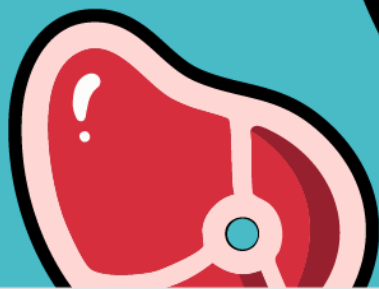


**7º
ANO**



FÍSICO-QUÍMICA – 7.º ANO: A ÁGUA E OS ALIMENTOS

A água: estados físicos, ciclo e segurança alimentar

Questão orientadora:

Porque é que a água tem de ser segura para podermos preparar e consumir alimentos com segurança?

Duração sugerida: 45–50 minutos

Objetivos de aprendizagem

No final da aula, os alunos devem ser capazes de:

1. Identificar os diferentes estados físicos da água e exemplos do quotidiano.
2. Compreender, de forma simples, o ciclo da água na Natureza.
3. Reconhecer a importância da água potável na preparação e consumo de alimentos.
4. Relacionar água, higiene e segurança alimentar em situações do dia a dia.

Conteúdos essenciais

- Estados físicos da água (sólido, líquido e gasoso)
- Mudanças de estado (fusão, solidificação, evaporação e condensação)
- Ciclo da água na Natureza
- Água potável e água não potável
- Água, higiene e segurança alimentar

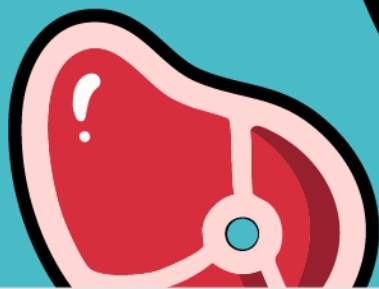
Atividade em contexto escolar

Atividade — “Água segura: do ambiente à cozinha”

Tipo: análise de situações + discussão guiada

Duração: ~30 minutos

7º
ANO



Desenvolvimento da atividade

1. Ativação (5 min)

O professor pergunta:

Em que situações usamos água quando preparamos alimentos?

Exemplos esperados: lavar alimentos, cozinhar, beber, lavar as mãos, lavar utensílios.

2. Trabalho em pequenos grupos (15 min)

Os alunos organizam-se em grupos de 3–4.

Cada grupo recebe 3 situações (oralmente ou em ficha):

- Lavar frutas com água da torneira
- Beber água diretamente de uma garrafa ou copo
- Lavar as mãos antes de comer

Tarefa do grupo:

- Identificar em que estado físico está a água em cada situação.
- Indicar porque é importante que a água seja **limpa e segura** nesses momentos.

Não se pede explicação química — apenas **observação e justificação simples**.

3. Síntese coletiva (10 min)

Em grande grupo, o professor conduz à conclusão:

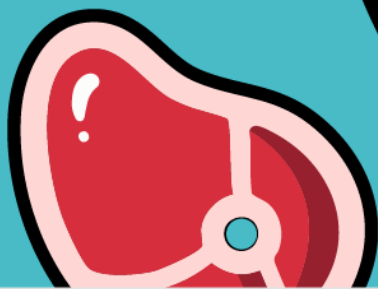
- A água muda de estado, mas **continua a ser água**.
- Para beber, cozinhar e lavar alimentos, a água tem de ser **potável**.
- Água não segura pode causar problemas de saúde.

Mensagem-chave final:

A segurança dos alimentos começa com a qualidade da água.

Avaliação formativa

7º
ANO



- Participação nas discussões
- Capacidade de identificar estados físicos da água
- Compreensão da relação entre água e segurança alimentar

(Avaliação qualitativa e formativa.)

Em casa com a família

Atividade — “Água segura na nossa cozinha”

Objetivo:

Promover a reflexão familiar sobre o uso seguro da água na preparação dos alimentos.

Duração: 10–15 minutos

Proposta de atividade

Em família, conversar sobre:

1. Em que momentos usamos água na cozinha (antes, durante e depois das refeições).
2. Que cuidados tomamos para garantir que a água é segura (água da torneira, garrafas, ferver).
3. O que pode acontecer se usarmos água não segura para beber ou cozinhar.

Pergunta final:

Há algum cuidado simples que possamos reforçar no dia a dia?

Não é necessário escrever.

O foco é a **observação e a conversa**.