

Atividade de Ciências

Nome: _____

Turma : 8º Ano

Professor: José Oreste

Data: 22 /02 à 26/02/21

1- Observe a imagem abaixo e responda as questões:

 **ATIVIDADE**

EXPLORE DIFERENTES LINGUAGENS

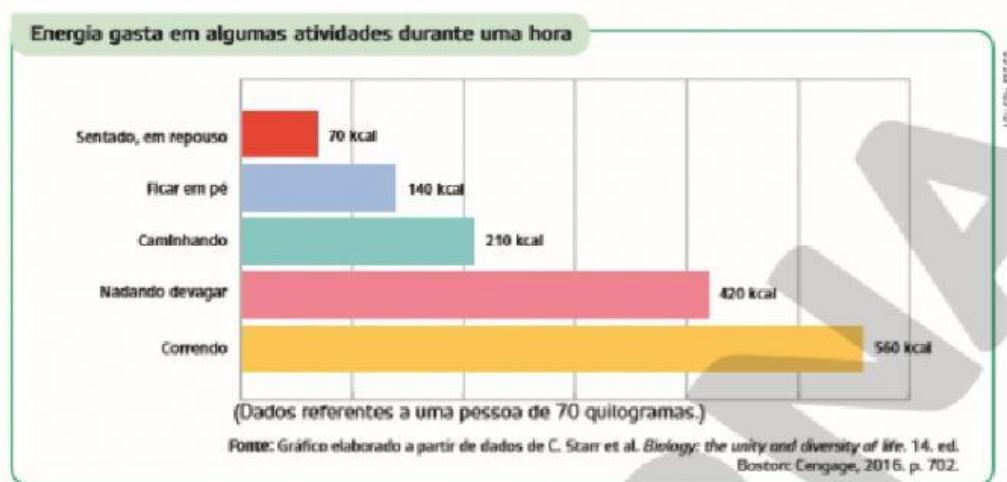
A critério do professor, as atividades a seguir poderão ser feitas em grupos.

DADOS NUMÉRICOS

Conteúdo calórico de alguns alimentos

Alimento	Peso (g)	Calorias (kcal)
Copo de limonada adoçada	250	130
Pãozinho	50	140
Fatia de bolo de chocolate	50	180
Bife grelhado	100	300
Goiaba	300	67
Laranja	100	50
Gelatina	110	70

Fonte dos dados: M. D. Grosvenor e L. A. Smolin. *Nutrient composition of foods*. Hoboken: John Wiley, 2010. p. 8, 10, 14, 52, 56, 60, 72.



1. Quais dos alimentos, nas quantidades mostradas, fornecem energia suficiente para correr durante uma hora?
2. Quais dos alimentos, nas quantidades mostradas, fornecem energia suficiente para caminhar durante uma hora?
3. O que fornece mais energia: 2 goiabas ou 1 copo de limonada adoçada?

2º) Nutrientes são substâncias encontradas nos alimentos necessárias ao crescimento e ao desenvolvimento do organismo e à manutenção da saúde.
Existem diferentes tipos de nutrientes nos alimentos.

Relacione cada nutriente abaixo com a função que exercem no organismo.

- | | |
|----------------------------|---|
| (1) carboidratos | () Esse nutrientes desempenham funções vitais em nosso corpo, como formação de ossos e dentes, construção muscular e coagulação do sangue. |
| (2) gorduras ou lipídeos | () Repõem células e tecidos e são responsáveis pelo crescimento, pela construção do corpo. |
| (3) proteínas | () São a principal fonte de energia para o corpo. São encontrados em alimentos como açúcar, pães, macarrão, batata e mandioca. |
| (4) vitaminas | () Também fornecem energia ao corpo, são encontrados em alimentos como óleo, leite e amendoim. |
| (5) sais minerais | () Esse nutrientes ajudam no bom funcionamento do organismo. |

3º) Relacione a 2ª coluna de acordo com a 1ª:

- | | |
|---|--|
| (E) alimentos energéticos | |
| (R) alimentos reguladores | |
| (C) alimentos construtores | |
| () fornecem energia ao corpo. | |
| () atuam na estrutura do corpo. | |
| () ajudam a regular as funções do corpo. | |

