

CUIDANDO DO CORPO

VAMOS LER O TEXTO E DESCOBRIR ALGUNS CUIDADOS NECESSÁRIOS COM O NOSSO CORPO.



CUIDE BEM DE SUA BOCA,
DE SUA LÍNGUA E DOS SEUS DENTES.
PORQUE, SE VOCÊ NÃO CUIDAR,
PODE SOFRER, DE REPENTE,
DE PROBLEMAS DE SAÚDE
QUE PREJUDICAM A GENTE.



TODA PELE DO SEU CORPO
DÁ A ELE PROTEÇÃO,
MAS, PARA ISSO, TODO DIA,
ELA QUER ÁGUA E SABÃO.



PELOS POROS QUE HÁ NA PELE
VOCÊ PODE TRANSPIRAR.
E, ASSIM, AS IMPUREZAS
VAI PODENDO ELIMINAR.

ESCREVA O NOME DE 2 PRODUTOS QUE SÃO UTILIZADOS NA HIGIENIZAÇÃO:

a) Das mãos:

_____, _____

b) Da casa:

_____, _____

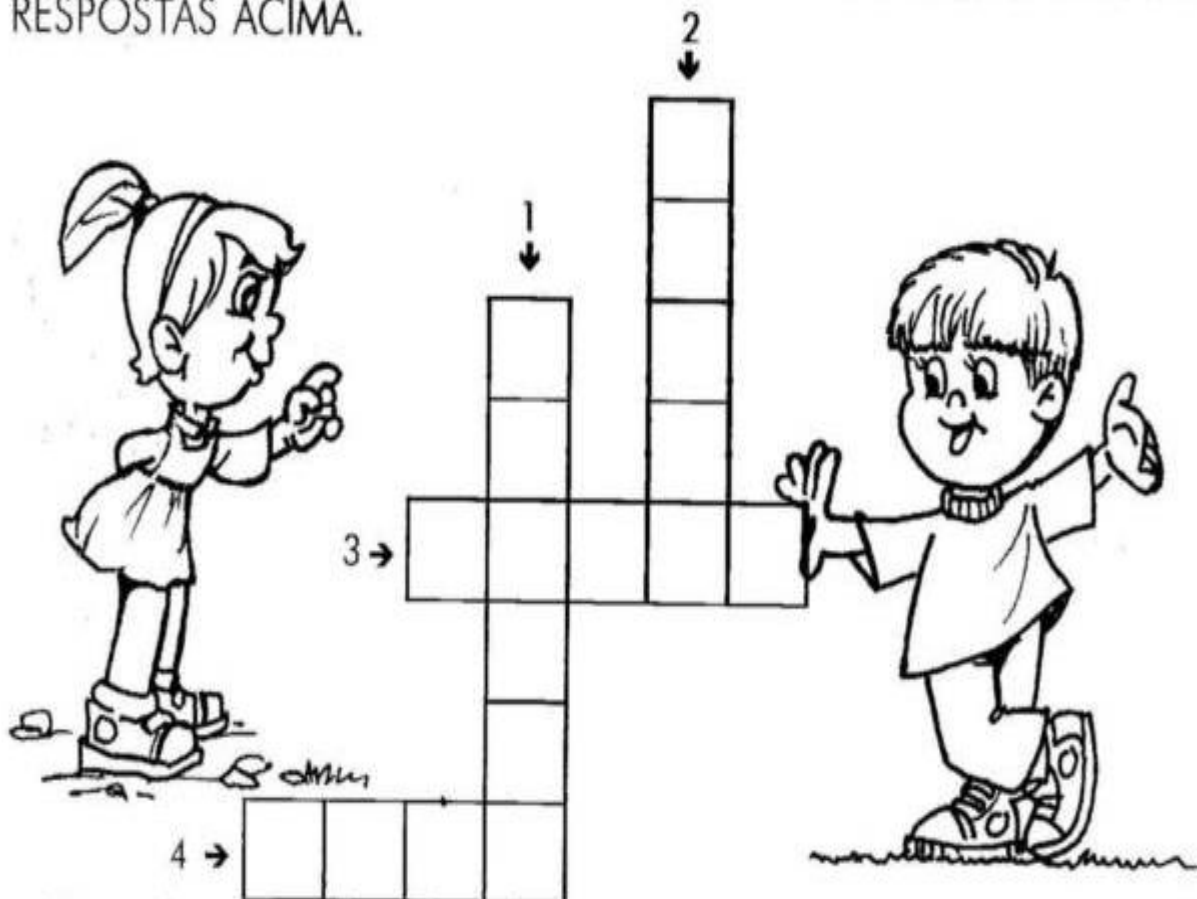
c) Do corpo:

_____, _____

✎ OBSERVE OS DESENHOS ABAIXO E RESPONDA.

1 ZEZINHO ESTÁ ESCOVANDO OS: _____	2 PARA DORMIR DEVEMOS TROCAR DE: _____
3 BETE ESTÁ CORTANDO AS: _____	4 ANINHA VAI ALMOÇAR. ANTES ELA PRECISA LAVAR AS: _____

✎ AGORA, PREENCHA A CRUZADINHA DE ACORDO COM AS RESPOSTAS ACIMA.



Complete o quadro da higiene:

	Palavra	Letra inicial	Letra final	Total de letras
	PIOLHO			
	PENTE			
	ESCOVA			
	SABONETE			
	XAMPU			

 LARISSA ESCREVEU OS NOMES DE IMPORTANTES OBJETOS QUE USAMOS NA HIGIENE DO CORPO. ELA SE ESQUECEU DAS VOGAIS. VAMOS AJUDÁ-LA?



SABONETE

S _ B _ N _ T _

T _ S _ O _ R _



TESOURA



XAMPU

X _ M _ P _

_ S _ C _ V _



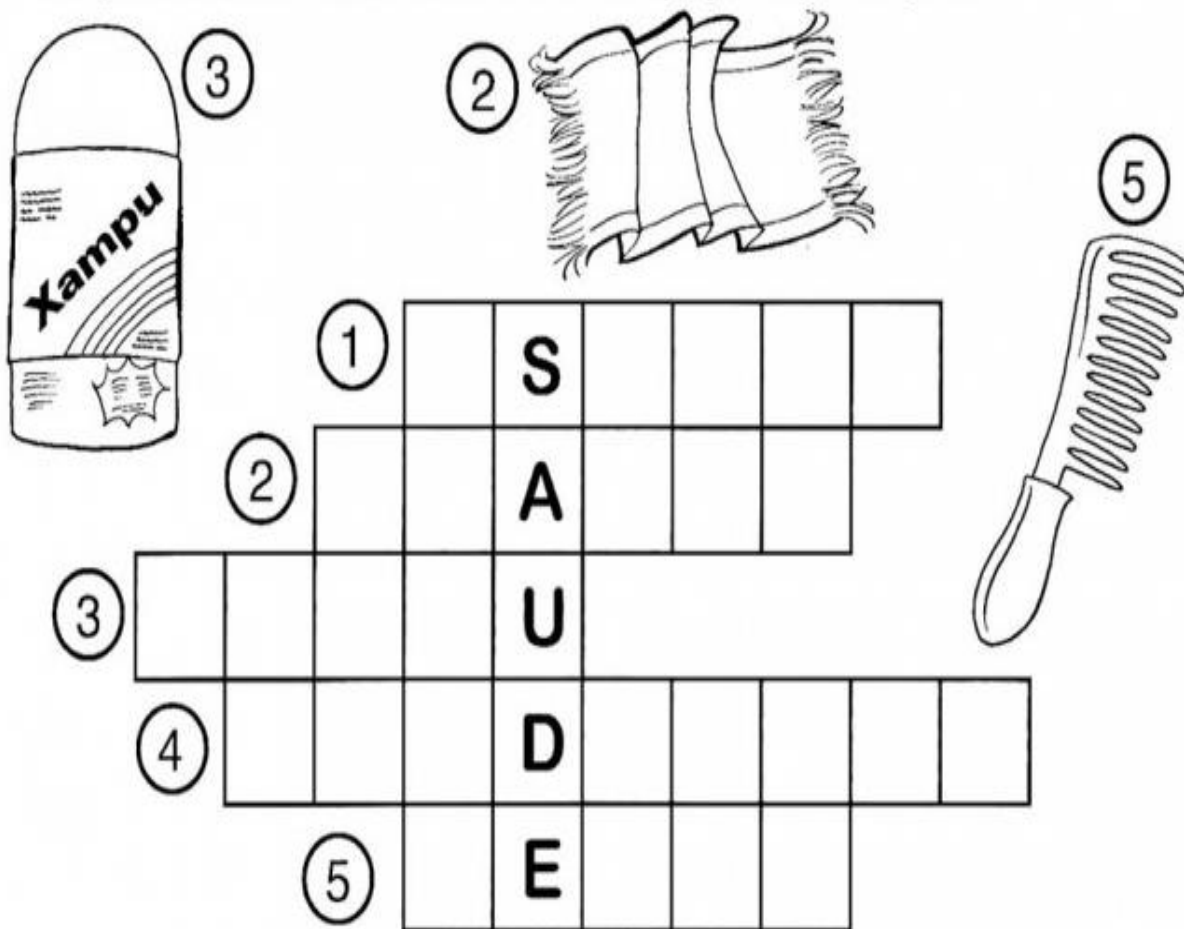
ESCOVA



PENTE

P _ N _ T _

♦ Completar a cruzadinha, obedecendo à numeração das ilustrações:



♦ Complete, retirando da cruzadinha:

O _____ serve para lavar a cabeça.

A _____ serve para enxugar o corpo.

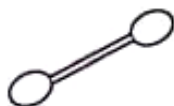
Com o _____ eu penteio os cabelos.

Com o _____ eu limpo os dentes.

Com a _____ eu escovo os dentes.



PARA FICAR BEM LIMPINHO E BONITÃO EU USO....







TOALHA	ESPONJA	PENTE	FIO DENTAL
COTONETE	PERFUME	SABONETE	ESCOVA
CHUVEIRO	ÁGUA	SECADOR	
CREME DENTAL			

ESCREVA TRÊS ATITUDES IMPORTANTES PARA HIGIENIZAÇÃO DOS ALIMENTOS:

