



Agrupamento de Escolas de Cinfães
Ficha de Avaliação Sumativa
Ciências da Natureza (6º Ano)

Classificação: _____

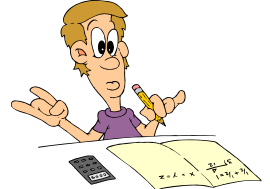
Professor: _____

Enc. Educação: _____

Nome: _____ Turma: _____ N.º _____ Data: ___/___/2012

Lê com atenção as perguntas que te são colocadas e responde de forma clara e objetiva.

1. “Os alimentos são constituídos por substâncias simples a que chamamos nutrientes.”



1.1. Diz, por palavras tuas, o que são nutrientes.

1.2. Indica a razão pela qual se considera o leite e seus derivados alimentos completos. **(assinala a opção correta)**

- porque são ricos em cálcio.
- porque são constituídos por vários nutrientes.
- porque faz bem aos dentes.

2. Das afirmações que se seguem:

2.1. Assinala com uma cruz (X) as que são verdadeiras.

- ___ A – Os nutrientes são alimentos.
- ___ B – São os alimentos que fornecem os nutrientes.
- ___ C – Os nutrientes existem em quantidades iguais em todos os alimentos.
- ___ D – Os alimentos diferem pelos nutrientes que possuem.
- ___ E – Os alimentos contêm sempre todos os nutrientes.
- ___ F – Uns alimentos têm mais nutrientes do que outros.

2.2. Corrige uma das afirmações falsas de modo a torna-la verdadeira.

3. Completa a tabela seguinte, colocando uma cruz (X) no quadrado respetivo.

	Alimento	Nutriente
Arroz		
Azeite		
Prótidos		
Banana		
Glícidos		
Leite		
Couve		
Vitaminas		
Lípidos		

4. “Um marinheiro sueco, atingido pelo escorbuto e, portanto, condenado a um breve fim, foi posto pelos seus companheiros numa canoa e abandonado.

Ao fim de algumas horas, o infeliz notou que o fundo da embarcação estava coberto por limo (vegetação constituída, especialmente, por algas verdes) esverdeado e começou a comê-lo para enganar a fome.

Após vários dias deste regime vegetariano forçado, longe de piorar, recuperou suficientemente as forças para dirigir a canoa para terra firme.”

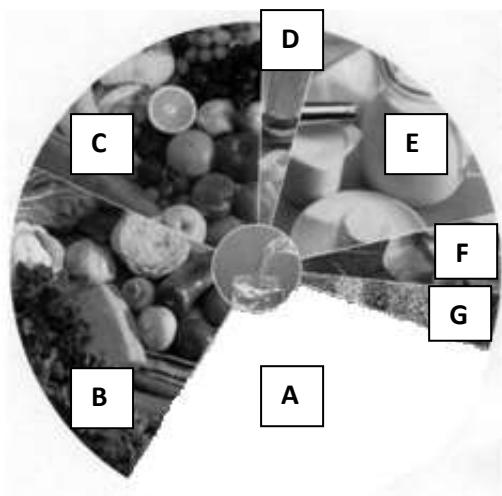
4.1. Qual a doença, provocada por uma avitaminose, que está referida no texto?

4.2. O que é uma avitaminose?

4.3. Por que melhorou o marinheiro depois de comer o limo esverdeado? (assinala a opção correta)

- porque o limo é rico em vitamina C, que protege do escorbuto.
- porque o limo é um alimento rico em proteínas.
- porque o limo é um alimento rico em fibras.

5. No esquema seguinte os alimentos estão agrupados em sectores com semelhanças nutricionais.



5.1. Como se chama o gráfico circular representado na figura.

5.2. Qual é o menor setor da roda (assinala utilizando a respetiva letra)?

5.3. Indica três alimentos que escolherias para incluir no setor que se encontra vazio (SETOR A)?

5.4. Em que setores predominam os alimentos ricos em (assinala utilizando as respetivas letras) :

5.4.1. Nutrientes energéticos. _____

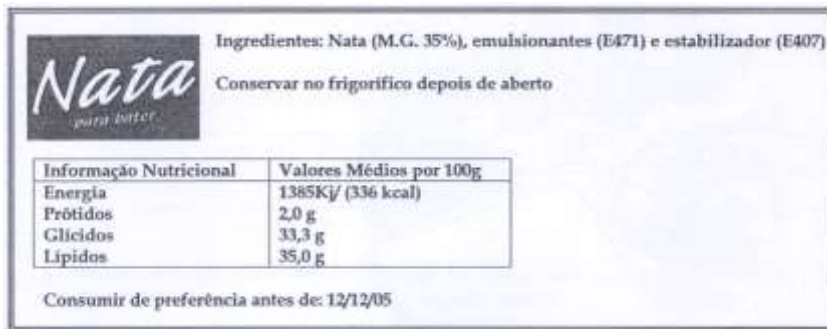
5.4.2. Nutrientes plásticos. _____

5.4.3. Nutrientes reguladores/protetores. _____

5.5. Explica por que razão a água se encontra no centro do diagrama.

5.6. Com base na figura, refere um princípio para uma alimentação saudável.

6. Observa o rótulo da embalagem do produto alimentar A.



6.1. Indica os nutrientes presentes neste alimento.

6.2. Indica os nutrientes que faltam na composição nutricional do alimento.

6.3. Identifica um aditivo presente neste alimento.

6.4. Identifica duas outras informações fornecidas por este rótulo.

Parte II

7. Das afirmações que se seguem, assinala com uma cruz (x) as que são verdadeiras.

___ Os alimentos progridem no tubo digestivo sem sofrerem alterações.

___ Os nutrientes passam para o sangue no estômago.

___ As contrações e distensões que se realizam na parede do esófago chamam-se movimentos peristálticos.

___ Os sucos digestivos são produzidos unicamente no estômago.

___ Os nutrientes atravessam a parede interna do intestino delgado e vão para o sangue.

8. A figura representa o sistema digestivo humano.

8.1. Faz a legenda da figura, colocando o número repetivo.

Reto –

Esófago –

Fígado –

Intestino delgado –

Intestino grosso –

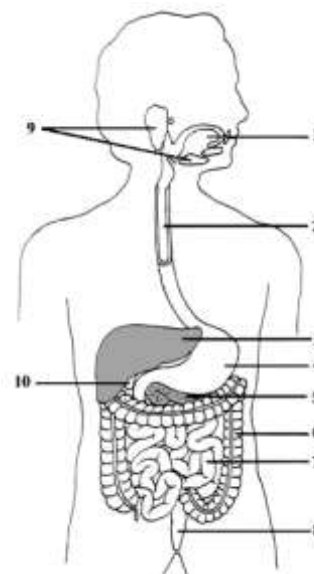
Boca –

Estômago –

Pâncreas –

Glândulas salivares –

Vesícula Biliar –



8.2. Dos órgãos representados na figura anterior, indica:

8.2.1. os que fazem parte do tubo digestivo.

8.2.2. os que são anexos ao tubo digestivo.

BOM TRABALHO!!!

O Professor: Carlos Vitorino