

CIÊNCIA A LUZ DA VIDA

Nadia Pinto Omari Mattos
Haydéea Maria Marino de Sant'Anna Reis

CIÊNCIA A LUZ DA VIDA

Nadia Pinto Omari Mattos
Háydea Maria Marino de Sant'Anna Reis

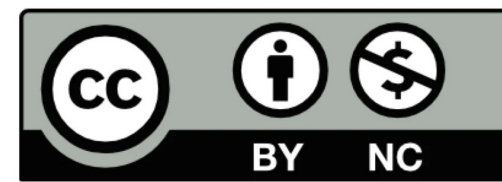
Ilustrações: Karine Ribeiro Romeu

1ª edição

Duque de Caxias
Editora UNIGRANRIO
2022



Este produto educacional está protegido pela licença Creative Commons



CATALOGAÇÃO NA FONTE

UNIGRANRIO NÚCLEO DE COORDENAÇÃO DE BIBLIOTECAS

M444c Mattos, Nadia Pinto Omari.

Ciência a luz da vida / Nadia Pinto Omari Mattos, Haydéa Maria Marino de Sant'Anna Reis. – Duque de Caxias, RJ: UNIGRANRIO, 2022.

61 p. : il. ; 29 cm.

Inclui referências.

ISBN: 978-85-9549-332-2

1. Cuidados com a saúde. 2. Educação. 3. COVID-19. I. Reis, Haydéa Maria Marino de Sant'Anna. II. Título.

Este trabalho foi produzido no âmbito do Programa de Pós-Graduação em Ensino das Ciências da UNIGRANRIO, no curso de Mestrado Profissional em Ensino das Ciências na Educação Básica e foi avaliado pela Banca Examinadora:

Prof. Dr. Daniel de Oliveira – UNIGRANRIO

Prof. Dr. Luciano Luz Gonzaga – UNIGRANRIO

Profª Dra. Sonia Regina Mendes dos Santos – Universidade Estácio de Sá (UNESA)

TODOS JUNTOS CONTRA COVID-19



VOVÓ
NENA

VOVÔ
MELQUE

BELA

LILICA

LECO

ENFERMEIRA
FEFÊ

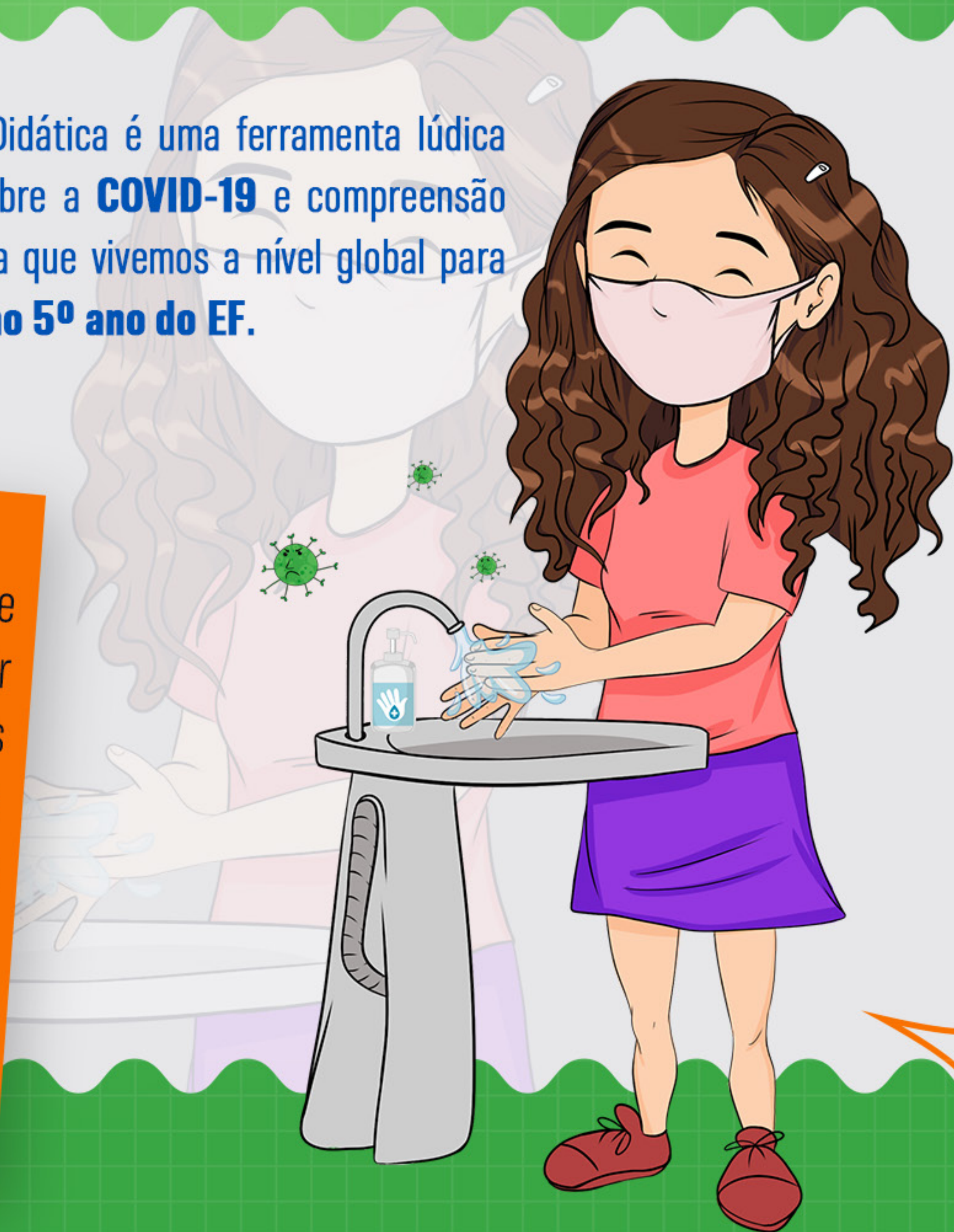
PROFESSORA
NANDA

APRESENTAÇÃO

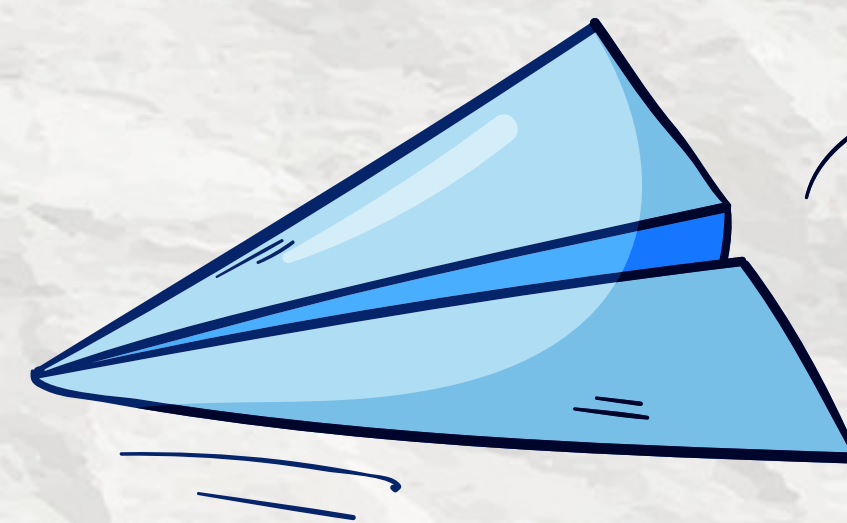
Esta Sequência Didática é uma ferramenta lúdica para o ensino sobre a **COVID-19** e compreensão sobre a Pandemia que vivemos a nível global para **crianças do 1º ao 5º ano do EF.**

Compreender o que é um vírus, sua forma de propagação e **ação no organismo humano** é gerar uma **conscientização** de que prevenção é a principal forma de combate contra qualquer doença.

Com uma **linguagem simples** e dinâmica, esperamos contribuir para a divulgação de estudos científicos na área, considerando a incipiência desses conteúdos em matrizes curriculares da maioria dos cursos de formação inicial e continuada de professores no Brasil.



SUMÁRIO



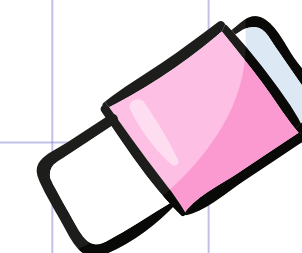
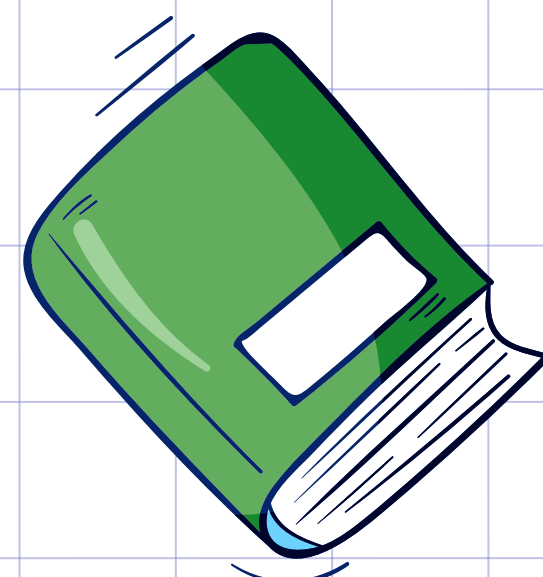
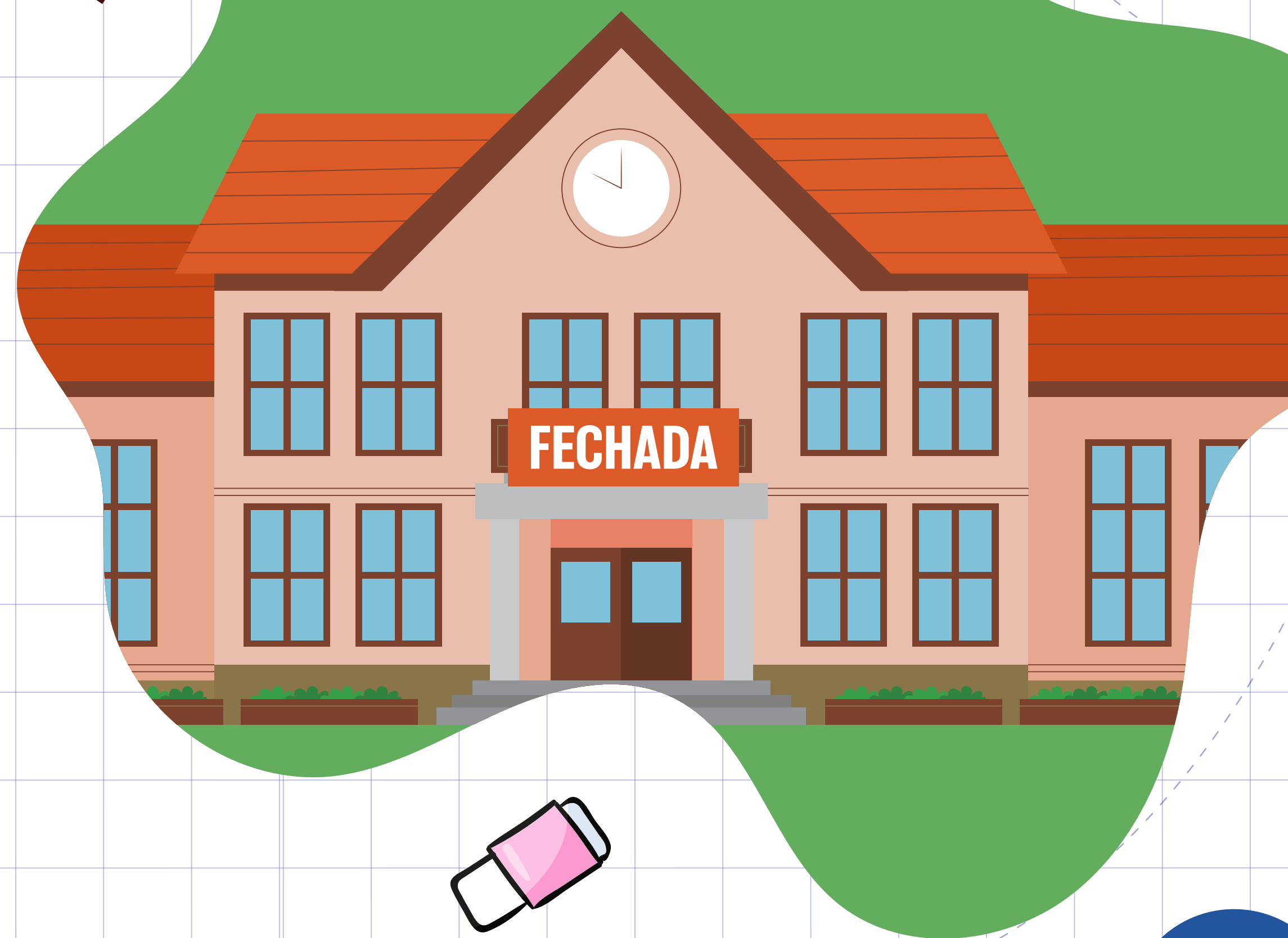
- INTRODUÇÃO .1
- A SEQUÊNCIA DIDÁTICA .3
- O QUE É UM VÍRUS? .6
- COMO O CORONAVÍRUS ENTRA NO CORPO? .8
- A GUERRA ENTRE O SISTEMA IMUNOLÓGICO E O CORONAVÍRUS .10
- COMO VENCER A GUERRA CONTRA A COVID-19 .13
- GRUPOS ALIMENTARES .16
- ATIVIDADES FÍSICAS PARA A CRIANÇA .19
- QUEM PODE FICAR DOENTE? .21
- COMO SE PREVENIR? .22
- VIVA A CIÊNCIA! .24
- SOBRE AS VACINAS .26
- COMO FUNCIONAM AS VACINAS .27
- VENCEREMOS ESSA LUTA .29
- PLANEJAMENTO AULA 1- O VIRUS .30
- PLANEJAMENTO AULA 2- BARREIRAS CONTRA .35
- PLANEJAMENTO AULA 3- FORTALECENDO A SAÚDE .41
- PLANEJAMENTO AULA 4- PREVENÇÃO .49
- REFERÊNCIAS .55



★ *INTRODUÇÃO*

Em **março de 2020**, a Organização Mundial da Saúde (OMS) anunciou que estávamos vivendo uma pandemia, a COVID-19, causada por um novo tipo de coronavírus, o SARS-CoV-2. Dentro desse panorama grave de saúde pública, o Governo do Estado do Rio de Janeiro adotou uma série de medidas para o enfrentamento da propagação da doença, sendo uma delas o isolamento social (FARIAS, 2020)(AQUINO, et al, 2020).

O INÍCIO ^{da}
PANDEMIA



•/•

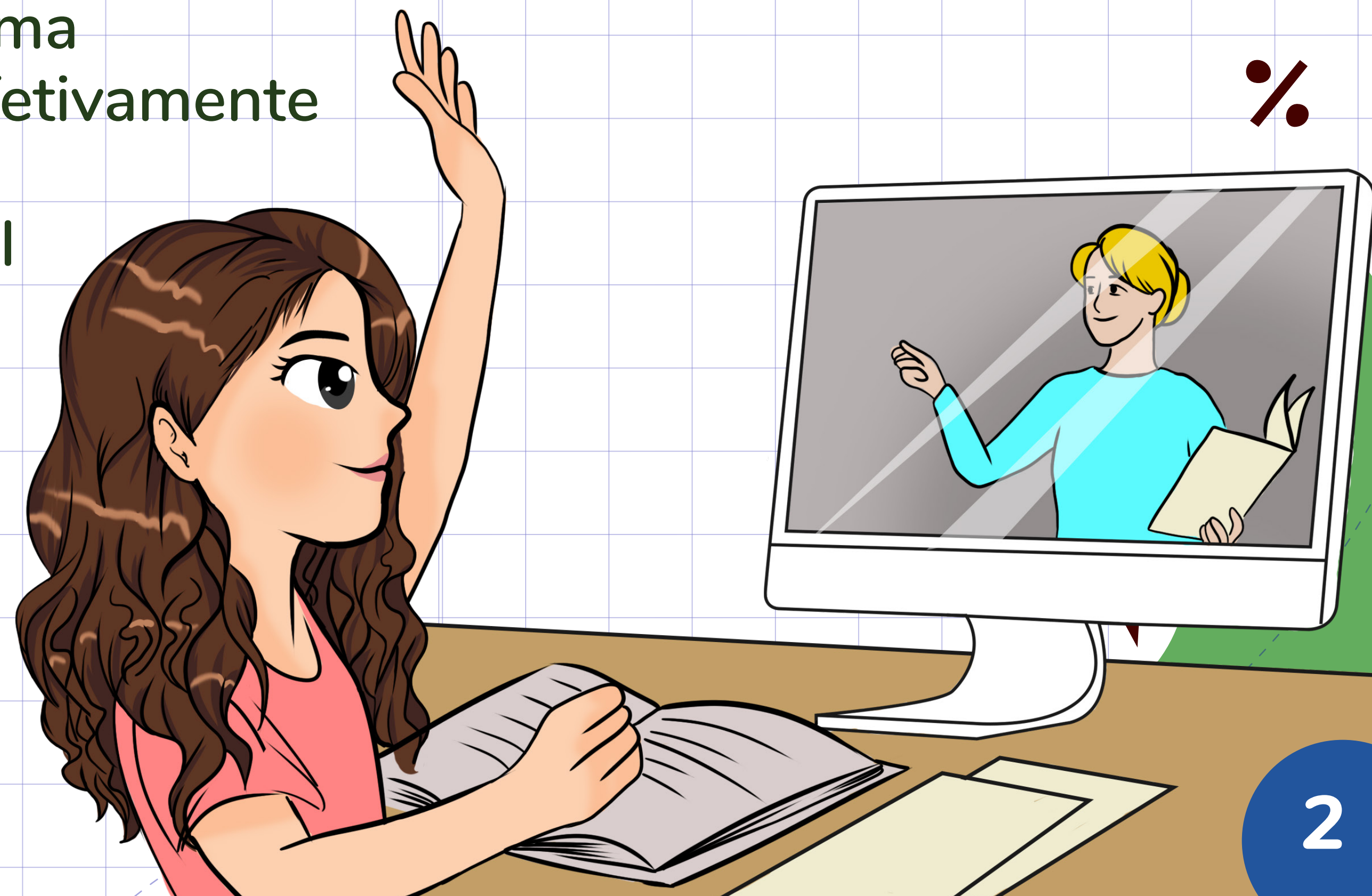
★ A rotina das crianças foi afetada drasticamente e a interrupção da vida escolar presencial foi uma medida necessária, mesmo elas sendo consideradas um grupo de menor risco, não imunes à doença, e ainda possíveis propagadoras do vírus para seus familiares (AQUINO, et al, 2020)

•/•

♪ Desta forma, sendo as crianças um grupo sensível ao confinamento, com ameaças sérias à saúde física e emocional, é de suma importância que as crianças entendam efetivamente o mundo pandêmico.

Logo, o papel do professor é fundamental para esclarecer e levantar ideias das crianças sobre o novo coronavírus, desmistificando e ampliando saberes, e um guia didático constitui uma ferramenta adequada, oferecendo informações e estratégias contra o coronavírus.

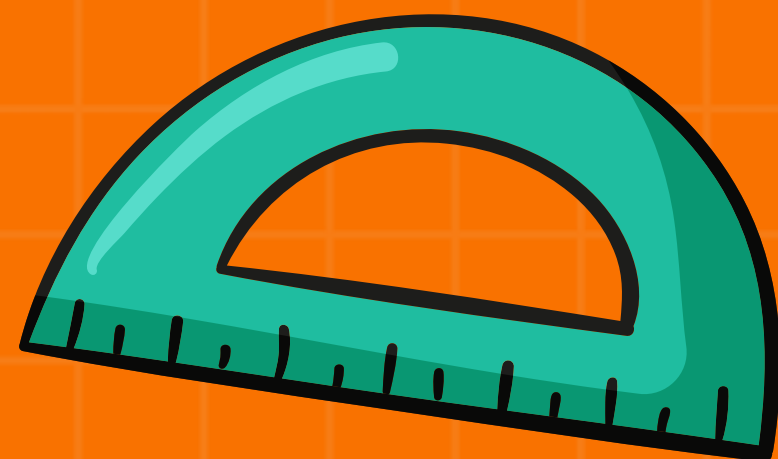
•/•



A SEQUÊNCIA DIDÁTICA



Para Zabala (1998, p. 18) sequência didática é “um conjunto de atividades ordenadas, estruturadas e articuladas para a realização de certos objetivos educacionais, que têm um princípio e um fim conhecido tanto pelos professores como pelos alunos”.



Dessa forma podemos compreender que nesse material didático será especificado cada ação que ocorrerá na aula ou nas aulas, tendo um tempo previsto para realização de atividades, incluindo a avaliação da aprendizagem.

As ações ou atividades selecionadas deverão dialogar entre si de forma interligada, diversificada e significativa ao tema proposto.

Nesse conjunto de estratégias e organização do ensino/aprendizagem, tanto na modalidade presencial, quanto no ensino não presencial emergencial ou ensino híbrido, são orientados através do passo a passo ordenamento e sequencial de conteúdos e ou temas, iniciando com atividades das mais simples, e gradativamente sugerindo outras mais complexas.

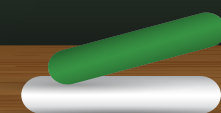
Querido professor (a),

A COVID-19 pode ser assustadora e confusa para as crianças do 1º ao 5º ano do ensino fundamental, mas através dessa produção, a tarefa desafiadora de orientar e gerir emoções pode ser mais acolhedora e efetiva.

Esta sequência didática foi pensada como uma conversa clara e informativa sobre os vírus, em particular o coronavírus, e meios de prevenção da COVID-19. Porém, pode parecer quase impossível manter uma rotina, durante o isolamento social ou retorno das aulas presenciais. No entanto, a sequência traz informações acessíveis, lúdicas e orientações para um plano consistente diário e rotinas simples.

Esperamos que este material seja útil pra você e enriqueça ainda mais suas aulas.
Aproveite-o da melhor forma!

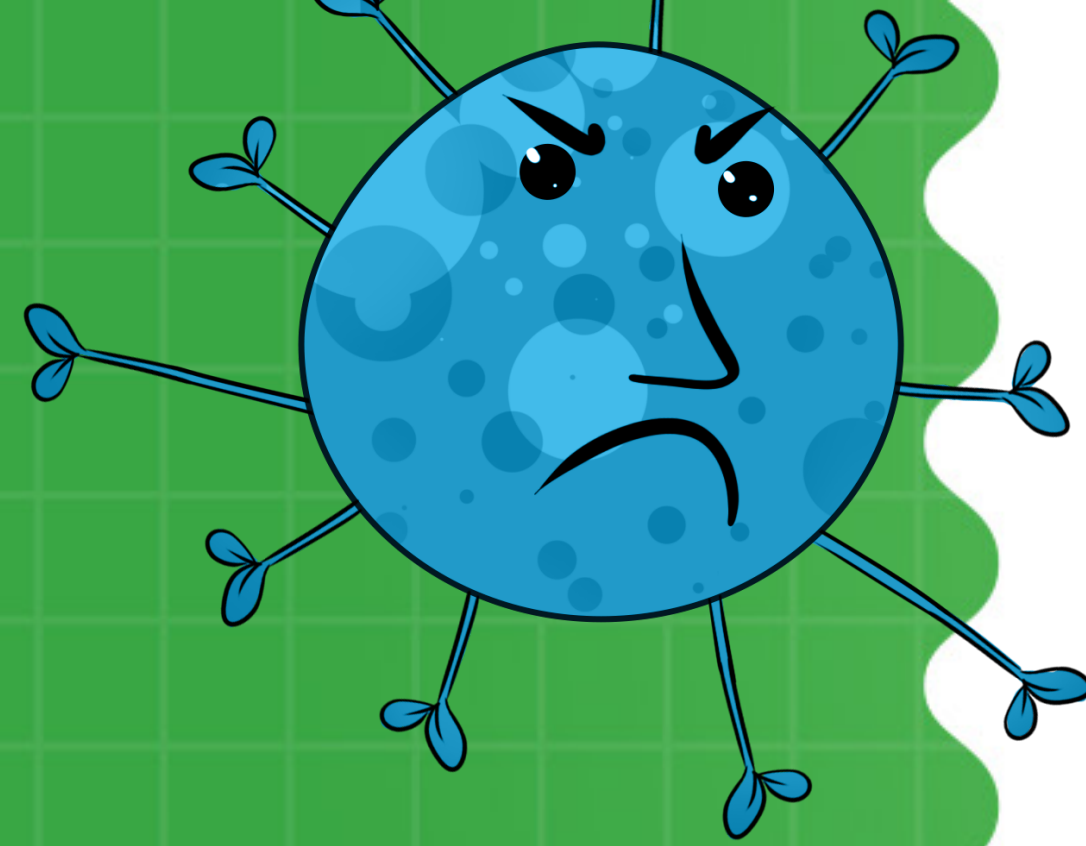
Com carinho, as autoras **Nadia e Haydéa**



OLÁ,

Você sabia que até o **nosso amiguinho Leco** lavou as mãos pela primeira vez por conta de um novo vírus que trouxe uma **Pandemia Mundial?**





O QUE É UM **VÍRUS?**

Olá, crianças!

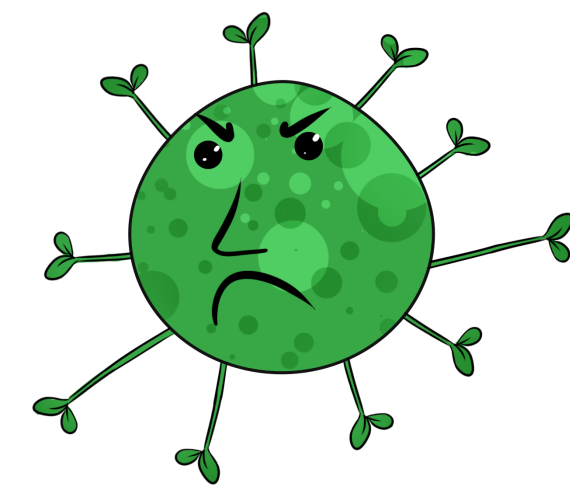
Com certeza vocês já ouviram na televisão ou na internet sobre o coronavírus. Mas afinal, o que é um vírus?

Os vírus não possuem uma estrutura de célula.

Eles são parasitas intracelulares obrigatórios, o que significa que são completamente dependentes de outras células para se reproduzir.

A maioria dos vírus só pode ser visto com auxílio de um microscópio eletrônico.

O QUE É A *COVID-19*

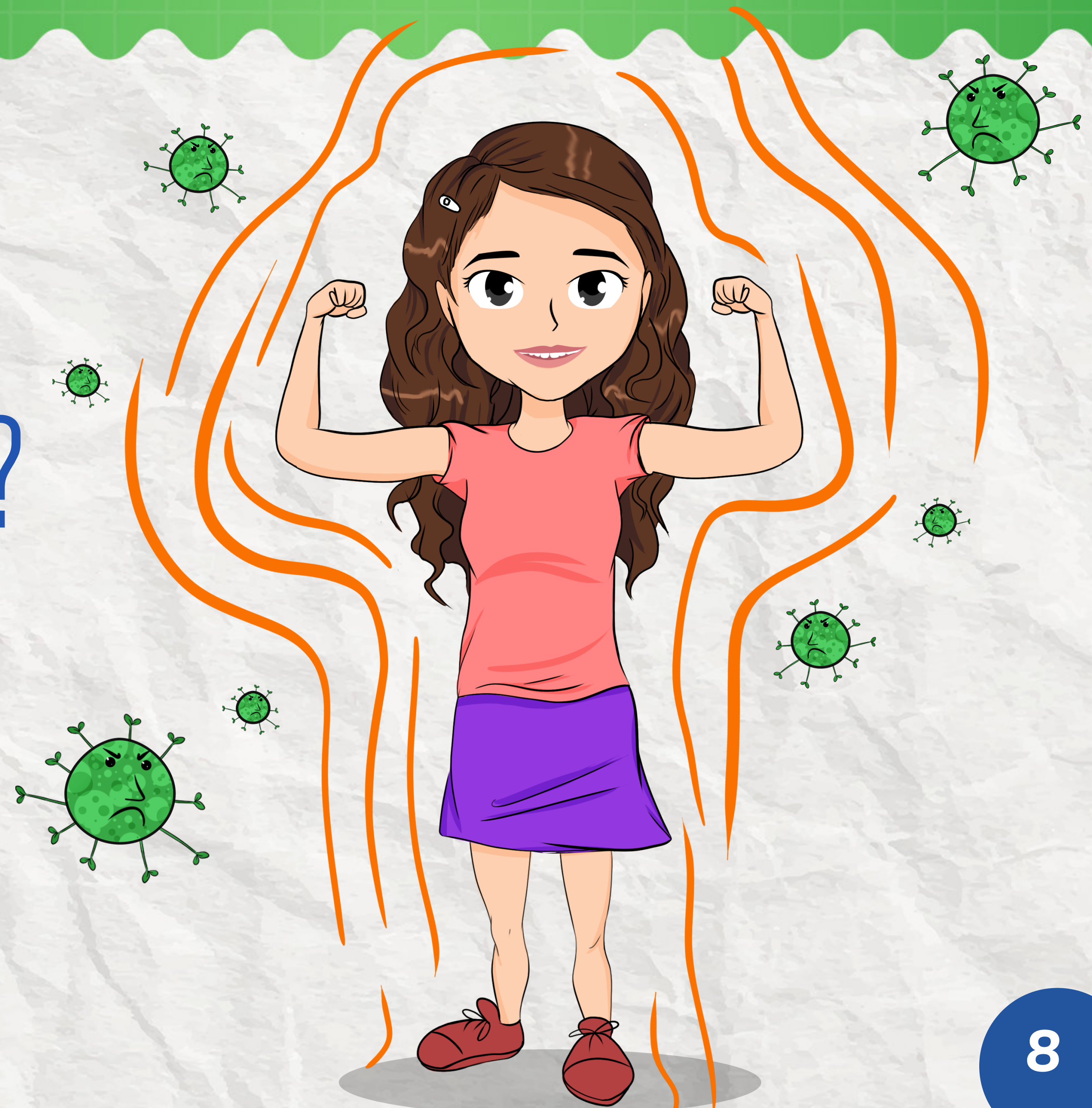


É uma doença causada pelo novo coronavírus, chamado de SARS-CoV-2! Sendo um vírus, é um ser muito pequeno, muito menor do que um grão de areia. Por isso, a gente não consegue ver. Mas ele está circulando livremente no ar, contaminando objetos e pessoas.

Quando alguém é infectado pelo coronavírus, sintomas como tosse, nariz entupido, dificuldade de respirar e o corpo bem quente (febre) podem surgir.

COMO O *CORONAVÍRUS* ENTRA NO CORPO?

Existem algumas **barreiras** em nosso corpo que **bloqueiam** a entrada de invasores como o coronavírus, são chamadas de **barreiras mecânicas**.



Como os vírus estão em suspensão no ar, em objetos e mãos contaminados, eles podem atravessar a barreira do tecido epitelial dos olhos, caso você esfregue os olhos com os dedos contaminados, do muco do nariz e de todo o trato respiratório, caso inale partículas do vírus no ar contaminado conversando com alguém bem próximo ou coloque as mãos contaminadas na boca.

Espirros, tosses, nem a formação de meleca não foram suficientes para parar o coronavírus...

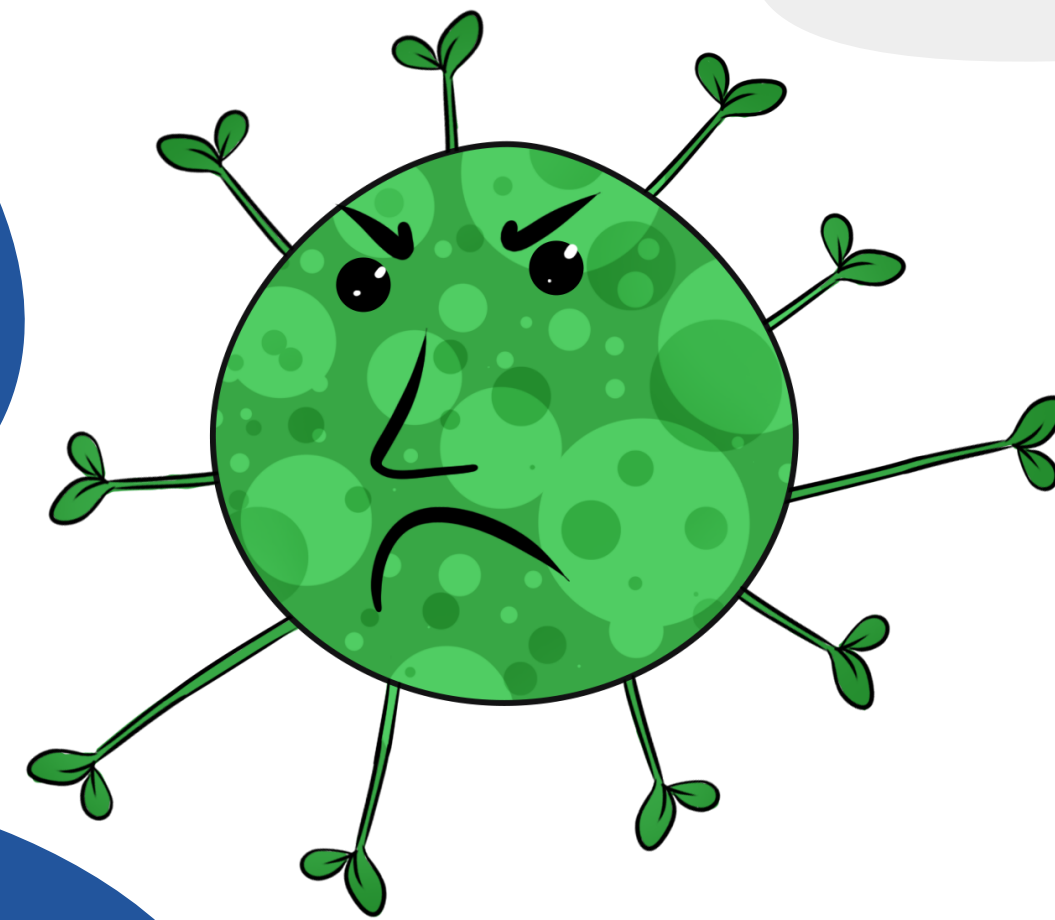
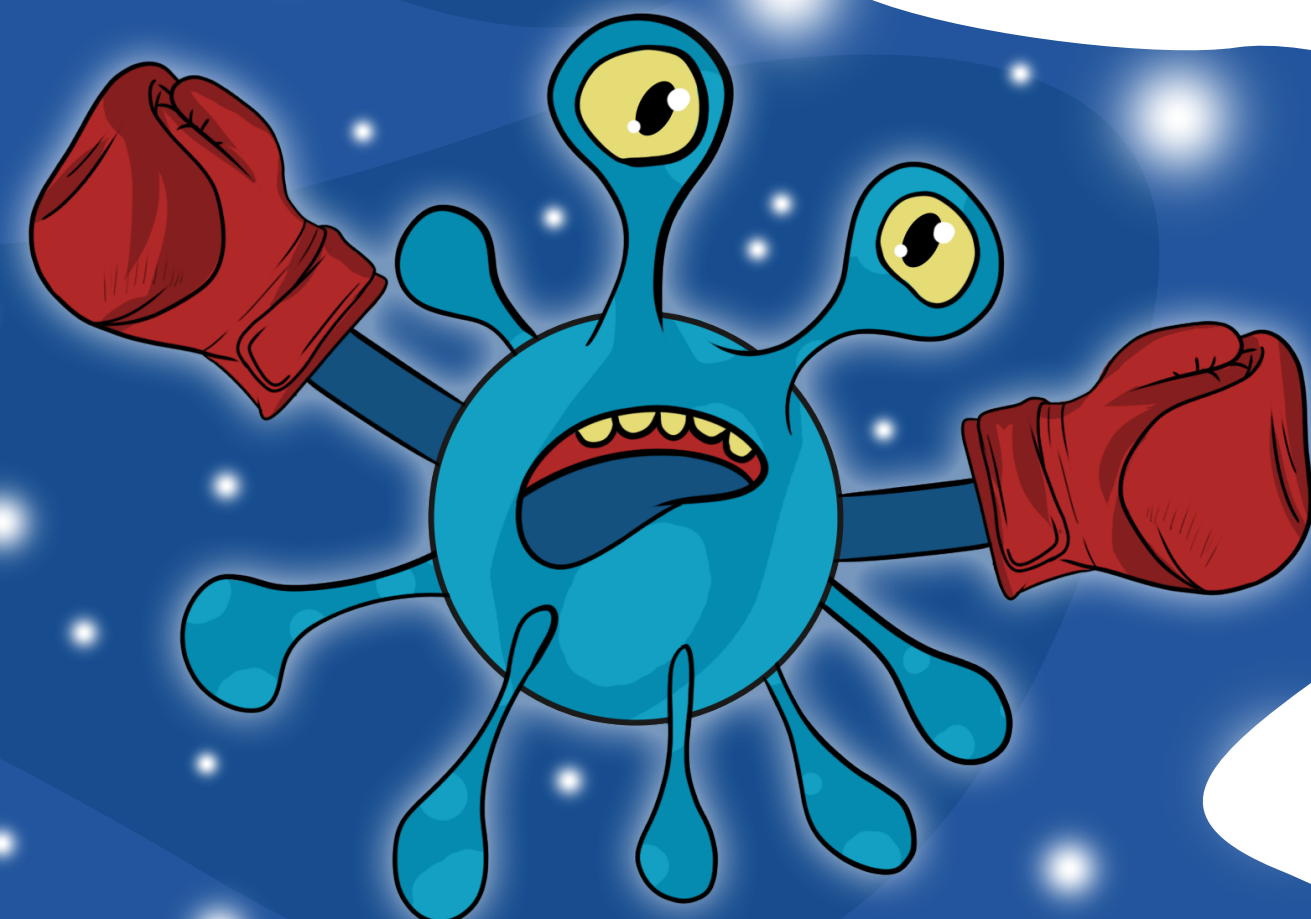
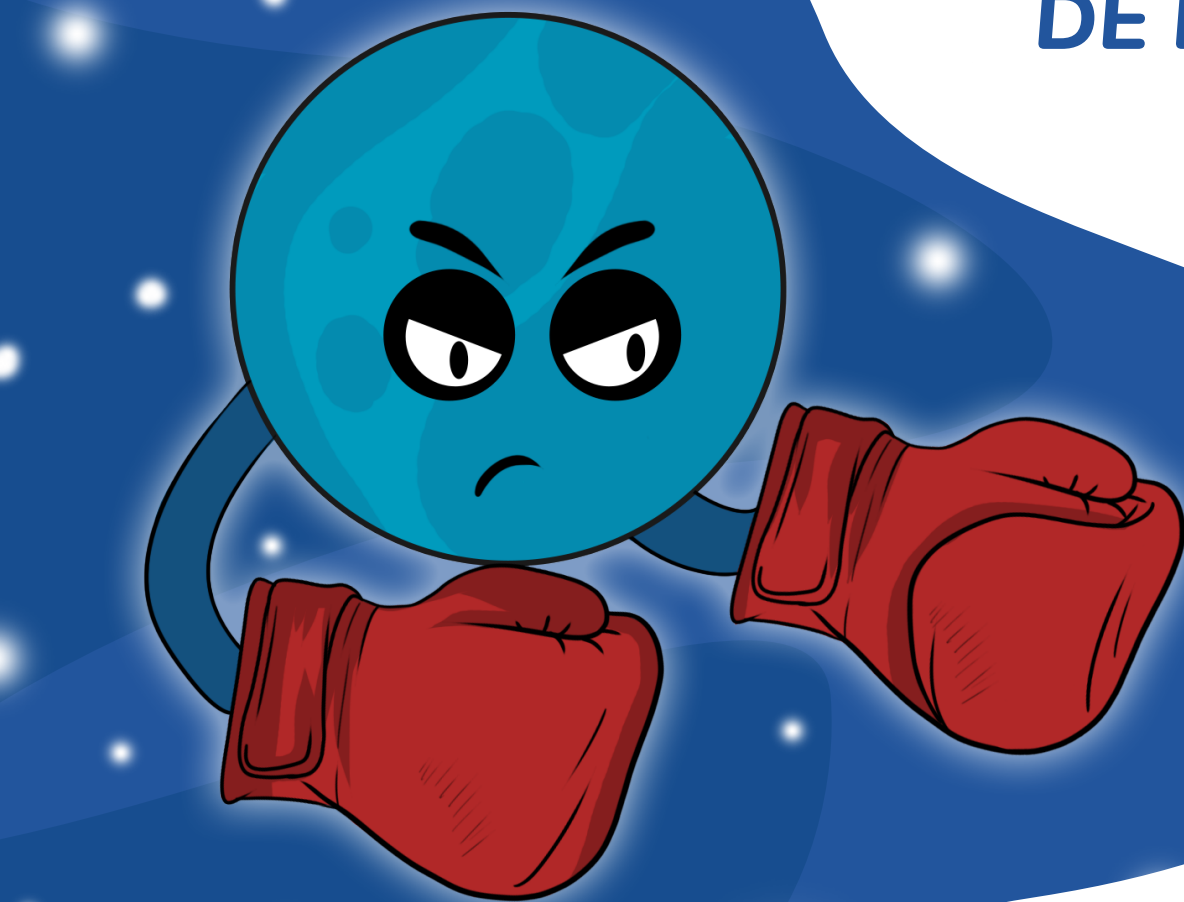


A GUERRA

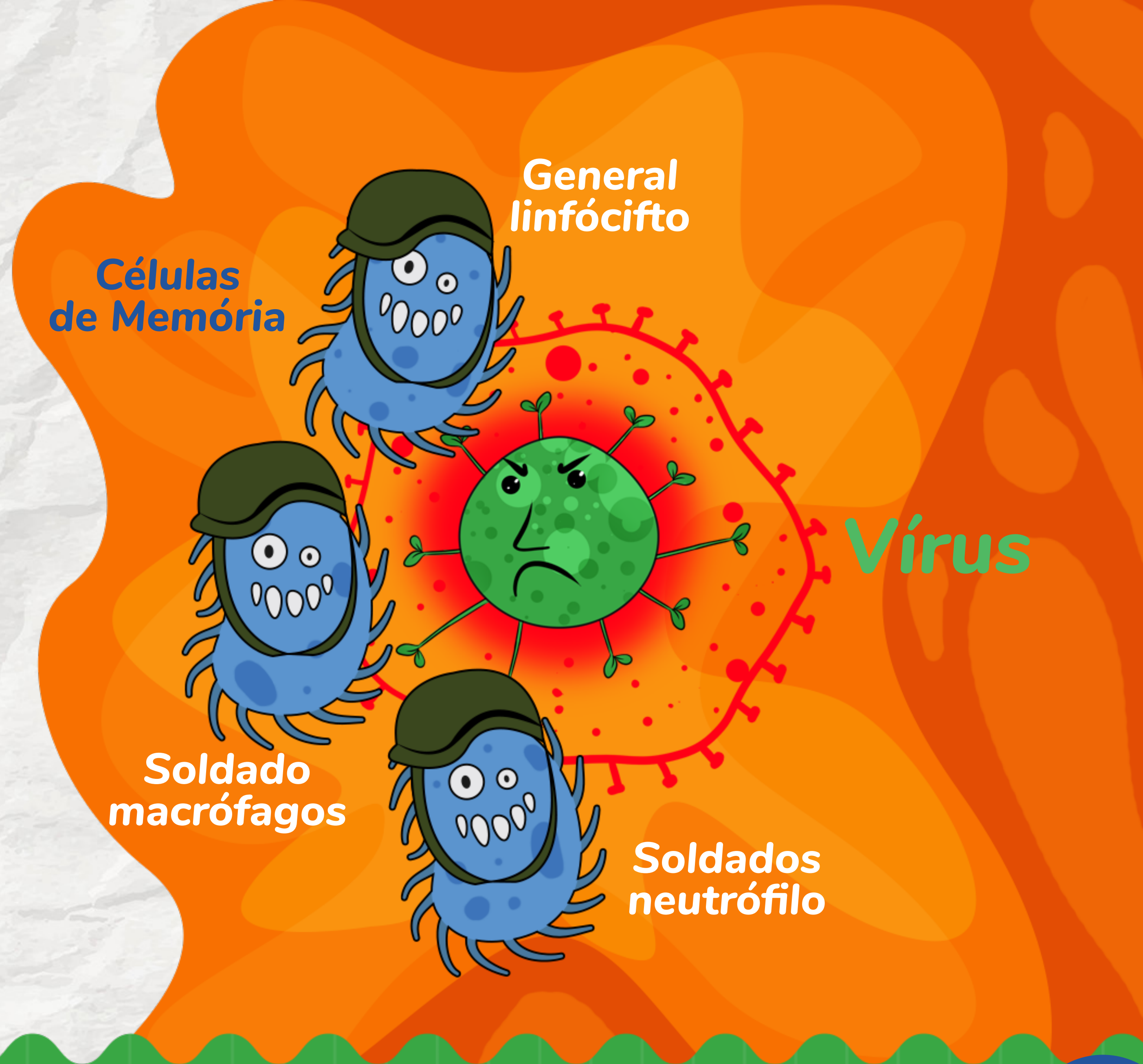
ENTRE O SISTEMA IMUNOLÓGICO E O CORONAVÍRUS

SOLDADOS
PRIMEIRA LINHA
DE DEFESA

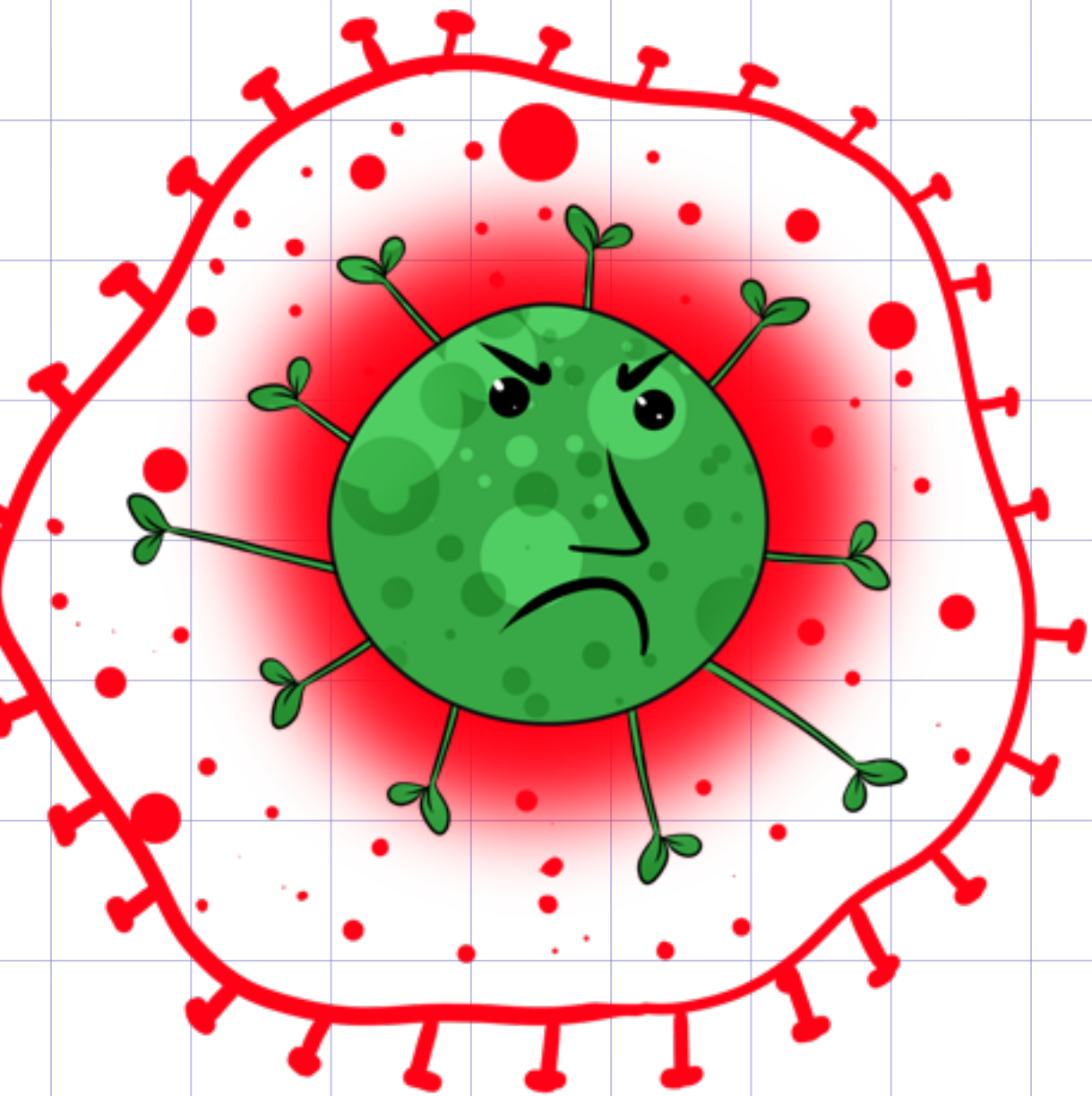
Invadindo o corpo, o coronavírus se esbarra com um grupo de células de defesa que são os soldados de nosso sistema imunológico.



Como os vírus se **escondem dentro das células**, os soldados da primeira linha de defesa (células brancas), não conseguem identificar a presença do coronavírus invasor.



Assim, eles recrutam outras células nesse combate.



Quando os soldados células brancas se encontram pela primeira vez com o coronavírus, a resposta é chamada de imune primária. O segundo encontro é realizado por soldados células brancas de memória. As células de memória irão persistir no corpo por vários anos! Como o coronavírus é um vírus novo no mundo inteiro, nossos soldados não conseguem freá-lo e, assim, ficamos doentes!



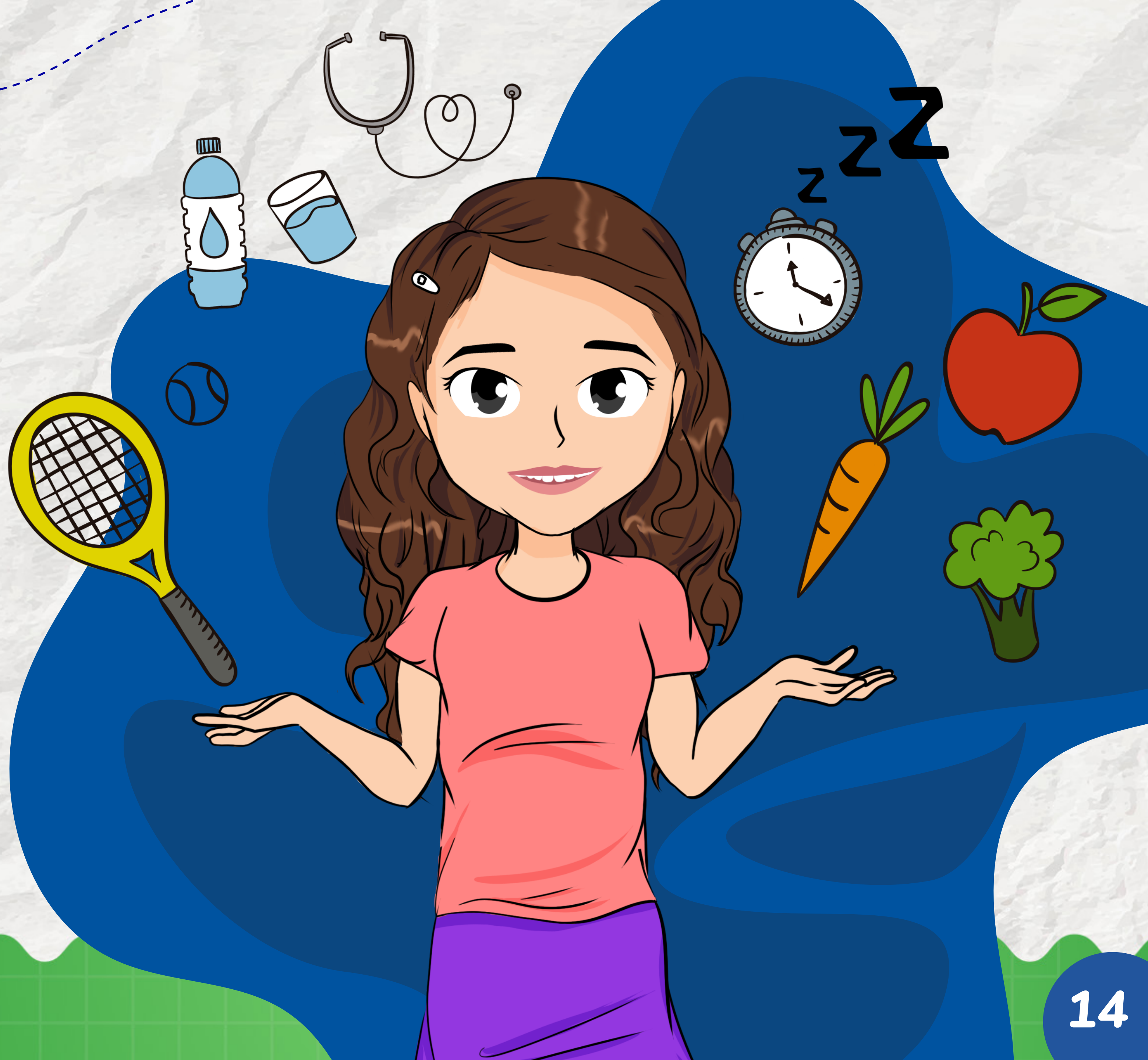


***COMO VENCER
A GUERRA CONTRA
A COVID-19***

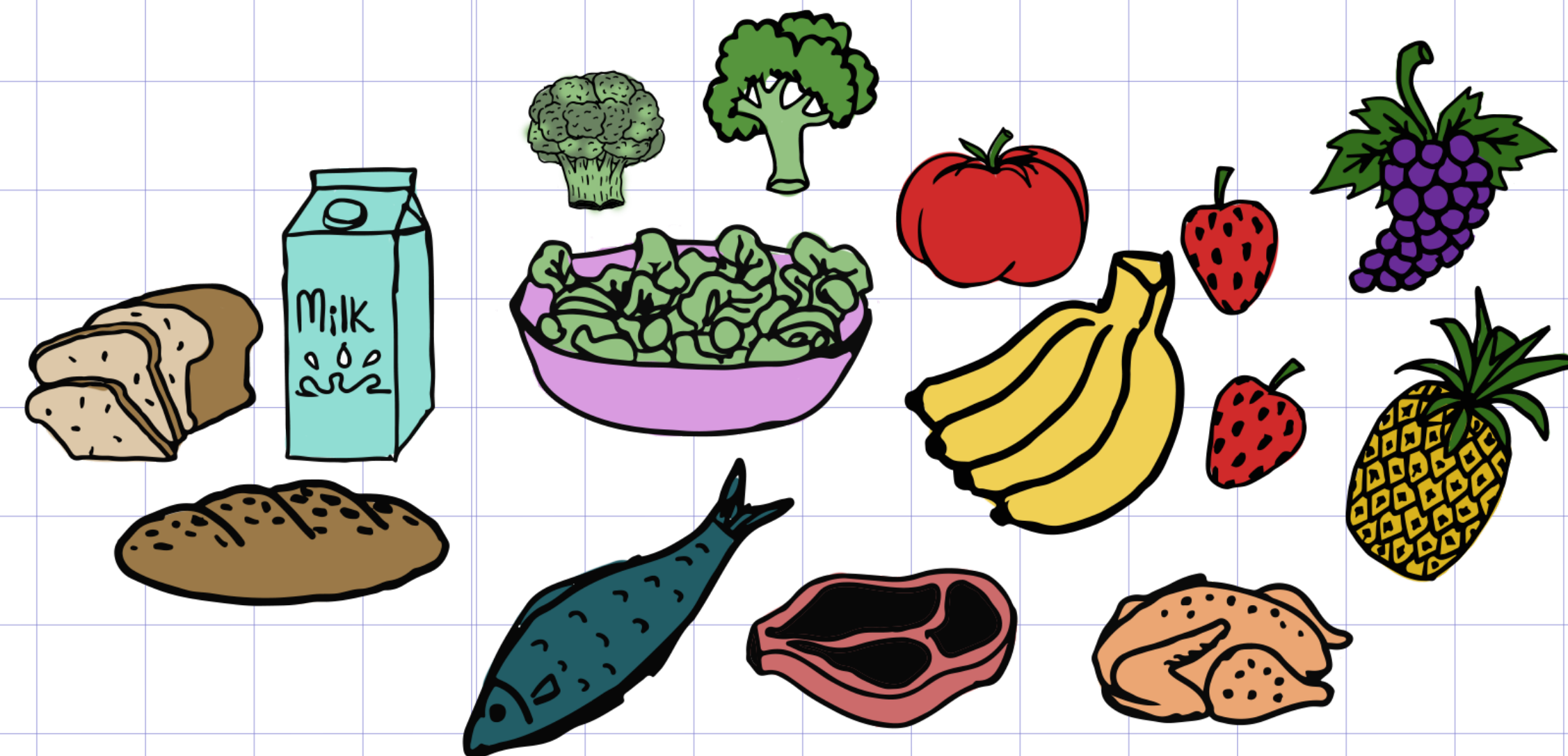
Crianças, **ter uma alimentação saudável** e equilibrada, **controlar o estresse**, **ter um bom sono** e **praticar atividade física** são ações que favorecem a manutenção e o bom funcionamento do sistema imunológico.

Essas ações garantem o aumento da imunidade e dar chances de derrotar o coronavírus no corpo!

Mas não é somente isso! Devemos ter uma boa higiene pessoal, do ambiente em que vivemos e dos próprios alimentos para uma melhor qualidade de vida em meio a pandemia. (LIMA e SOARES, 2020)

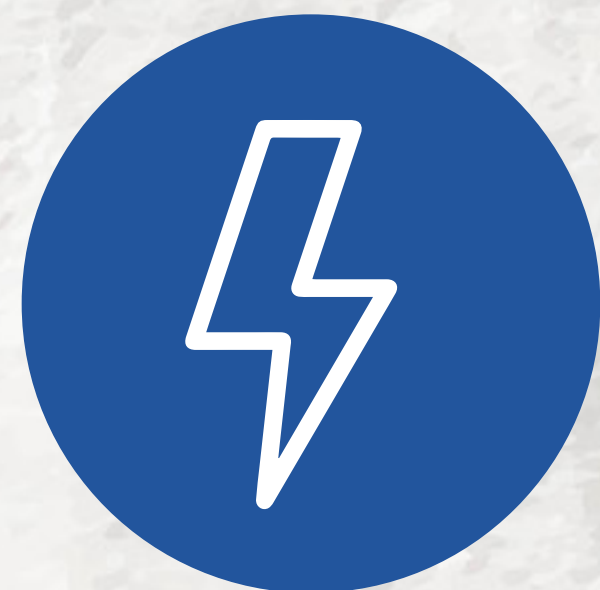


**Olá Amiguinhos!
Vamos conhecer os
grupos alimentares
saudáveis?**



Uma alimentação saudável, não é uma alimentação cheia de restrições ou sem sabor. Uma alimentação saudável é aquela que ajuda o seu organismo a receber todos os nutrientes de que ele precisa. Para ter uma alimentação saudável, é preciso consumir com equilíbrio carnes, ovos, frutas, legumes, verduras, leite e derivados...

GRUPOS ALIMENTARES



Energéticos: Fornecem energia. Exemplos: alimentos integrais, farinhas, mandioca, batata, arroz, pães, macarrão, milho, óleos, manteiga.



Construtores: Auxiliam no crescimento e ajudam o organismo a se renovar e fortalecer. Exemplos: carne, peixe, frango, ovos, leite e derivados, feijão, lentilha.



Reguladores: Regulam o funcionamento do corpo e são ricos em vitaminas e sais minerais. Exemplos: verduras, frutas e legumes. Uma refeição completa deve ter alimentos dos três grupos: proteínas dos alimentos construtores, vitaminas e minerais dos reguladores e carboidratos dos alimentos energéticos



ATENÇÃO!

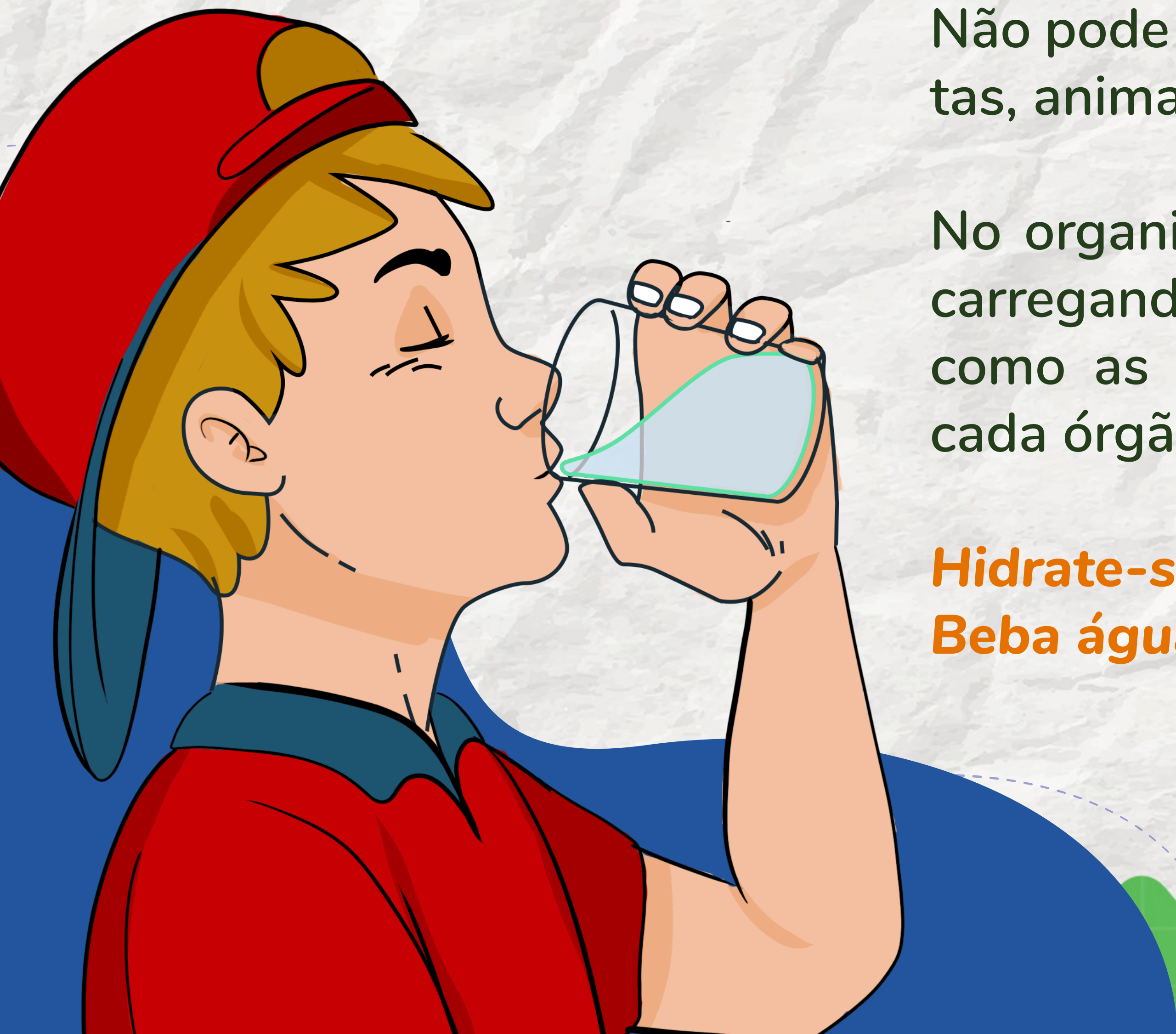
ALIMENTOS EXTRA
ENERGÉTICOS



Açúcares, doces, gorduras, óleos e lipídios em geral: esses são os alimentos que compõem o topo da pirâmide e são muito calóricos. **Não devemos consumir em excesso frituras, doces, refrigerantes, bolachas recheadas, chocolates...**

PODEM FAZER MAL A SAÚDE!

BEBER ÁGUA É FUNDAMENTAL

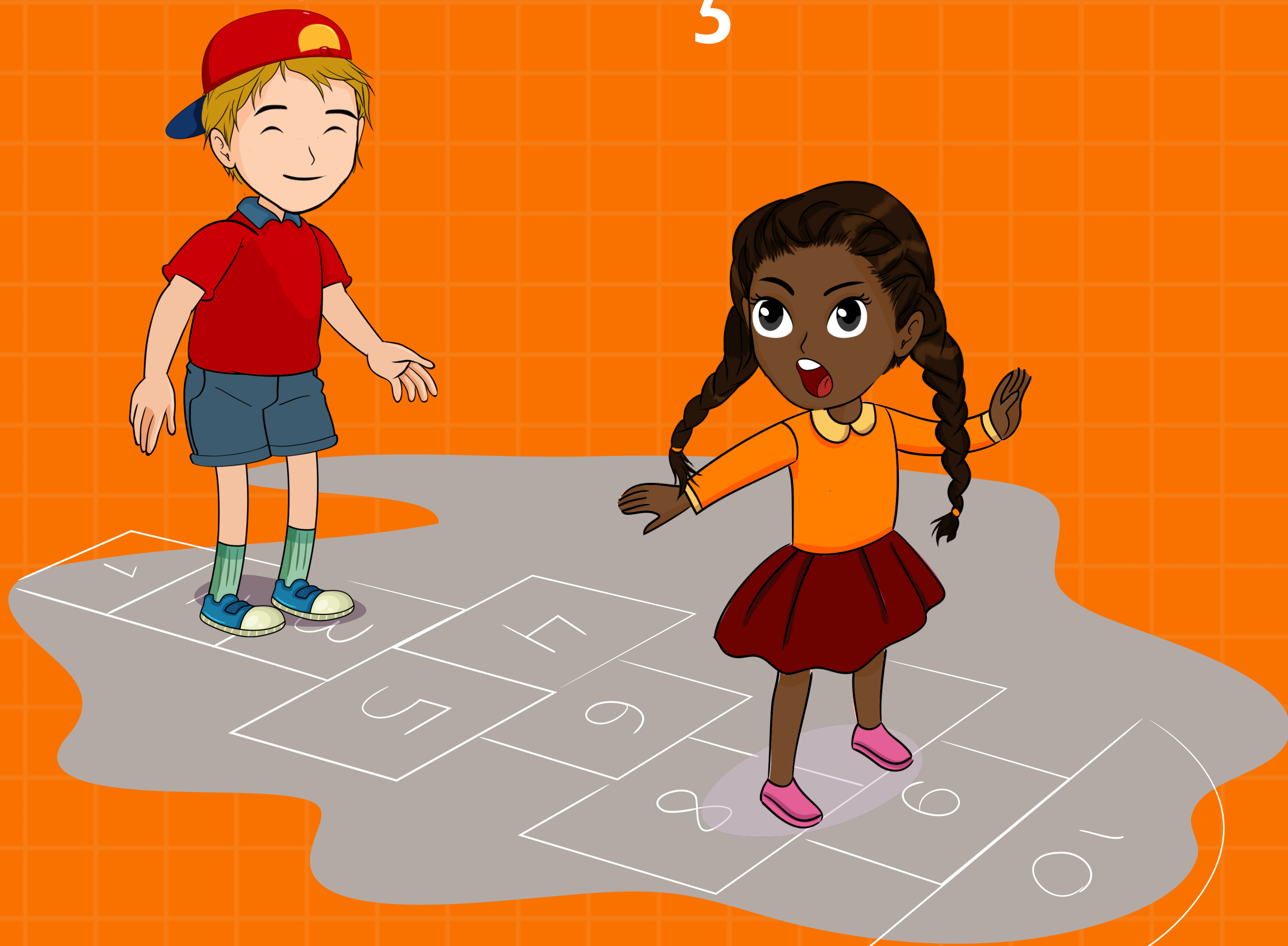


Não pode existir vida sem água. Todo ser vivo - plantas, animais, o homem precisam de água para viver.

No organismo, a água funciona como um solvente, carregando nutrientes e outros materiais pelo corpo, como as células do sangue, o que possibilita que cada órgão faça o seu trabalho.

Hidrate-se!
Beba água!

ATIVIDADES FÍSICAS PARA A CRIANÇA...



O CORPO PRECISA DE MOVIMENTO!

Durante o período de isolamento social por causa da pandemia por COVID-19 as crianças e os adultos se movimentaram em suas casas, através de brincadeiras simples, mas consideradas muito importantes para ter boa saúde. Como:

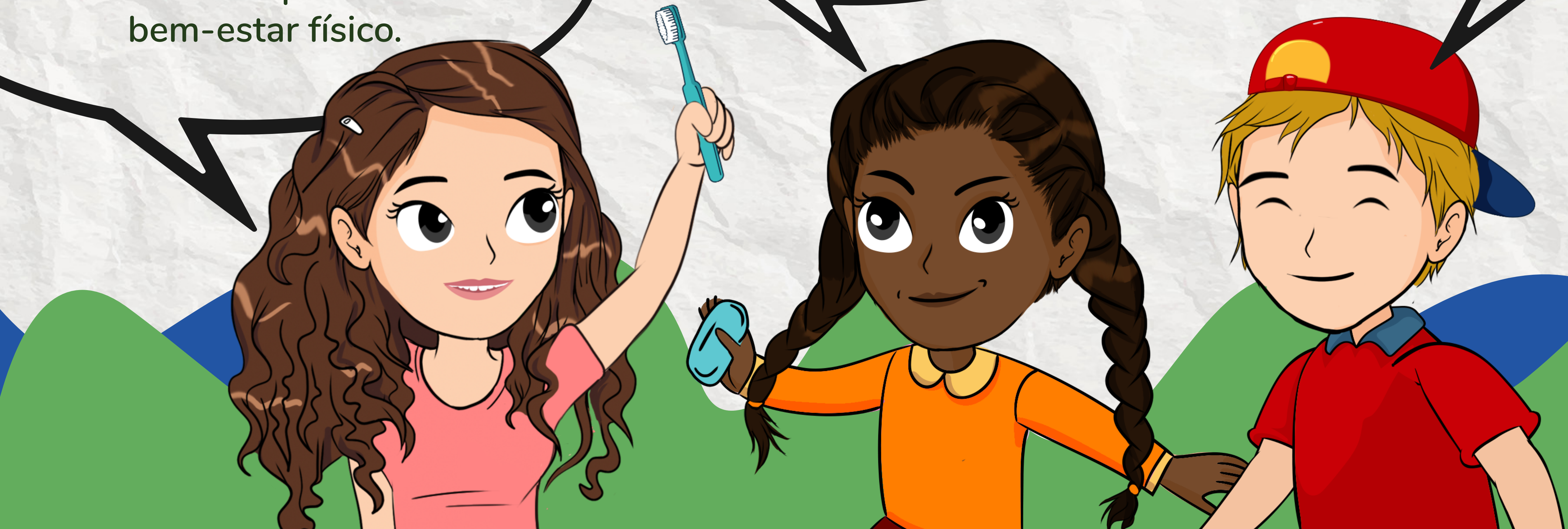
- Dançar, dramatizar.
- Pular amarelinha, rodar bambolê.
- Garrafas pets podem se tornar carros, aviões e boliches.
- Brincadeiras com bolas de meias e outras.

ESTÁ TUDO LIMPINHO, TURMA?

Tomar banho, escovar os dentes, cuidar dos cabelos e ter roupas limpas é necessário para nosso bem-estar físico.

A saúde exige higiene, nosso corpo precisa estar sempre limpo.

Devemos cuidar dos ambientes que vivemos, assim como a nossa casa, a escola, praças e ruas...



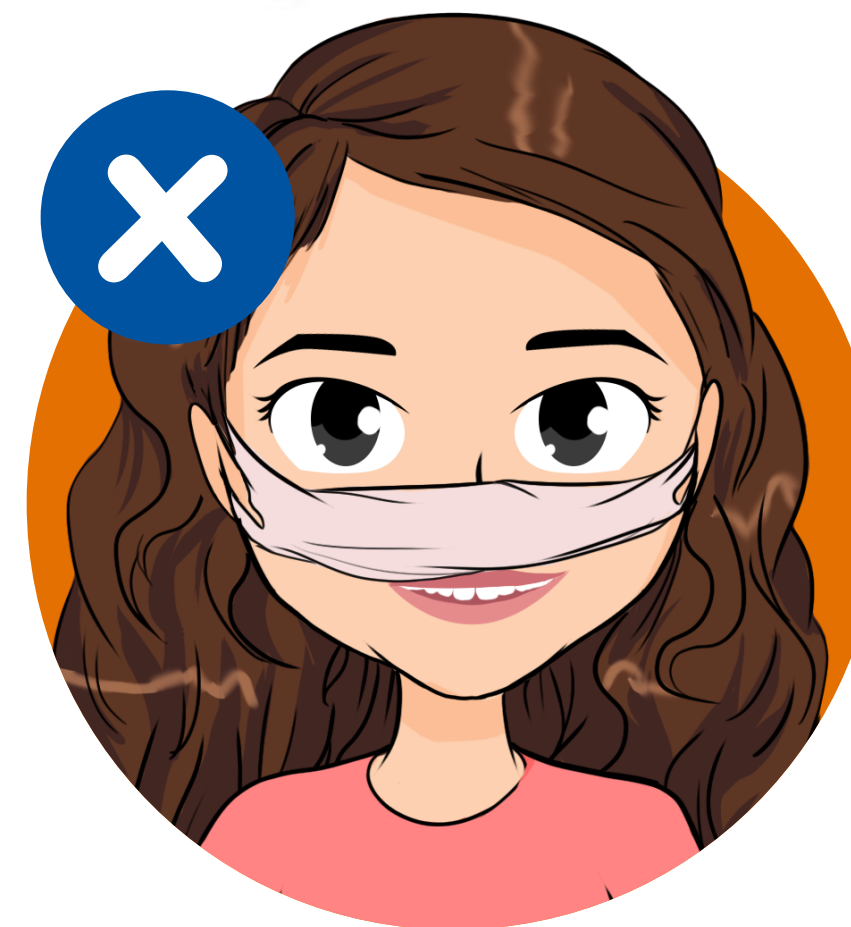
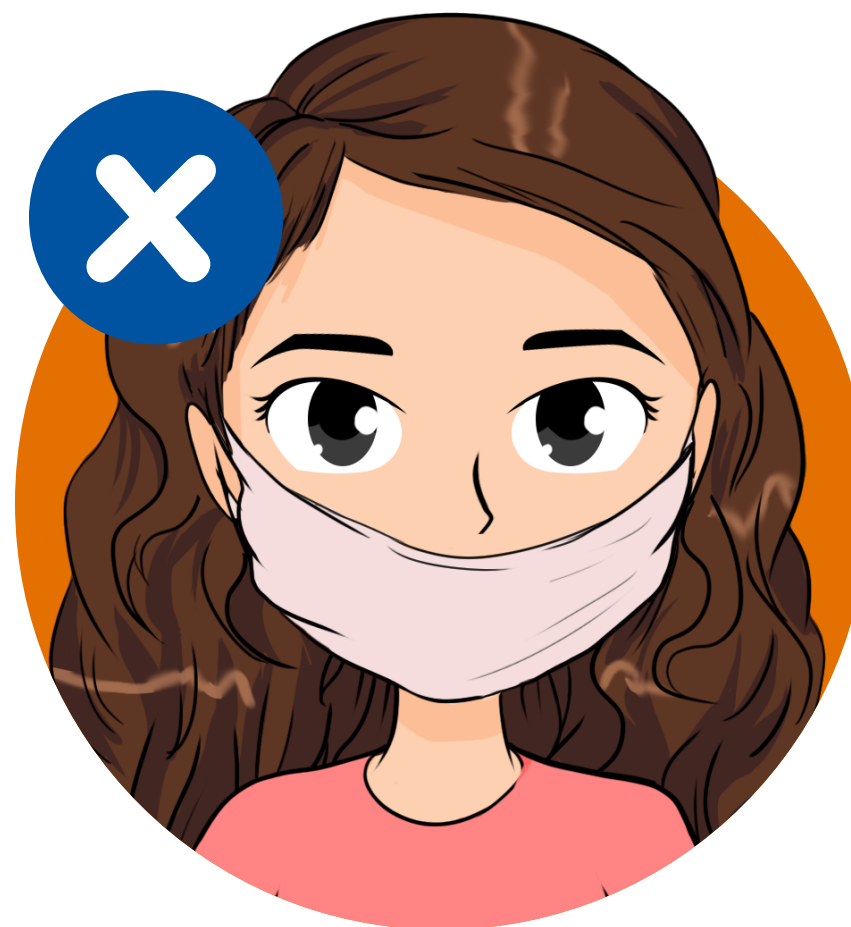
QUEM PODE FICAR DOENTE ? (GRUPOS DE RISCO)

O coronavírus aproveita de algumas fragilidades nas defesas de algumas pessoas para invadir os corpos de quem não está doente. Os vovôs, vovós e pessoas com algum tipo de dodói no corpo estão dentro do grupo de risco! Eles podem pegar a doença e ficar muito tempo no hospital.



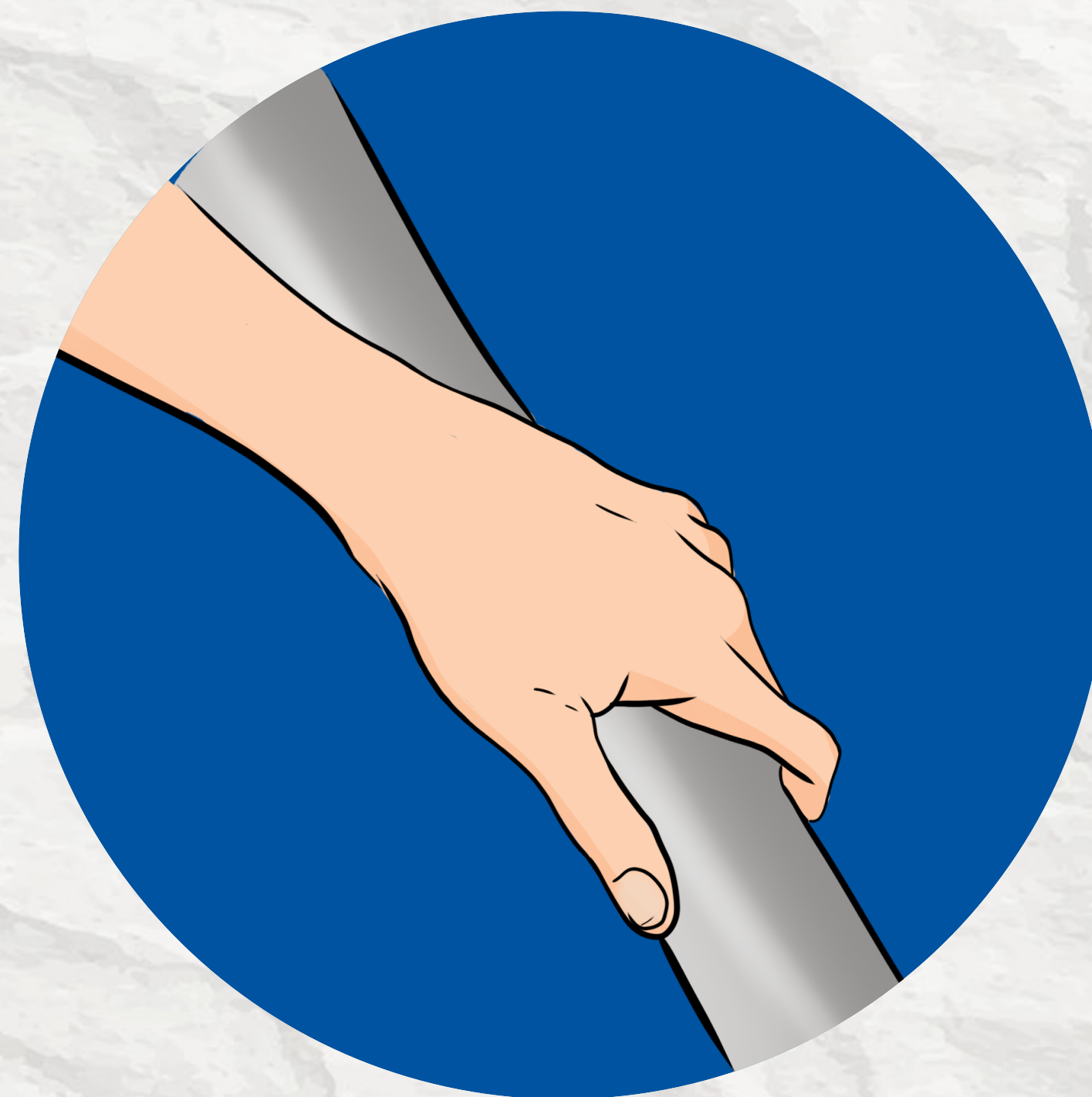
COMO SE **PREVENIR?**

O **coronavírus** entra no nosso corpo através do **nariz e boca!** Por isso, se for sair de casa, é preciso usar a máscara para cobrir toda a sua boca e seu nariz! Deve estar bem justinha no seu rosto, não pode ter folga nem espaços, para não deixar que o ar cheio de vírus entre!





Crianças, o vírus da **COVID-19 não suporta mãos limpas!** Por isso, **lave as mãos com água e sabão ou com álcool gel.** Lave várias vezes por dia, antes e depois de: comer, ir ao banheiro, chegar em casa, brincar ou outros momentos que os adultos falarem! O tempo de higienização deve ser de 20 segundos. Quer uma dica? Cante uma música!



Outra dica importante, **não coloque as mãos nos olhos, no nariz e na boca,** e quando sair na rua, evite tocar em coisas como corrimão, paredes, objetos, etc. **O coronavírus é esperto e se esconder em vários lugares!**

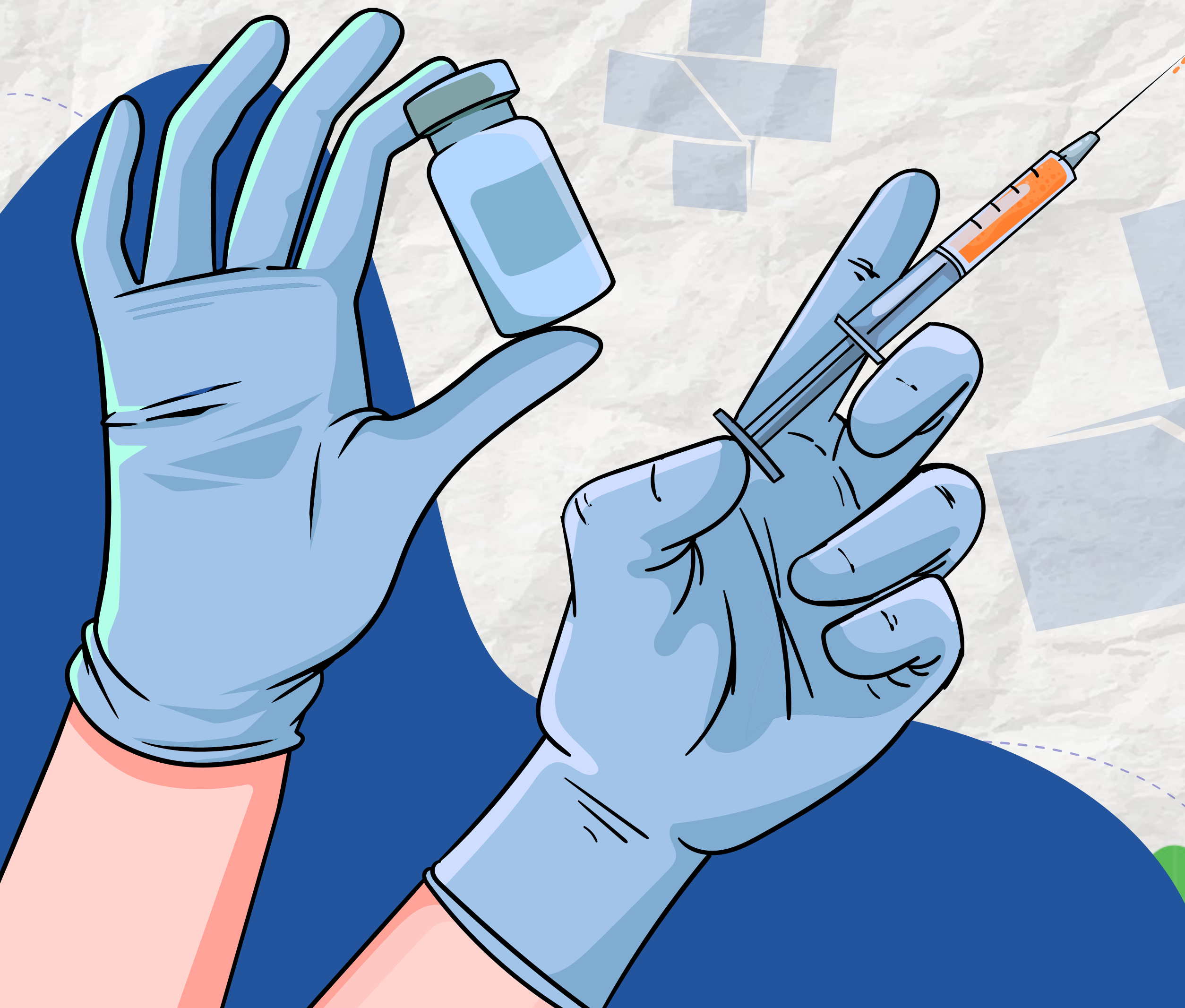


Fique em casa! Respeite o isolamento social, o distanciamento e as regras de sua escola, caso esteja estudando de forma presencial! Não pode abraçar o coleguinha ou compartilhar seu biscoito favorito!

Se for sair de casa, sempre use máscara e leve seu álcool em gel.

VIVA A CIÊNCIA! VIVA O SUS!

Com o rápido avanço da pandemia de COVID-19 nos primeiros meses de 2020, iniciou-se uma corrida tecnológica para desenvolvimento de vacinas contra o novo coronavírus, e medidas cientificamente baseadas vão de encontro aos esforços de organizações científicas que se mobilizam pelo fortalecimento do Sistema Único de Saúde (SUS), no objetivo de poder atender a grande arte da população brasileira que depende do serviço público de saúde.

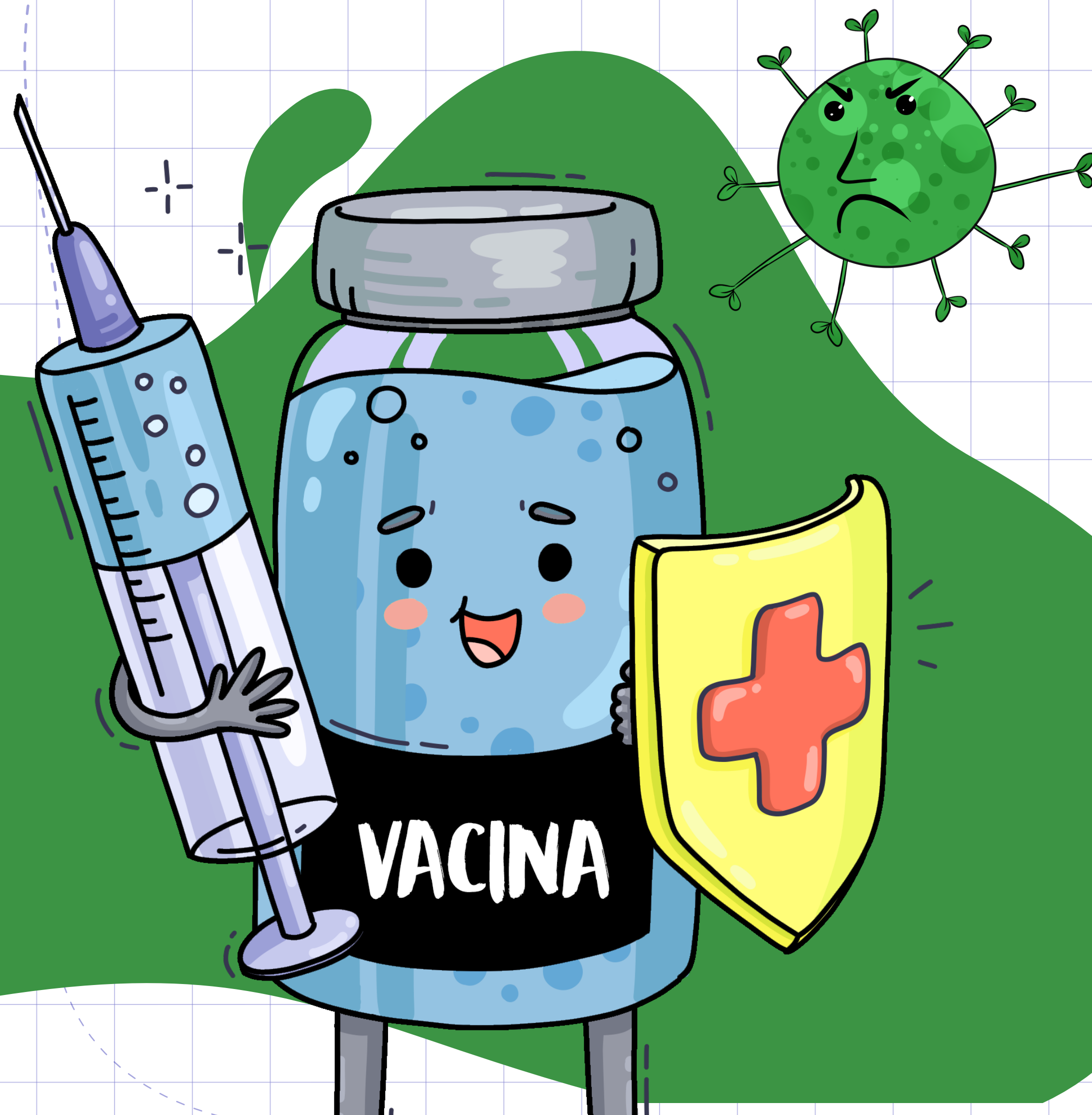


No Brasil existe o Programa Nacional de Imunizações reconhecido mundialmente. Enquanto muitos países ainda sofrem com doenças infectocontagiosas, nós registramos cada vez menos casos e já eliminamos muitas delas, a exemplo do sarampo e da poliomielite.

Por isso vacinar é uma das formas mais efetivas no combate ao coronavírus.



SOBRE AS VACINAS



A **vacina Coronavac** com fabricação na China pela farmacêutica Sinovac Biontech, tem parceria com o Instituto Butantan, de São Paulo.

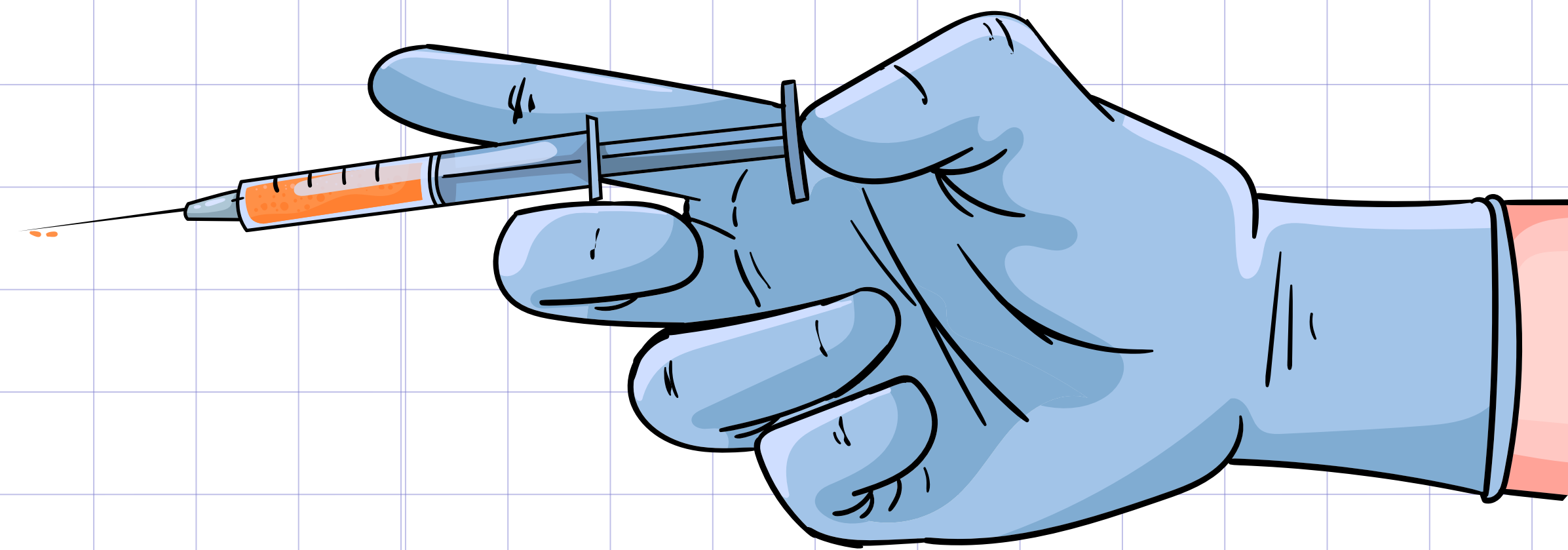
A vacina **Oxford/AstraZeneca** eram importadas do Instituto S rum, da  ndia. Hoje são produzidas 100% no país pela Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), através da transferência de tecnologia.

A vacina da **Pfizer**   a única que tem o registro definitivo da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) para uso contra a COVID-19 no Brasil.

Logo, o papel do professor é fundamental para esclarecer e levantar ideias das crianças sobre o novo coronavírus, desmistificando e ampliando saberes, e um guia didático constitui uma ferramenta adequada, oferecendo informações e estratégias contra o coronavírus.

COMO FUNCIONAM AS VACINAS?

As vacinas ajudam o sistema imunológico a combater infecções de maneira mais eficaz, induzindo a chamada “resposta de memória específica”, onde soldados linfócitos (produtores de anticorpos) são ativados.

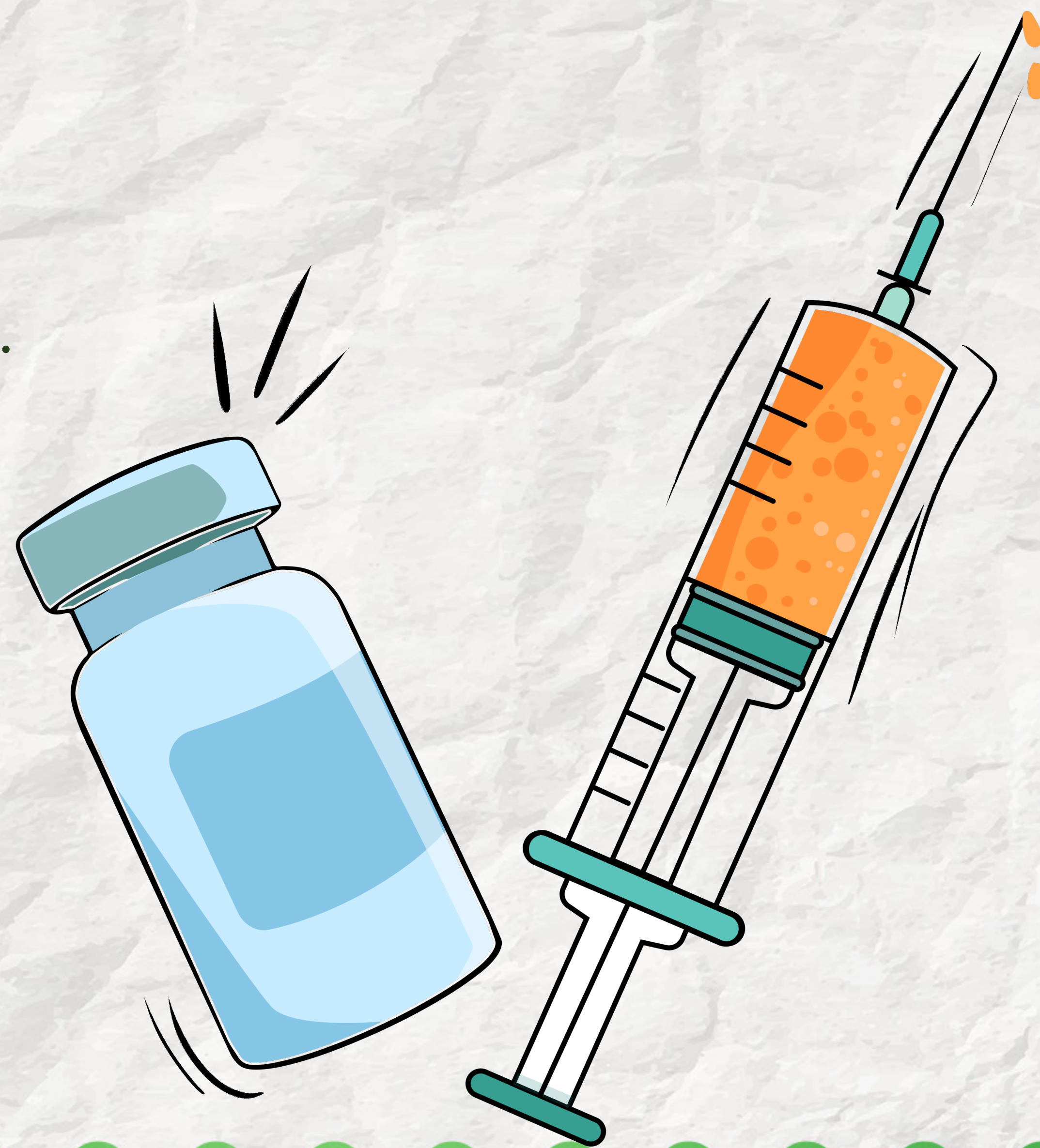


Para induzir a resposta imune específica é necessário um antígeno (componente essencial que causa a produção de anticorpos).

