilhar.