

UME CIDADE DE SANTOS.

SANTOS, _____ DE _____ DE 2020.

NOME DO ALUNO: _____.

2 ANO - CIÊNCIAS

PERÍODO DE 20/07/2020 A 31/07/2020

ATIVIDADE 33 - ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

FAÇA A LEITURA COM A AJUDA DE UM ADULTO.

NÃO É PRECISO COPIAR O TEXTO NO CADERNO.

ALIMENTAÇÃO: UM PRATO CHEIO DE SAÚDE

⇒ UMA BOA ALIMENTAÇÃO É COMPOSTA DE ALIMENTOS FRESCOS, NÃO ESTRAGADOS E DE DIVERSOS TIPOS.

⇒ PARA TER BOA SAÚDE, AS PESSOAS NECESSITAM, ENTRE OUTRAS COISAS, DE UMA ALIMENTAÇÃO NUTRITIVA, CHEIA DE



VITAMINAS E VARIADA. QUANTO MAIS COLORIDAS FOREM SUAS REFEIÇÕES, MAIS VOCÊ IRÁ CRESCER COM ENERGIA E TORNAR-SE RESISTENTE ÀS DOENÇAS.

⇒ MUITAS PESSOAS GOSTAM DE COMER APENAS DOCES, SANDUÍCHES, HAMBÚRGUERES, E BEBER MUITO REFRIGERANTE. TUDO ISSO PODE MATAR A FOME, PORÉM NÃO É UMA ALIMENTAÇÃO NUTRITIVA, POR ISSO, EVITE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS E PROCURE SEMPRE CONSUMIR ALIMENTOS NATURAIS, OU SEJA, DE ORIGEM VEGETAL, ANIMAL E MINERAL.

FONTE: DE OLHO NO FUTURO; CIÊNCIAS 1; MARINEZ MENEGHELLO; SÃO PAULO, QUINTETO EDITORIAL, 1996.

AGORA RESPONDA:

- 1) DE ACORDO COM O TEXTO, O TÍTULO "**ALIMENTAÇÃO: UM PRATO CHEIO DE SAÚDE**" SIGNIFICA UM PRATO CHEIO DE?

2) QUAIS OS TIPOS DE ALIMENTOS QUE DEVEMOS EVITAR?

3) QUAL A FINALIDADE DESTES TEXTOS?

- () ALEGRAR AS PESSOAS
- () CONVIDAR PARA UMA FESTA
- () INFORMAR AS PESSOAS
- () CONTAR UMA HISTÓRIA

RESPOSTAS PESSOAIS.

4) POR QUE PRECISAMOS COMER?

5) COMO UMA ALIMENTAÇÃO PODE SER SAUDÁVEL?

6) QUAL A SUA FRUTA PREFERIDA?

7) AGORA FAÇA UMA PESQUISA EM ENCARTES DE SUPERMERCADOS E SEPARA EM **ALIMENTOS SAÚDAVEIS** E **NÃO SAUDÁVEIS**.

PARA OS ALIMENTOS SAUDÁVEIS: ESCOLHA 2 E ESCREVA QUAL O BENEFÍCIO DESTES ALIMENTOS.

BOA PESQUISA.