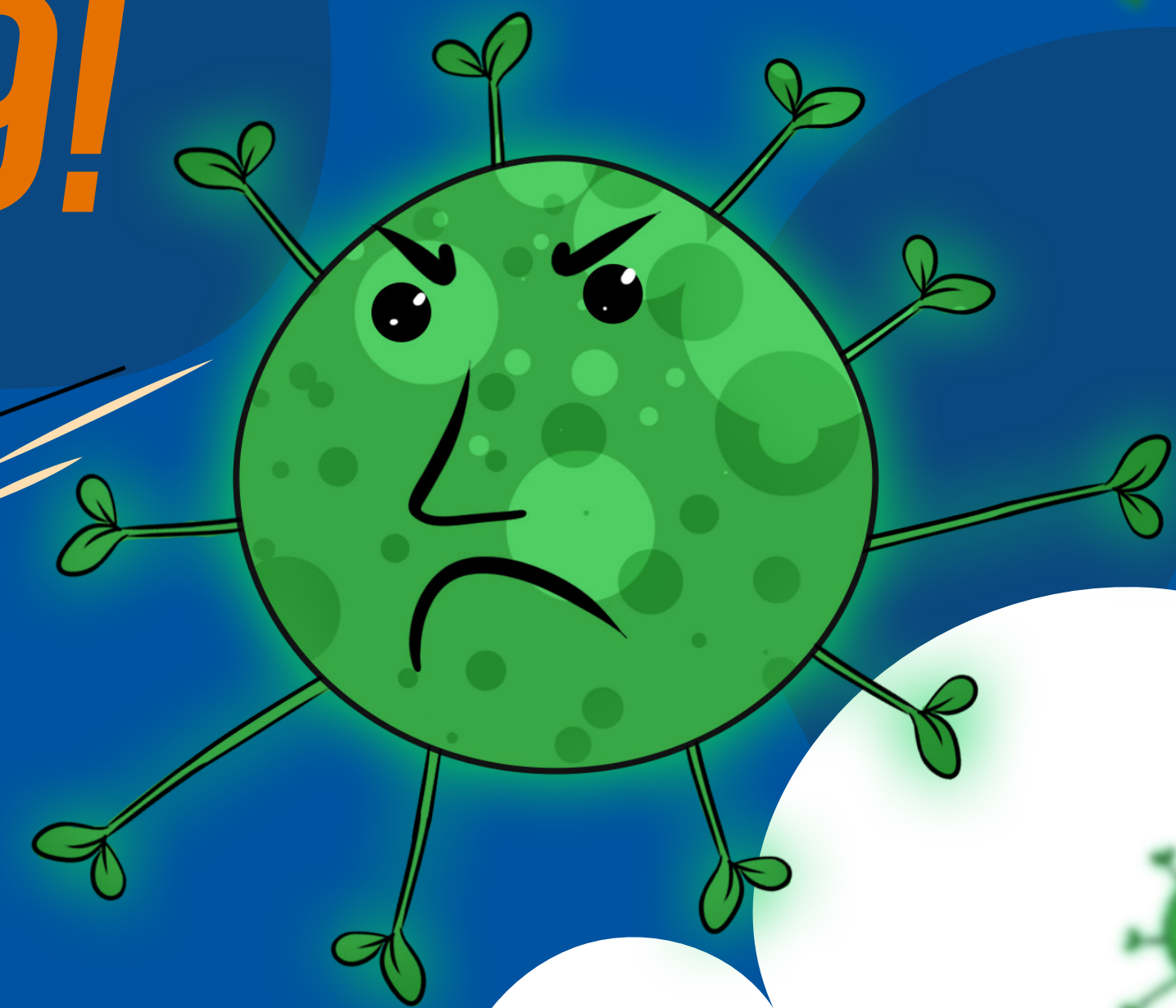
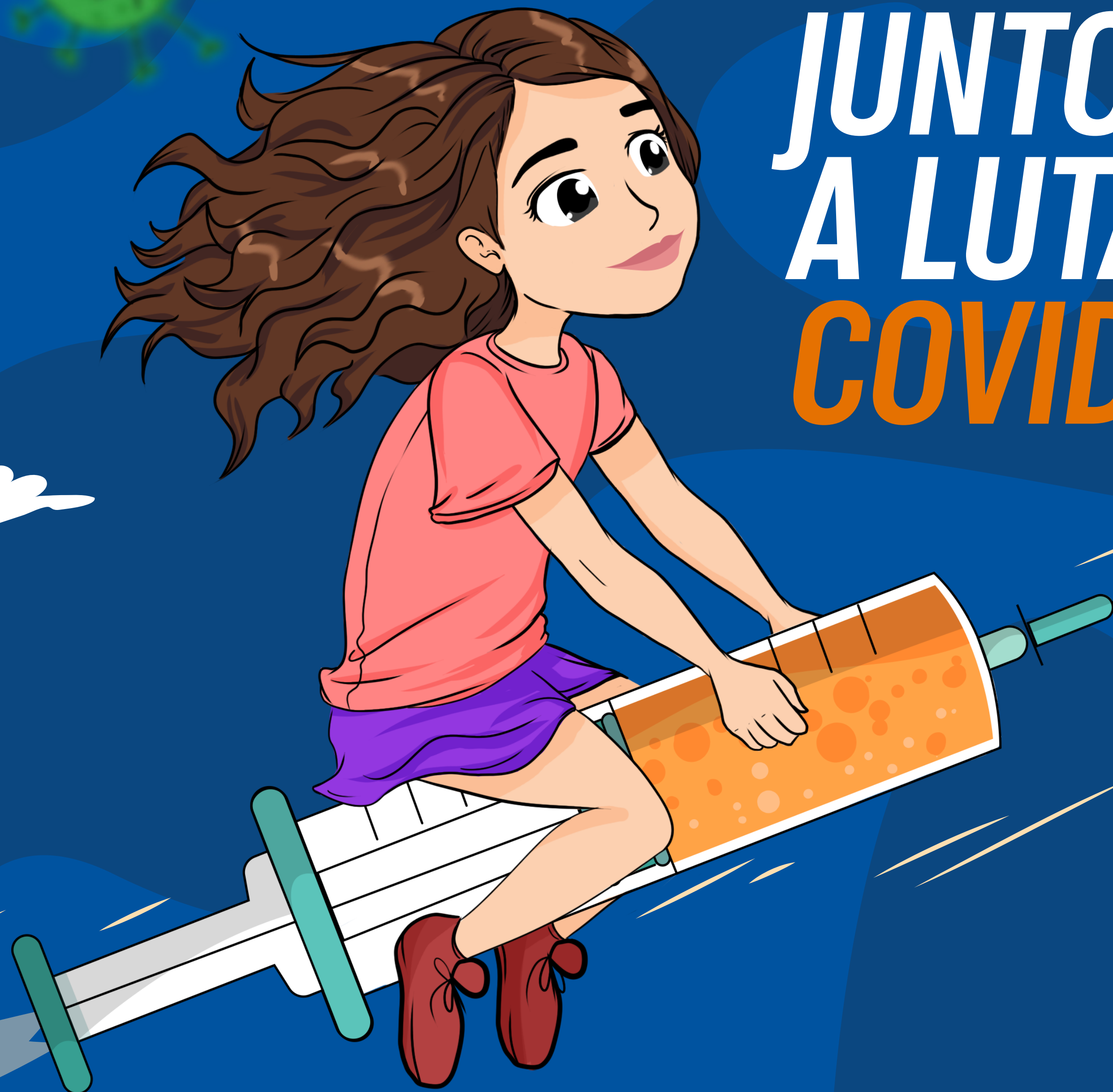
As vacinas são muito seguras e passam por rigorosos testes de segurança, incluindo estudos clínicos, antes de serem aprovadas para o público. Elas só são registradas e distribuídas caso atendam a rigorosos padrões de qualidade e segurança.

A vacina é uma imunização ativa, pois nosso corpo irá produzir sua defesa contra um antígeno. Já o Soro é uma imunização passiva, é uma forma de tratamento, não de prevenção. Segundo o Instituto Butanta, os cavalos possuem capacidade de produzir um grande número de anticorpos que podem auxiliar os cientistas na descoberta de medicamentos para cura de várias doenças, inclusive a COVID-19.

Assim, desde 1901 a elaboração de alguns medicamentos são possíveis com a ajuda desses fortes animais, que permanecem saudáveis!

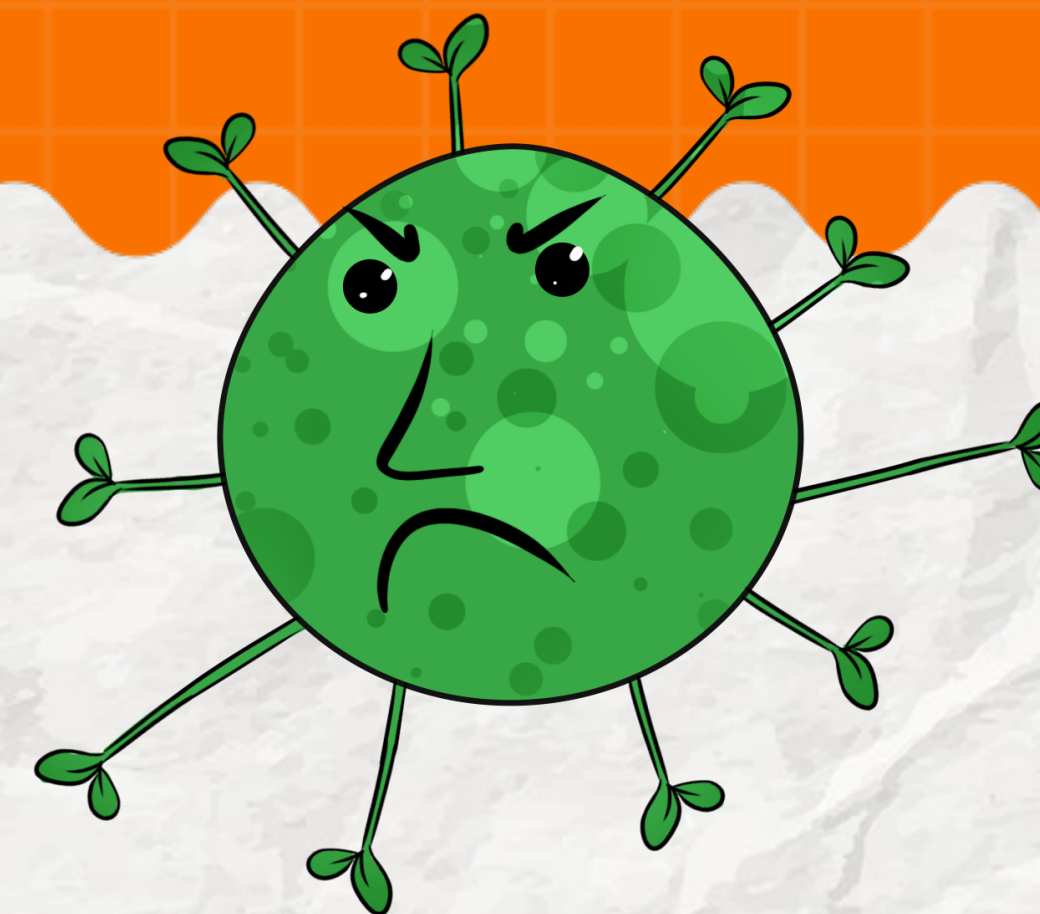


JUNTOS VENCEREMOS A LUTA CONTRA A COVID-19!



PLANEJAMENTO - AULA #01

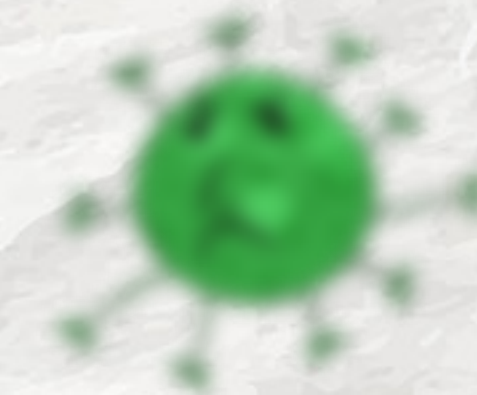
O VÍRUS



Identificar sintomas do vírus da Covid e contextualizar com o quadro de Pandemia Global da COVID-19.
Tempo estimado: 40 minutos.

Exercícios aula #01

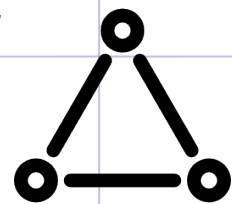

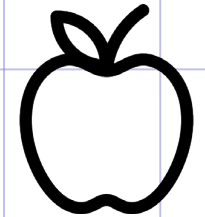
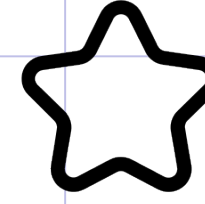
4 atividades sobre vírus e sintomas da doença COVID-19.
Tempo estimado: 15 minutos.

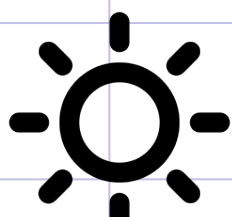

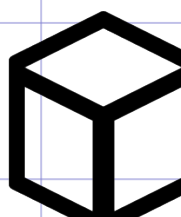


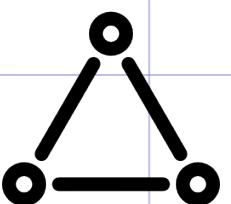
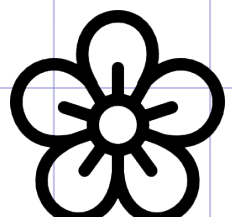
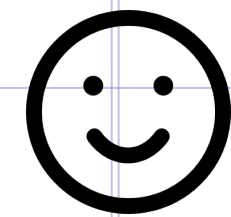
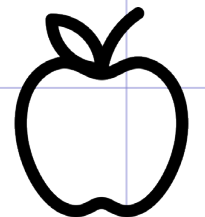
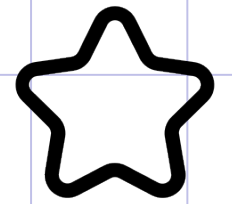
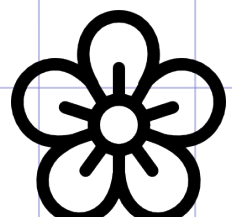
Nome: _____


EXERCÍCIO 01

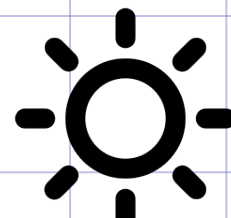
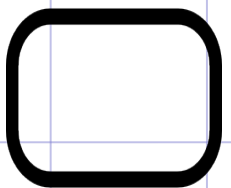
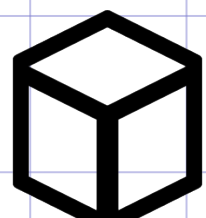

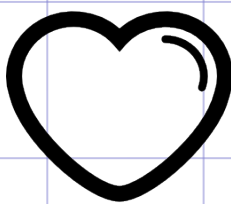

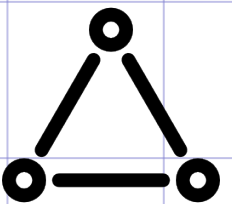
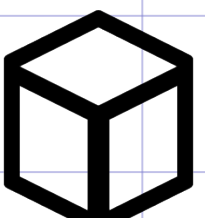
Observe o enigma e tente decifrar!

V  A  C  I  N 

E  P  R  T  O 

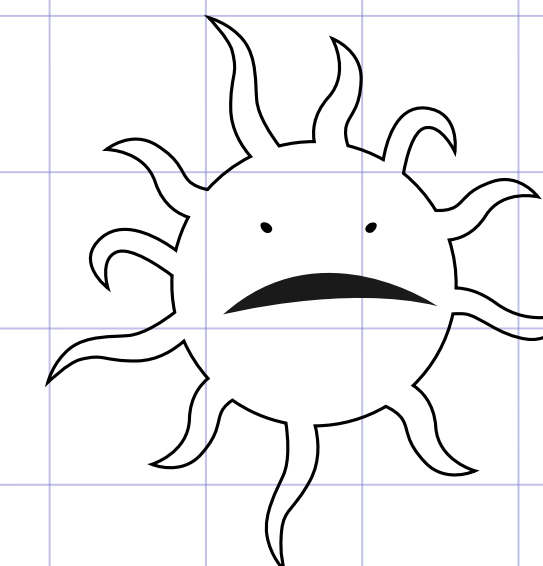
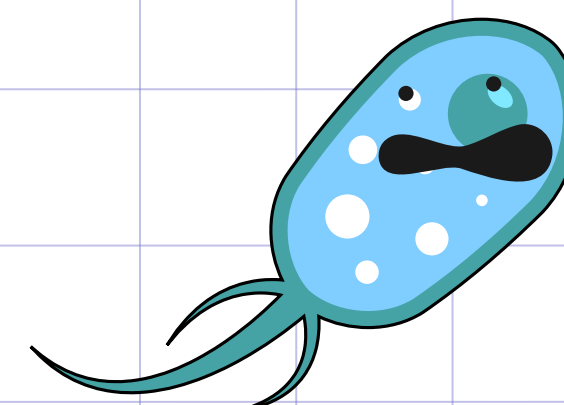
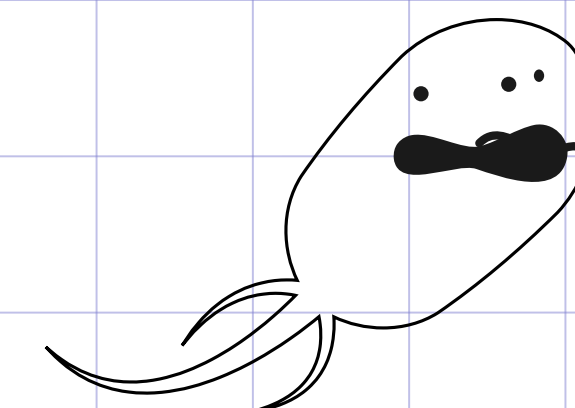
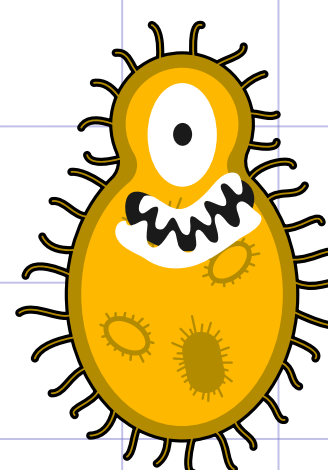
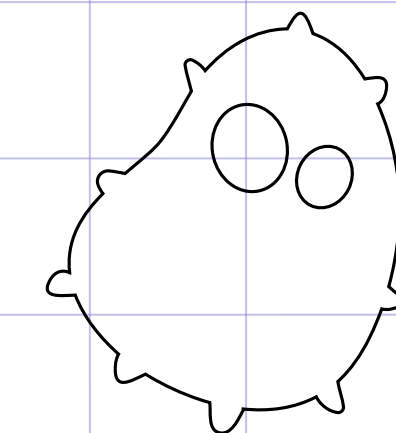
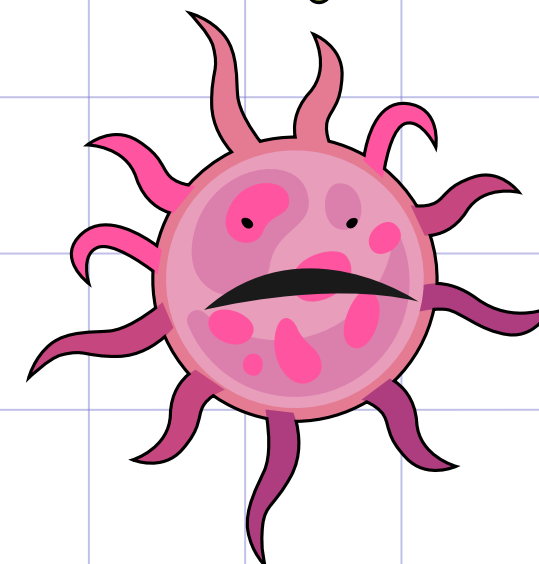
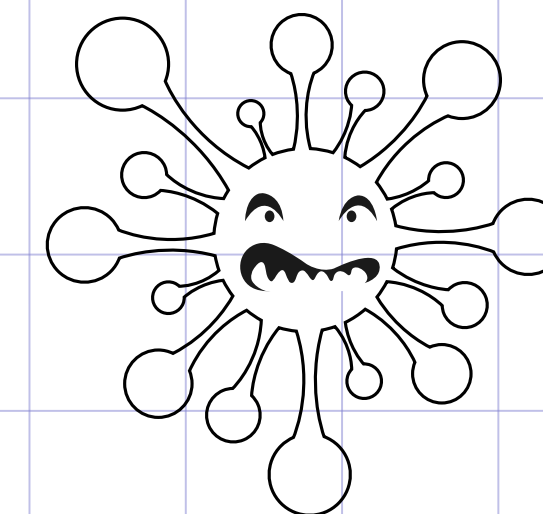
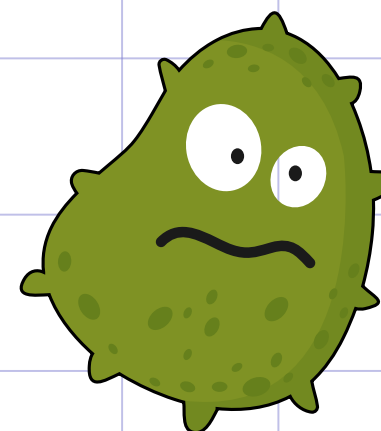
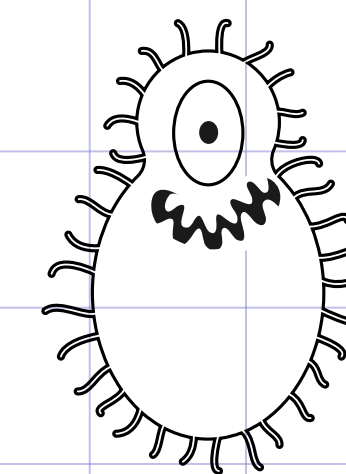
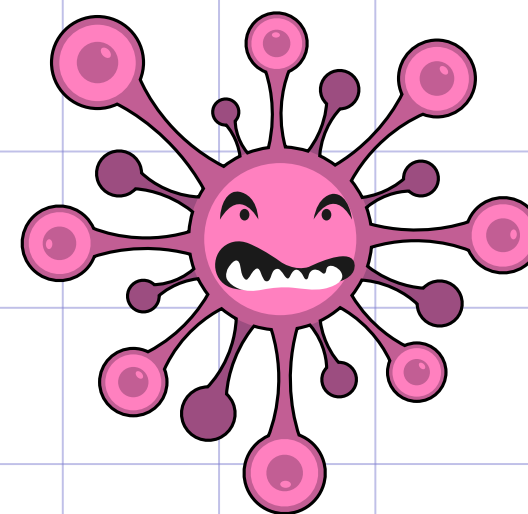


Nome: _____

EXERCÍCIO 02

Ligue os tipos de vírus a sua imagem espelho com diferentes tipos de tracejados, para simular diversos tipos de contágio.



