



GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO  
MUNICÍPIO DE SANTO ANTÔNIO DE PÁDUA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO



Escrevendo  
um novo  
futuro!

Aluno(a): \_\_\_\_\_

Escola \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Ano de Escolaridade: \_\_\_\_\_ Professor (a) \_\_\_\_\_

Olá! Hoje falaremos sobre a importância de manter a higiene do nosso corpo, isso é muito importante para a nossa saúde.

Bons hábitos são essenciais para que o nosso corpo fique saudável, por isso, devemos praticá-los no dia-a-dia.

Tomar banho, lavar as mãos e escovar os dentes são atividades que devem ser executadas diversas vezes ao longo do dia. Esses hábitos precisam fazer parte da nossa rotina, para mantermos nossa saúde.

**VÍDEO:** <https://www.youtube.com/watch?v=-yiSdEjIFWM> Animação Higiene Pessoal - Petrobras

1-Responda as questões abaixo:

a) Quais os hábitos de higiene precisamos manter durante o dia todo ?

---

---

b) Por que precisamos lavar as mãos várias vezes durante o dia ?

---

---

***Medidas de higiene pessoal ajudam a prevenir-se do coronavírus. Ao adotar essa estratégia, evita-se que o vírus acesse seu organismo, aliás, vale para afastar o risco de gripe e outras tantas infecções.***

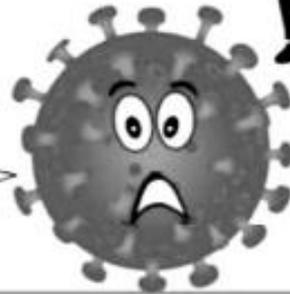


FELIPE, HOJE VAMOS CONVERSAR  
SOBRE UM VÍRUS.



UM VÍRUS DE COMPUTADOR?

NÃO!  
MEU NOME É COVID-19, MAIS  
CONHECIDO COMO **CORONAVÍRUS**.  
JÁ OUVIU FALAR DE MIM?



**VÍRUS** É UM SER VIVO BEM PEQUENO QUE, AO ENTRAR NOS OUTROS SERES VIVOS, SE MULTIPLICA, PODE CAUSAR DOENÇAS E CONTAMINAR OUTRAS PESSOAS.

2-Observe atentamente as imagens e complete as frases.



LAVE AS  COM ÁGUA E SABÃO.



CUBRA A  E O  AO  
ESPIRRAR OU TOSSIR.



MANTENHA A  ABERTA.

3- Desafio

Aline criou um jogo de cartas para brincar com sua família. Para cada atividade que as pessoas fizerem, receberão a quantidade de pontos combinada. No final do dia, todos compararão seus respectivos pontos e irão descobrir quem conseguiu a maior pontuação:

ATIVIDADE	PONTUAÇÃO
Usar álcool em gel	5 pontos
Limpar o celular	3 pontos
Lavar as mãos	8 pontos
Abrir janelas	4 pontos
Estudar	6 pontos

Descubra quantos pontos Aline e sua família fizeram:

	ATIVIDADE	PONTUAÇÃO TOTAL
ALINE	Lavar as mãos + Limpar o celular + Estudar	
MAMÃE	Lavar as mãos + Abrir janelas + Limpar o celular	
IRMÃ	Lavar as mãos + Estudar + Usar álcool em gel	