



data \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

## VERIFICA DI SCIENZE

Nome \_\_\_\_\_ Cognome \_\_\_\_\_ classe \_\_\_\_\_

### 1. Segna il completamento giusto.

L'uomo per vivere e compiere qualsiasi attività...

- ha bisogno di nutrirsi.
- ha bisogno solo di bere.

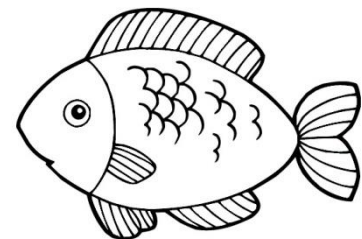
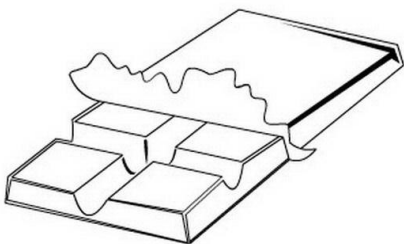
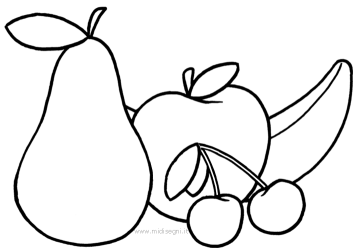
Le sostanze nutritive si trovano nel cibo e servono al nostro organismo...

- per crescere ed ingrassare.
- per crescere, avere energia e difendersi dalle malattie.

Le sostanze nutritive sono...

- zuccheri, grassi, proteine.
- zuccheri, grassi, proteine, acqua, sali minerali e vitamine.

### 2. Colora solo gli alimenti ricchi di zuccheri.



### 3. Segna quali dei seguenti alimenti sono ricchi di grassi.

- |                              |   |  |
|------------------------------|---|--|
| <input type="radio"/> Burro  | <input type="radio"/> Banane                      | <input type="radio"/> Marmellata           |
| <input type="radio"/> Pane   | <input type="radio"/> Ricotta                     | <input type="radio"/> Frutta secca         |
| <input type="radio"/> Latte  | <input type="radio"/> Sogliola                    | <input type="radio"/> Carciofi             |
| <input type="radio"/> Salumi | <input type="radio"/> Fragole                     | <input type="radio"/> Miele                |
| <input type="radio"/> Patate | <input type="radio"/> Olio di semi di<br>arachidi | <input type="radio"/> Formaggio stagionato |



**4. Completa scegliendo i nomi degli alimenti giusti. Attenzione ci sono 3 intrusi!**

carne miele fagioli pesce piselli cioccolata uova ceci formaggi pane

Gli alimenti ricchi di proteine di origine animale sono: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, latte e \_\_\_\_\_.

Gli alimenti ricchi di proteine di origine vegetale sono: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, lenticchie e \_\_\_\_\_.

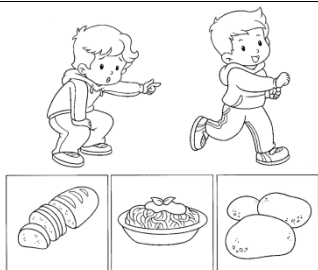
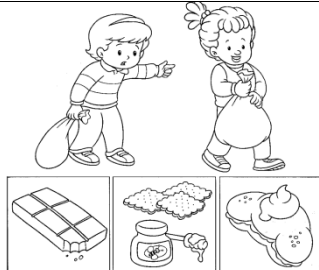
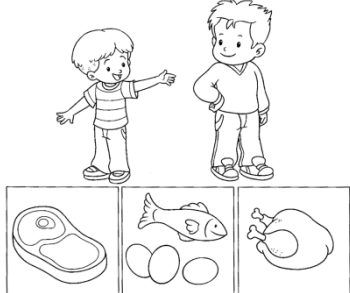
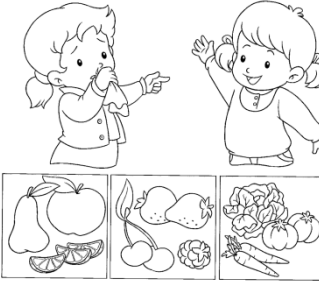
**5. Scrivi il nome dei seguenti alimenti sotto la colonna giusta.**

insalata latte salumi carote uova olio d'oliva bistecca fagioli

ALIMENTI DI ORIGINE ANIMALE	ALIMENTI DI ORIGINE VEGETALE

**6. Osserva le immagini e completa.**

ci danno energia ci fanno crescere ci proteggono sono una scorta di energia

 <p>Gli zuccheri _____</p> <p>_____</p>	 <p>I grassi _____</p> <p>_____</p>
 <p>Le proteine _____</p> <p>_____</p>	 <p>Le vitamine _____</p> <p>_____</p>