Nome: _____

EXERCÍCIO 03

Faça uma **pequena encenação de um sintoma** da COVID-19 para que a turma tente adivinhar. Depois discuta sobre as **semelhanças com sintomas de outras doenças**



Nome: _____

EXERCÍCIO 04

Pinte os sintomas da COVID-19 e marque um X naqueles que não representam.



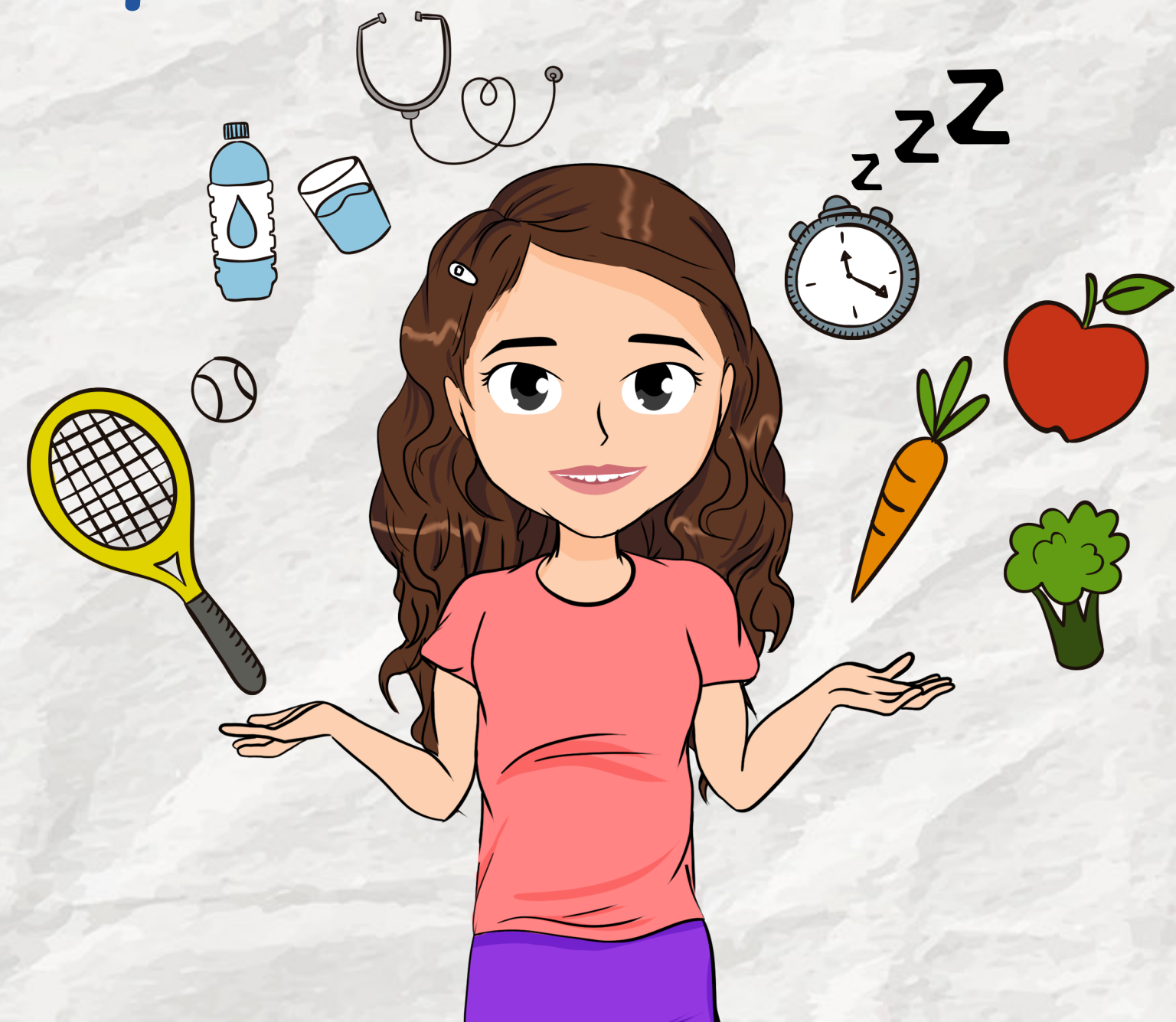
BARREIRAS CONTRA O VÍRUS DA COVID-19

Identificar como os vírus rompem as barreiras imunológicas e como ocorre a batalha celular contra esses agentes invasores. Reconhecer que a alimentação saudável é fundamental na luta contra o vírus.
Tempo estimado: 40 minutos.

Exercícios aula #02

Atividades de revisão sobre o conteúdo da aula.

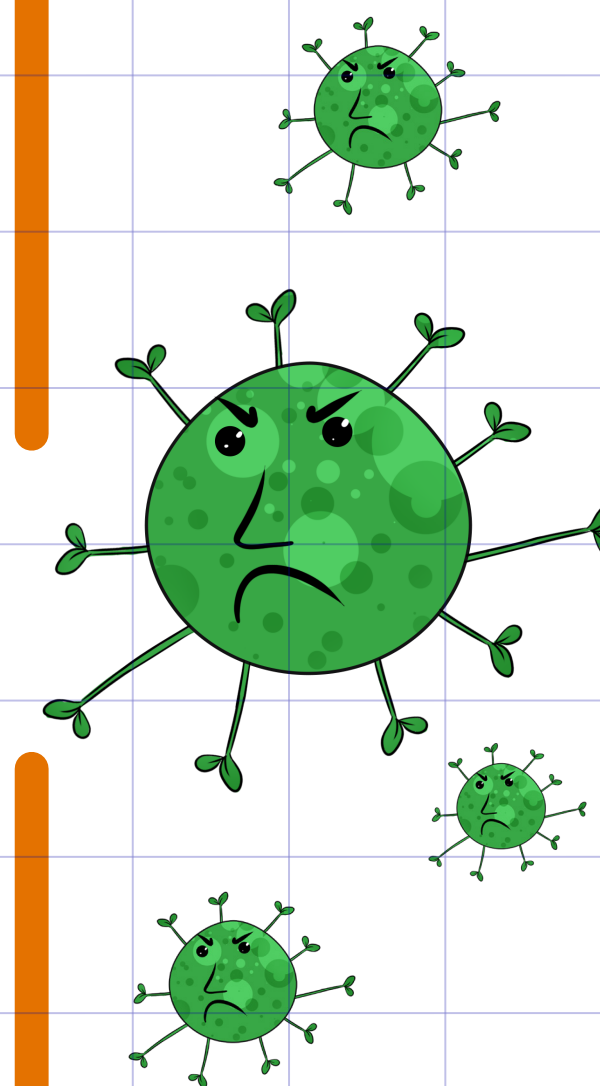
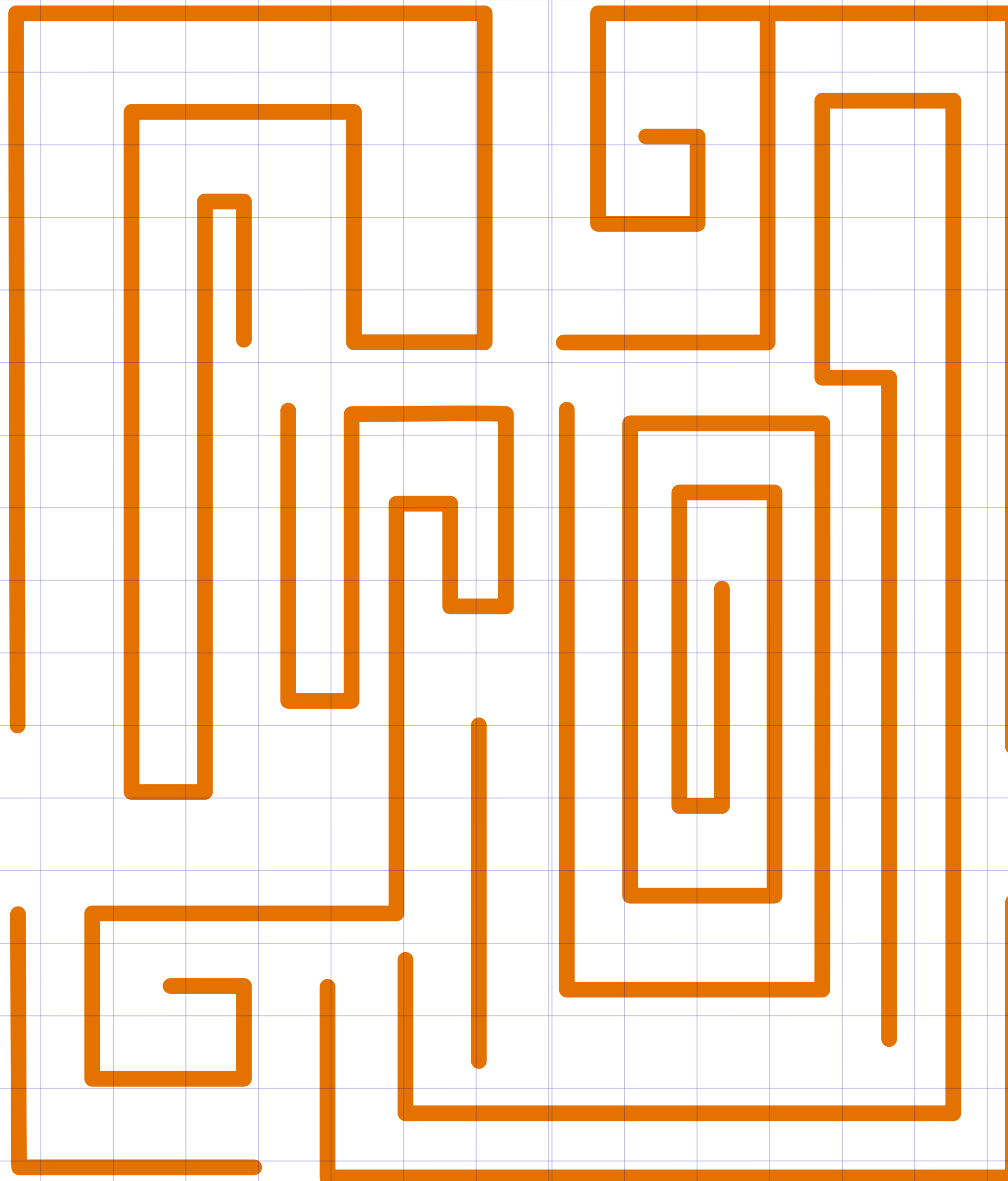
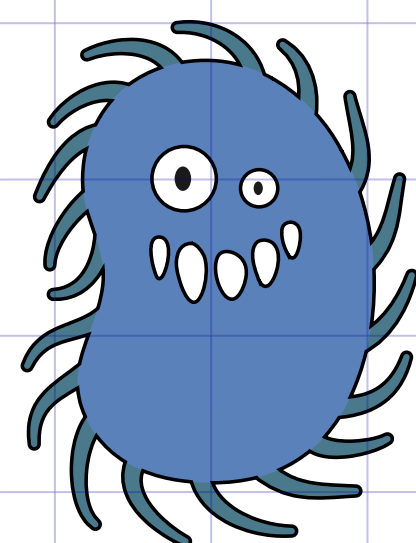
Tempo estimado: 15 minutos.



Nome: _____

EXERCÍCIO 05

Leve o **Linfócito T** até o vírus **COVID-19** para combatê-lo



Nome: _____

EXERCÍCIO 06

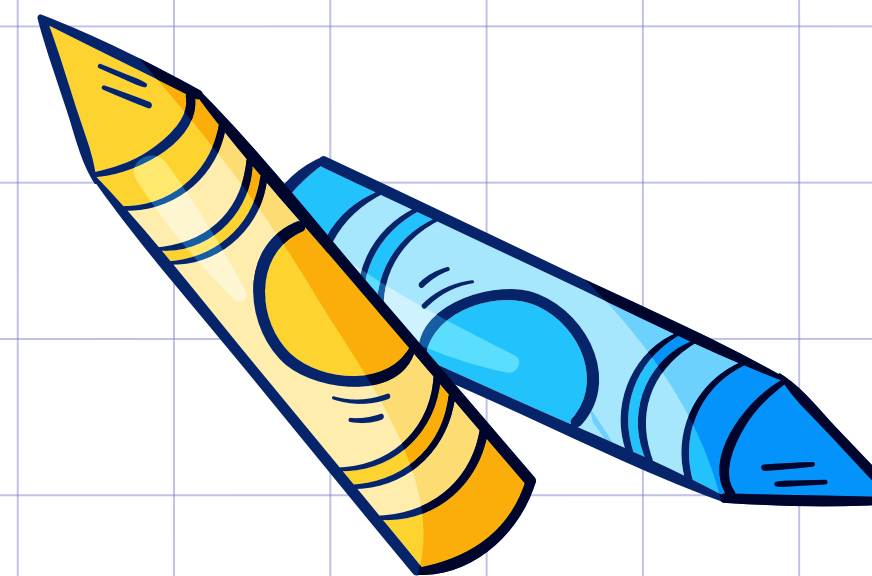
Encontre as formas de contágio do coronavírus: **Tosse, Espirro,** pela **Boca, Mãos** contaminadas, pelos **Olhos, Conversa** próxima.

L	H	J	C	E	F	W	L	S	D	T
V	V	C	O	S	P	O	J	G	L	I
D	C	X	N	P	T	F	F	X	N	H
U	K	N	V	I	O	V	K	I	N	Y
D	L	K	E	R	O	P	B	O	C	A
K	D	K	R	R	L	J	G	Y	P	U
E	Y	T	S	O	H	X	Q	L	X	A
K	B	O	A	K	O	P	C	O	M	I
D	B	S	Z	O	S	Y	R	G	Ã	N
U	V	S	H	I	W	L	B	E	O	J
N	Q	E	F	A	C	P	L	Z	S	W

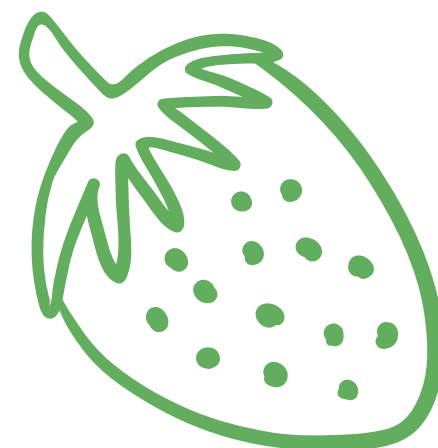
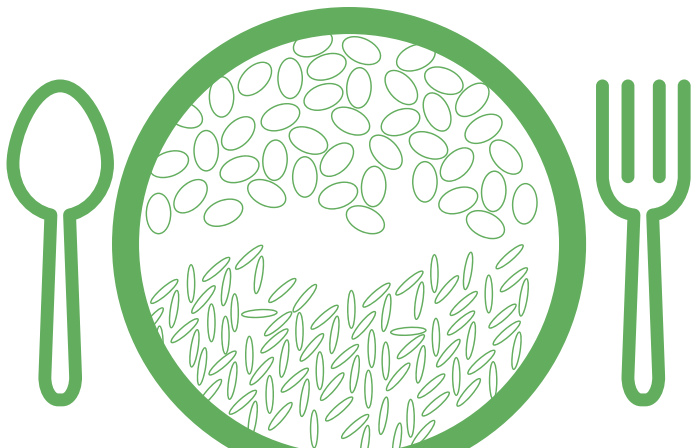
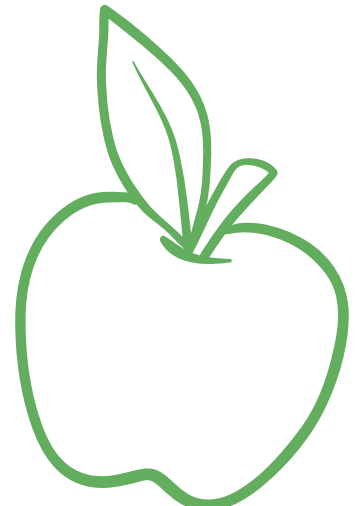


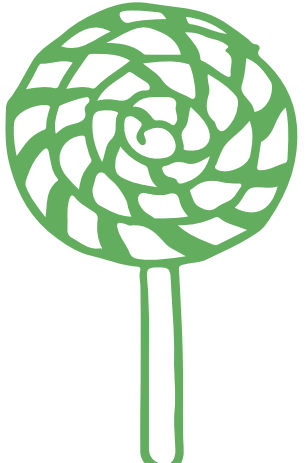


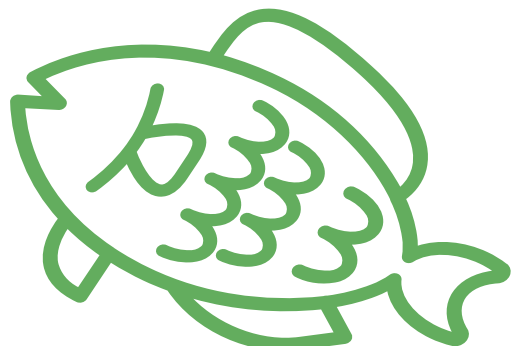
Nome: _____

EXERCÍCIO 07

Os alimentos mais importantes para nossa saúde



Pinte os alimentos mais importantes para nossa saúde, recorte e cole neste quadro

