

CIÊNCIAS



Eu sou uma borboleta e você é um ser humano. Então, se ligue na dica!

Higiene pessoal é uma boa maneira de manter a saúde!

Devemos sempre cuidar do nosso corpo para termos saúde. Observe abaixo alguns cuidados que devemos ter com nosso corpo:

- Tomar banho diariamente e usar roupas limpas;
- Escovar os dentes após as refeições e antes de dormir;
- Conservar as mãos limpas e lavá-las antes das refeições e após usar o banheiro;
- Beber somente água filtrada ou fervida;
- Andar sempre calçado;
- Conservar as unhas curtas e limpas;
- Alimentar-se bem;
- Lavar os alimentos que podem ser consumidos crus;
- Praticar exercícios físicos.



Durante esse período de pandemia da covid 19 ouvimos falar muito sobre os cuidados que devemos ter para não pegar e nem transmitir o vírus para outra pessoa.

O coronavírus é uma ameaça da qual devemos nos prevenir e com certos cuidados, manteremos ele bem longe.

1- Leia as frases abaixo e só marque a que fala de um cuidado para combater o coronavírus:

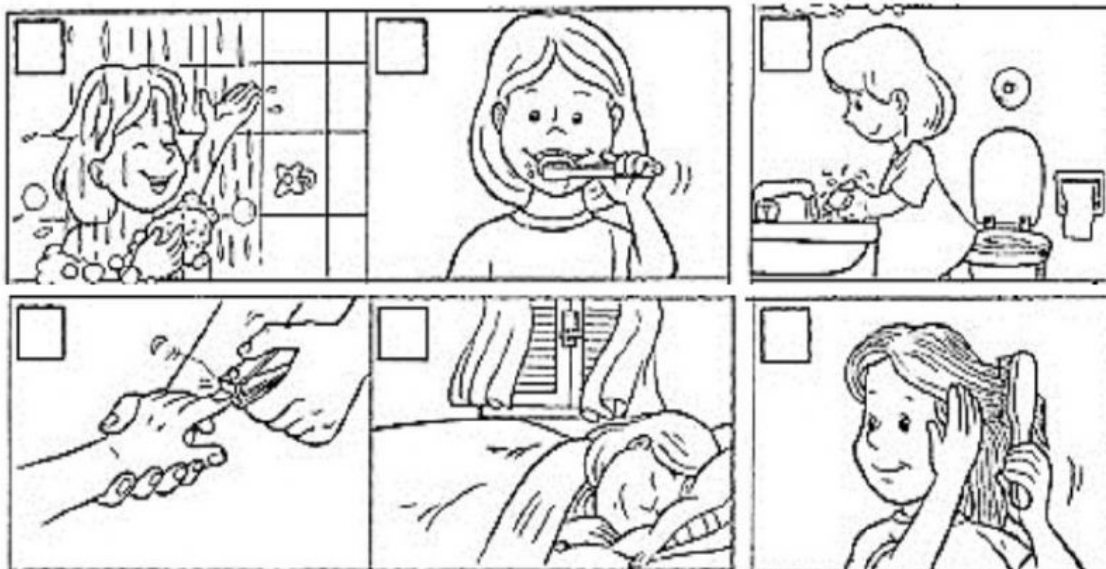


- () Manter as mãos sempre limpas.
- () Não lavar as mãos quando retornar da rua.
- () Cobrir a boca ao tossir ou espirrar;
- () Compartilhar o mesmo copo com o coleguinha da escola.
- () Limpar os calçados antes de entrar em casa.

2- Leia as frases sobre hábitos de higiene e relacione com as imagens:

- (A) Cortar e manter limpas as unhas.
- (B) Pentear o cabelo.
- (C) Dormir em quarto limpo e arejado.
- (D) Tomar banho todos os dias. Manter as mãos sempre limpas.
- (E) Escovar os dentes pelo menos 3 vezes ao dia.

Cuide da sua
saúde!



3- Complete as frases abaixo com as palavras da cruzadinha:

- A- O _____ SERVE PARA LAVAR O CABELO.
- B- A _____ SERVE PARA ENXUGAR O CORPO.
- C- COM O _____ PENTEIO OS CABELOS.
- D- COM O _____ LIMPO OS DENTES.
- E- COM A _____ ESCOVO OS DENTES.