HIGIENE PESSOAL

Para ter boa SAÚDE
Devemos do CORPO cuidar
Tomar banho diariamente
E roupas limpas usar.

Manter as MÃOS bem lavadas
E as UNHAS sempre cortadas
Lavar frutas e verduras
Antes de serem usadas.

Comer sempre na hora certa
E os DENTES escovar
Ao DORMIR, ao acordar
E depois de se alimentar.

Sempre ESPORTES praticar
E bem cedo levantar
Beber ÁGUA filtrada
Para as doenças evitar.



🔍 Procure no quadro abaixo as palavras grifadas no texto



ESCOLHA TRÊS PALAVRAS DA ATIVIDADE ANTERIOR E FORME FRASES COM ELAS:

Troque os símbolos pelas letras e descubra alguns hábitos de higiene.

D	A	E	I	O	U	T	L	P
⚙️	✋	💧	➡️	😊	👉	💧✋	😞	🔄

ESCREVA AS FRASES NAS LINHAS ABAIXO:

⚙️😊RM➡️R 😊➡️T😊 HOR✋S POR😊 D➡️✋.

😞✋V✋R ✋S M😊ÕS ✋N💧S ⚙️✋S R💧F💧➡️Ç😊S.

💧SC😊V✋R 😊S ⚙️💧N💧S.

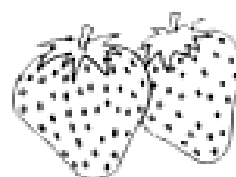
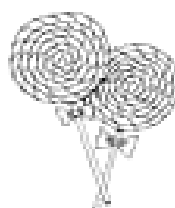
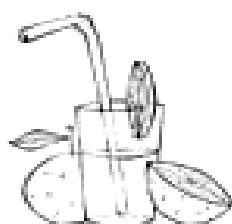
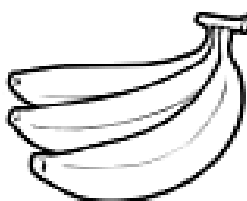
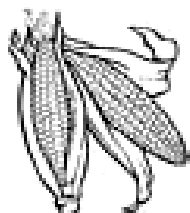
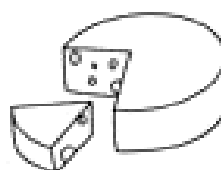
🔄R✋💧➡️C✋R 💧S🔄😊R💧S.

😞💧R B😊NS 😞➡️VR😊S.



Precisamos ter hábitos de higiene com o
nosso corpo, com a nossa mente e com
o ambiente em que vivemos.

