



ESCOLA MUNICIPAL AFFONSINA DE FREITAS

JARAGUÁ, _____ DE MARÇO DE 2021.

PROFESSOR(A): _____

NOME: _____

ANO ESCOLAR _____ TURNO: _____

VERIFICAÇÃO DE APRENDIZAGEM EM CIÊNCIAS

1-Precisamos nos alimentar diariamente para obter energia e realizar as nossas atividades. Marque Verdadeiro ou Falso.



- () A alimentação deve ser rica somente em gorduras.
- () A alimentação deve ser rica somente em proteínas.
- () A alimentação deve conter carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas e sais minerais em quantidades equilibradas.
- () A alimentação deve conter grande quantidade de nutrientes para acumular energia.

2-Quando estamos com saúde, temos disposição para comer, nadar, brincar, estudar e realizar muitas atividades. A energia de que precisamos para essas tarefas conseguimos adquirir com:

- (A) refrigerantes.
- (B) a água que mata a sede.
- (C) uma alimentação equilibrada.
- (D) as vacinas que tomamos.

3-As afirmações abaixo correspondem à nutrição do corpo humano. Marque V para as afirmações verdadeiras e F para as falsas.

- () A alimentação saudável não corresponde necessariamente à ingestão de grandes quantidades de alimentos.
- () Tanto o excesso quanto a falta de nutrientes pode levar a problemas de saúde.
- () O sedentarismo, aliado a uma alimentação composta de produtos industrializados, é uma das principais causas da obesidade.
- () Devemos ingerir nutrientes em excesso, pois em caso de necessidade, haverá reserva de energia.

4- Os sistemas são formados por um conjunto de órgãos que, juntos, realizam determinada função no organismo. Entre os sistemas existe interação e um exemplo disso é a interação de três sistemas para a nutrição do organismo. O primeiro sistema transforma os alimentos ingeridos em partículas minúsculas: os nutrientes. O segundo, chamado sistema circulatório, transporta esses nutrientes para todas as células do corpo. Já o terceiro sistema é responsável por realizar as trocas gasosas entre o organismo e o ambiente, possibilitando a entrada de oxigênio nas células — gás essencial para a obtenção de energia — e havendo liberação para o ambiente de gás carbônico, como resíduo.

Os nomes do primeiro e do terceiro sistemas abordados no texto são:

- (a) sistema digestório e sistema circulatório.
- (b) sistema digestório e sistema respiratório.
- (c) sistema circulatório e sistema respiratório.
- (d) sistema respiratório e sistema circulatório.

5- Pensando em oferecer uma alimentação equilibrada aos seus clientes, um restaurante elaborou um cardápio com quatro opções de pratos:

- Opção 1: Arroz, feijão e alface.
- Opção 2: Arroz, feijão e ovo.
- Opção 3: Batata, arroz e alface.
- Opção 4: Batata, arroz e ovo.

Qual opção de prato é constituída por alimentos cujas funções principais sejam energética, construtora e reguladora?

- (a) Opção 1.
- (b) Opção 2.
- (c) Opção 3.
- (d) Opção 4.

6- Fernanda costumava comer apenas alimentos industrializados e tomar suco industrializado em diversas refeições do seu dia. Com o passar do tempo, sua mãe percebeu que a criança estava apresentando diversos problemas de saúde, causados pela falta de nutrientes essenciais.

Refeições mais nutritivas e saudáveis, que poderiam ajudar a melhorar os problemas de saúde de Fernanda, poderiam ser compostas, dentre outros alimentos, de:

- (a) refrigerante, arroz integral e batatas fritas.
- (b) arroz integral, carne de frango e salada.
- (c) hambúrguer, refrigerante e chocolate.
- (d) batatas fritas, arroz branco e suco de fruta natural.

7- Veja a seguir as etapas da digestão dos alimentos. Enumere as etapas, organizando-as na ordem em que ocorrem, a partir do momento em que o alimento é colocado na boca

| Descrição da fase da digestão | Ordem |
|---|-------|
| O bolo alimentar é direcionado para a faringe. | |
| Movimentos involuntários encaminham o bolo alimentar até o estômago. | |
| Os alimentos são triturados na boca. | 1 |
| O bolo alimentar é misturado ao suco gástrico, formando o quimo e seguindo para o intestino delgado. | |
| Músculos empurram o alimento em direção ao esôfago. | |
| O alimento segue para o intestino grosso, onde são formadas as fezes com o material não aproveitado pelo organismo. | |

8- A obesidade é uma doença que atinge diversas pessoas ao redor do planeta. Algumas pessoas podem desenvolver outras doenças devido a um grau elevado de obesidade.

Qual das alternativas abaixo apresenta possíveis soluções para a obesidade ou ajuda a preveni-la?

- (a) Substituir o consumo de alimentos naturais e frescos por alimentos industrializados.
- (b) Consumir muitos alimentos naturais e frescos e fazer exercícios regularmente.
- (c) Fazer dieta sem consultar um médico ou nutricionista.
- (d) Alimentar-se com conservas enlatadas e praticar exercícios físicos uma vez por mês.

9- A respiração envolve os processos de inspiração e expiração, que permitem que as trocas gasosas aconteçam nos pulmões.

Em uma gincana, o professor pediu aos alunos que escrevessem frases que descrevam corretamente o que ocorre na respiração. Quatro alunos escreveram quatro frases diferentes. Qual está correta?

- (a) No processo de inspiração ocorre a saída de ar dos pulmões.
- (b) No processo de expiração ocorre a entrada de ar nos pulmões.
- (c) Durante a inspiração a caixa torácica se contrai e o diafragma se expande.
- (d) Nas trocas gasosas, o oxigênio é absorvido pelo sangue e o gás carbônico é devolvido à atmosfera.

Leia o texto abaixo com atenção:

O que é coronavírus? (COVID19)

Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias. O novo agente do coronavírus foi descoberto em 31/12/19, após casos registrados na China. Provoca a doença chamada de coronavírus (COVID-19). Os primeiros coronavírus humanos foram isolados pela primeira vez em 1937. No entanto, foi em 1965 que o vírus foi descrito como coronavírus, em decorrência do perfil na microscopia, parecendo uma coroa.

A maioria das pessoas se infecta com os coronavírus comuns ao longo da vida, sendo as crianças pequenas mais propensas a se infectarem com o tipo mais comum do vírus. Os coronavírus mais comuns que infectam humanos são o alpha coronavírus 229E e NL63 e beta coronavírus OC43, HKU1.

10 – Com base no texto o que o corona vírus causa:

- (a) Dores nas costas.
- (b) Infecções respiratórias.
- (c) Gripe leve.
- (d) Infecção de intestino.

**Um abraço!
Boa Prova!**