|  |  |
| --- | --- |
| **DISCIPLINA** | **MATEMÁTICA**  |
| **ATIVIDADE** | **Trabalho de pesquisa - Frutas** | 25 MINUTOS | **DATA** |  **\_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_** |
| **NOME DO ALUNO** |  | Ano/Turma | 6ºD |

**Primeira aula – 2ª parte**

**Tarefas:**

6º - Lê o texto que se segue.

Importância da fruta na alimentação humana

As frutas desempenham um papel fundamental na alimentação humana, oferecendo uma ampla variedade de nutrientes essenciais para a saúde. Elas são ricas em vitaminas, minerais, fibras e antioxidantes, que ajudam a fortalecer o sistema imunológico, melhorar a digestão e prevenir doenças crónicas. A ingestão regular de frutas contribui para a manutenção de uma pele saudável, o bom funcionamento do coração e o controle de peso. Além disso, elas são uma excelente fonte de energia natural, sendo uma opção prática e deliciosa para lanches saudáveis. Incorporar uma variedade de frutas na dieta diária é uma das formas mais eficazes de garantir uma alimentação equilibrada e promover o bem-estar geral.

7º - Com os teus colegas de grupo, faz uma pesquisa sobre “salada de fruta”, Kiwi, laranja, banana e maçã.

8º - Partilha com os outros grupos o resultado das tuas pesquisas.