PINTE OS ALIMENTOS QUE FAZEM NOSSO INTESTINO FUNCIONAR BEM PORQUE NOS OFERECEM VITAMINAS E MINERAIS:



ESCREVA O NOME DOS ALIMENTOS QUE VOCÊ PINTOU:

ESCREVA OS NOMES DE ALIMENTOS QUE NÃO SÃO CONSIDERADOS SAUDÁVEIS:

LEIA COM ATENÇÃO E PINTE O NOME DA FRUTA EM DESTAQUE:



MAMÃO
MELANCIA
MORANGO



LIMÃO
LIMA
LARANJA



MORANGO
MAMÃO
MELANCIA



MAMÃO
MAÇÃ
MELÃO



AMEXA
CAQUI
TOMATE



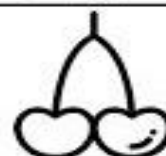
ACEROLA
PITANGA
UVA



ABACAXI
ABACATE
AMEXA



ABACATE
BANANA
MANGA



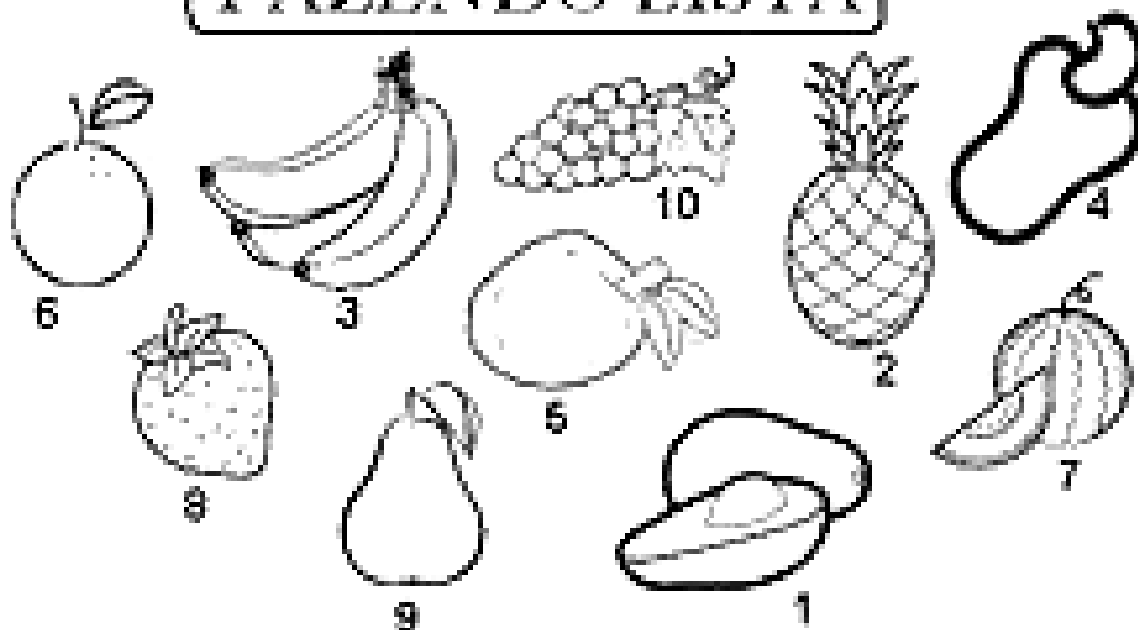
ACEROLA
PITANGA
CEREJA

REPRESENTE ATRAVÉS DE DESENHO UM ALIMENTO SAUDÁVEL E UM NÃO SAUDÁVEL QUE FAZ PARTE DA SUA ALIMENTAÇÃO:

SAUDÁVEL	NÃO SAUDÁVEL

DEVER:

FAZENDO LISTA



ESCREVA OS NOMES DE TODAS AS FRUTAS:

1- _____ 6- _____

2- _____ 7- _____

3- _____ 8- _____

4- _____ 9- _____

5- _____ 10- _____

Pesquise marcas de produtos de higiene e limpeza usados pela sua família e escreva abaixo:

Nome do produto	Marca		
Creme dental			
Sabonete			
Xampu			Preço
Sabão em pó			
Detergente			

- ♦ Compare seus dados com os de seus colegas.
- ♦ Cole aqui o rótulo de um dos produtos de limpeza que sua família usa:

--