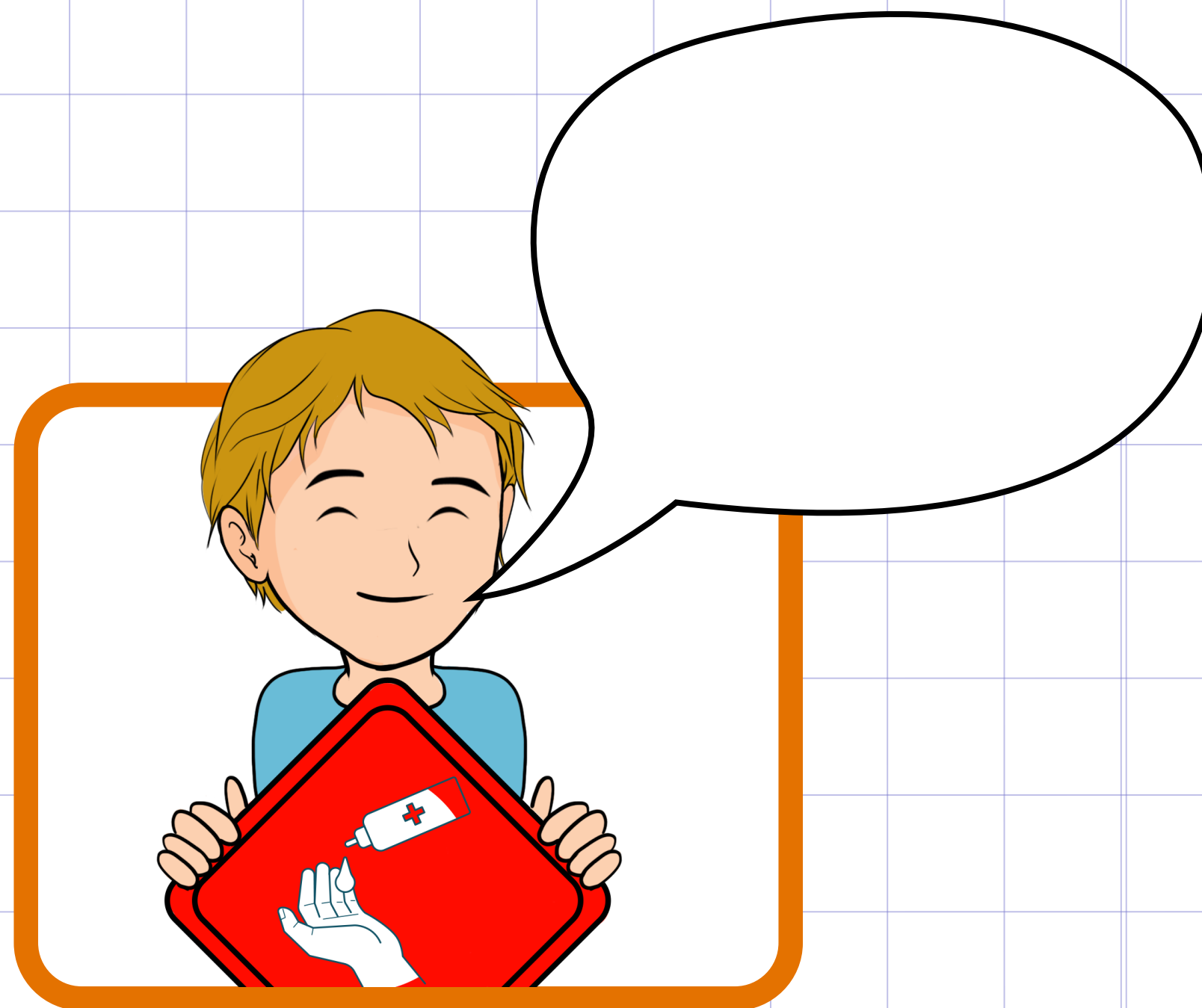
 morango	 arroz e feijão	 maça
 bolo	 cenoura e brócolis	 pirulito
 carne	 frango	 peixe

Nome: _____

EXERCÍCIO 08

CRIANDO LEGENDAS

Observe as ilustrações abaixo e crie uma legenda para cada uma.



Nome: _____

EXERCÍCIO 09

Marque um (x) na resposta que combina com você



1 - Lavo as mãos várias vezes ao dia

- sim
- não
- às vezes



2 - Uso a máscara no rosto corretamente, cobrindo o nariz e a boca

- sim
- não
- às vezes



3 - Uso álcool gel nas mãos

- sim
- não
- às vezes



4 - Tomo banho todos os dias

- sim
- não
- às vezes



5 - Consigo ter boas noites de sono

- sim
- não
- às vezes

PLANEJAMENTO - AULA #03

FORTALECENDO A SAÚDE

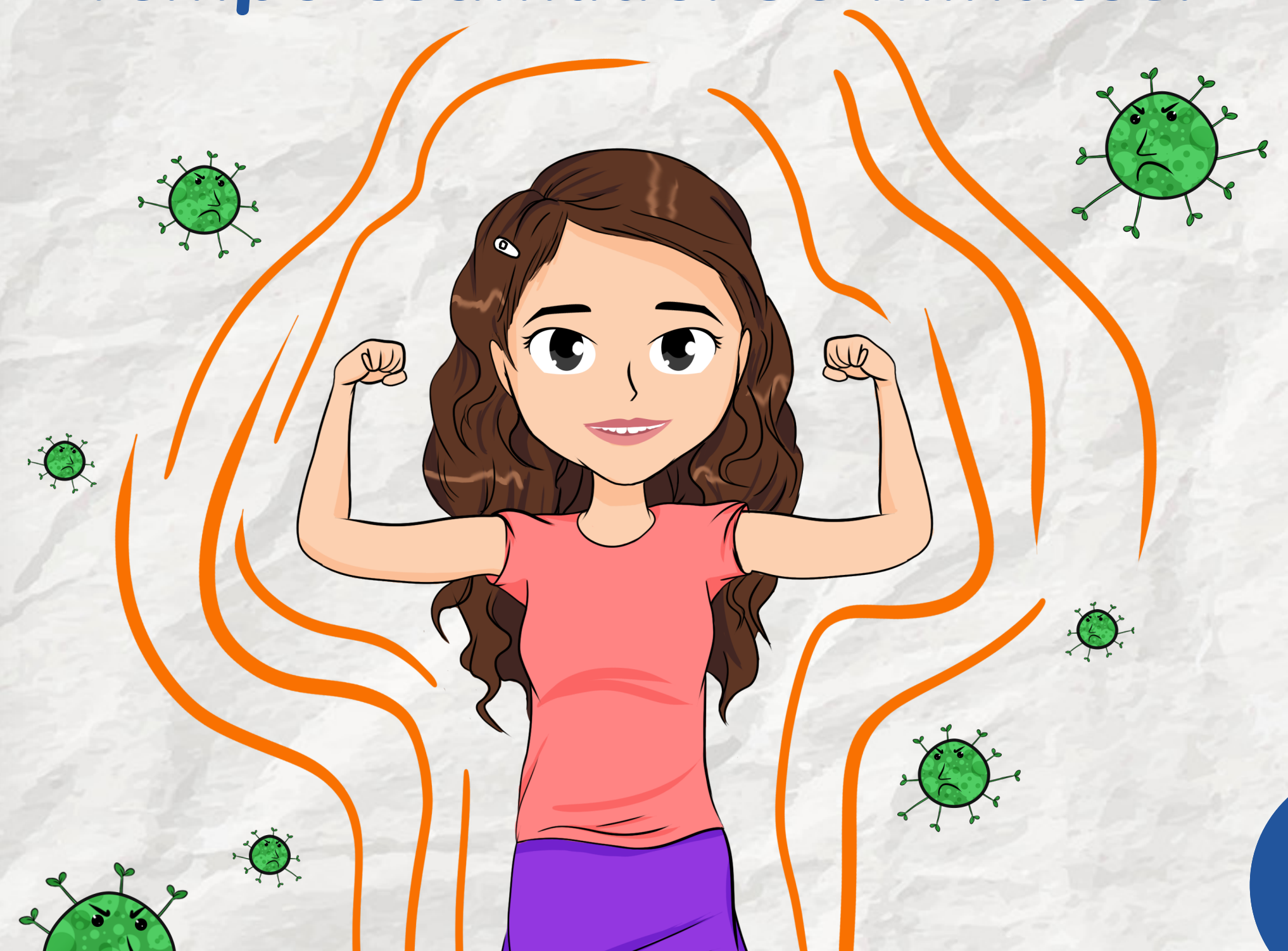
Conhecer os grupos alimentares saudáveis.

Reconhecer a importância da hidratação para o funcionamento do organismo.

Cuidar da higiene corporal.
Participar de brincadeiras ativas como prática de exercícios físicos regulares.

Exercícios aula #02

Sobre o fortalecimento da saúde
Tempo estimado: 30 minutos.

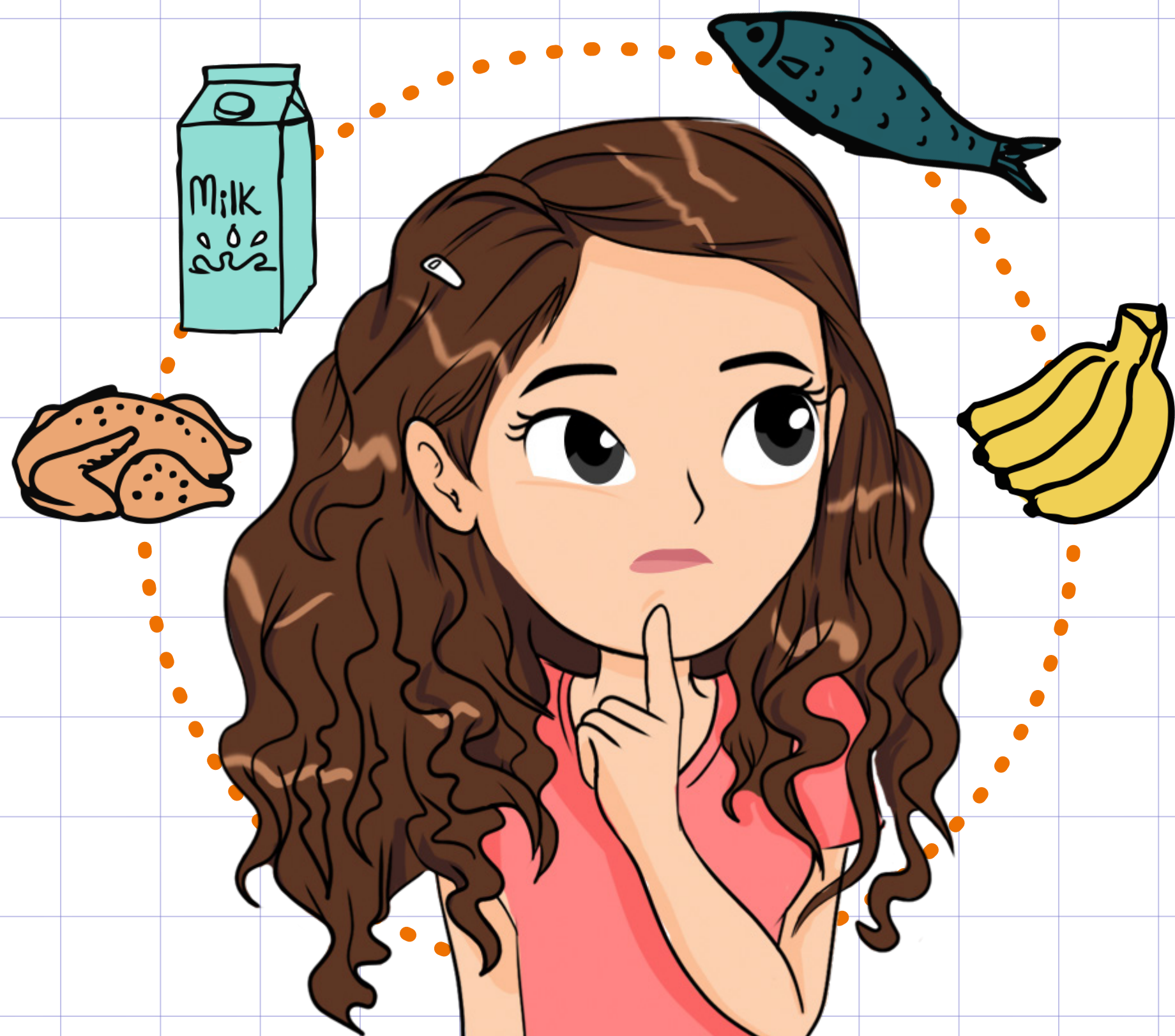


Nome: _____

EXERCÍCIO 10

Escreva **R** (reguladores)

C (construtores) e **E** (energéticos)

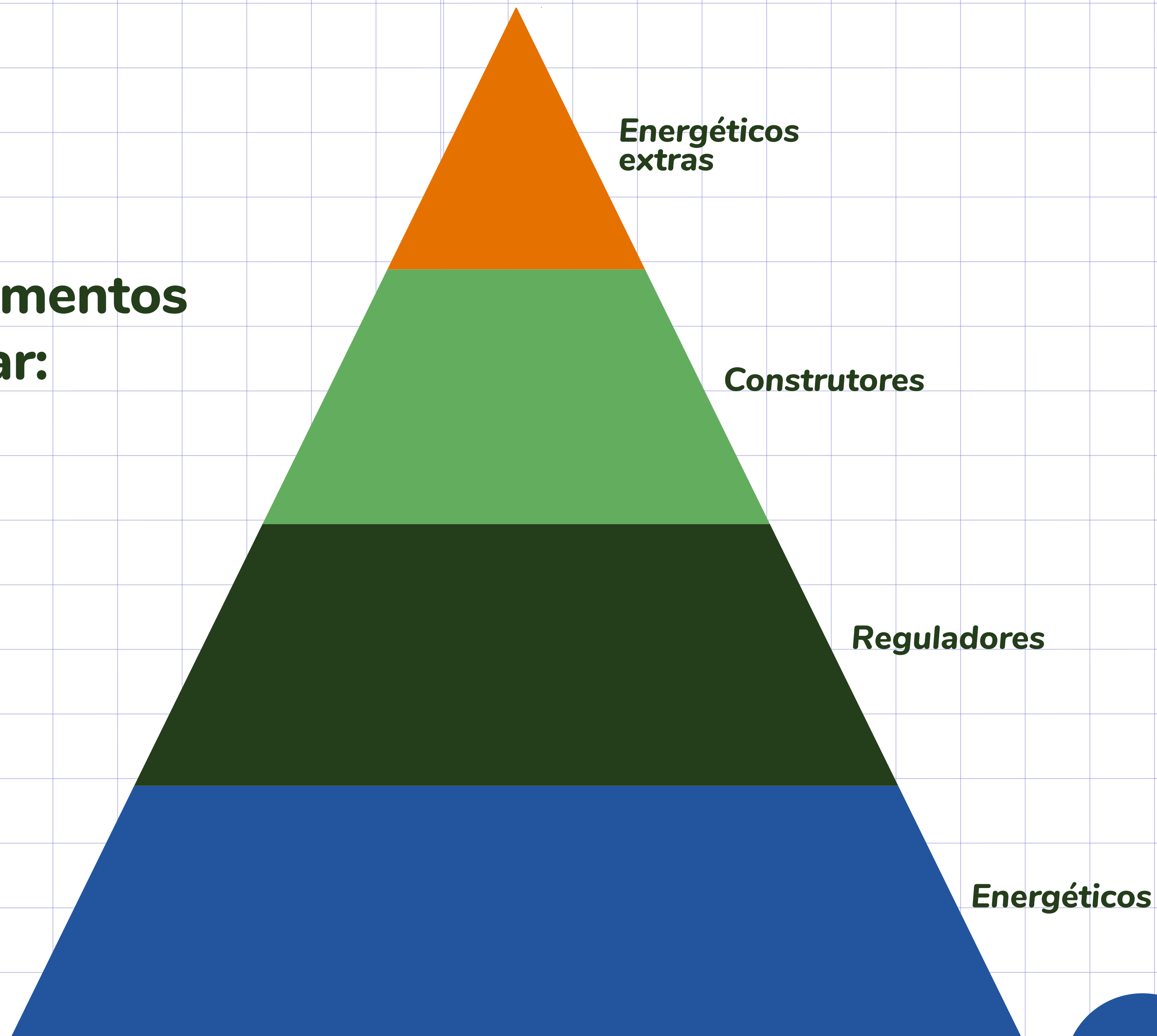
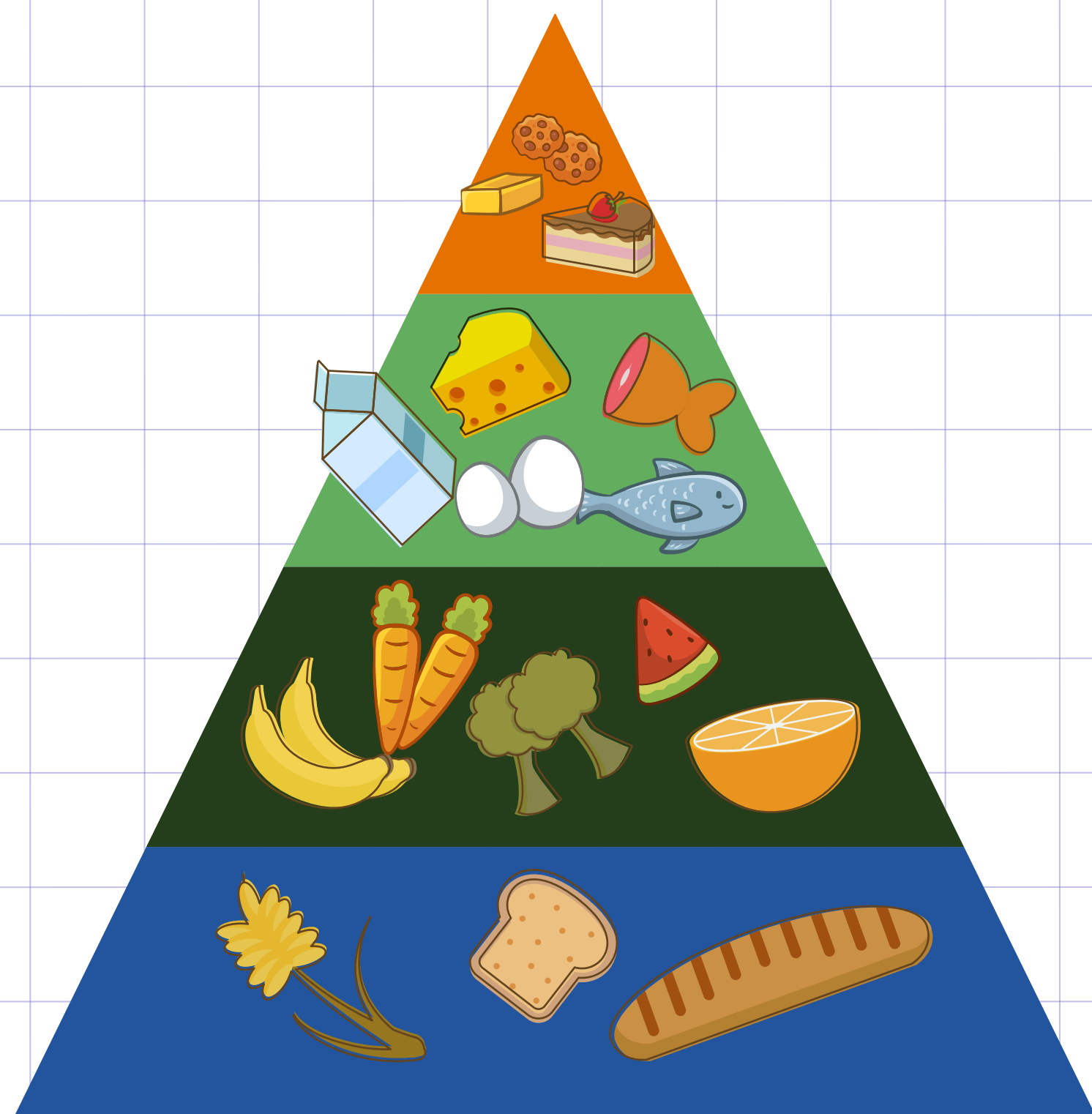


- | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Cenoura | <input type="checkbox"/> Abacate |
| <input type="checkbox"/> Leite | <input type="checkbox"/> Banana |
| <input type="checkbox"/> Gorduras | <input type="checkbox"/> Caju |
| <input type="checkbox"/> Queijo | <input type="checkbox"/> Carne |
| <input type="checkbox"/> Iogurte | <input type="checkbox"/> Atum |
| <input type="checkbox"/> Peixes | <input type="checkbox"/> Sardinha |
| <input type="checkbox"/> Soja | <input type="checkbox"/> Frango |
| <input type="checkbox"/> Feijão | |

Nome: _____

EXERCÍCIO 11

Desenhe ou escreva o nome dos alimentos para completar a pirâmide alimentar:



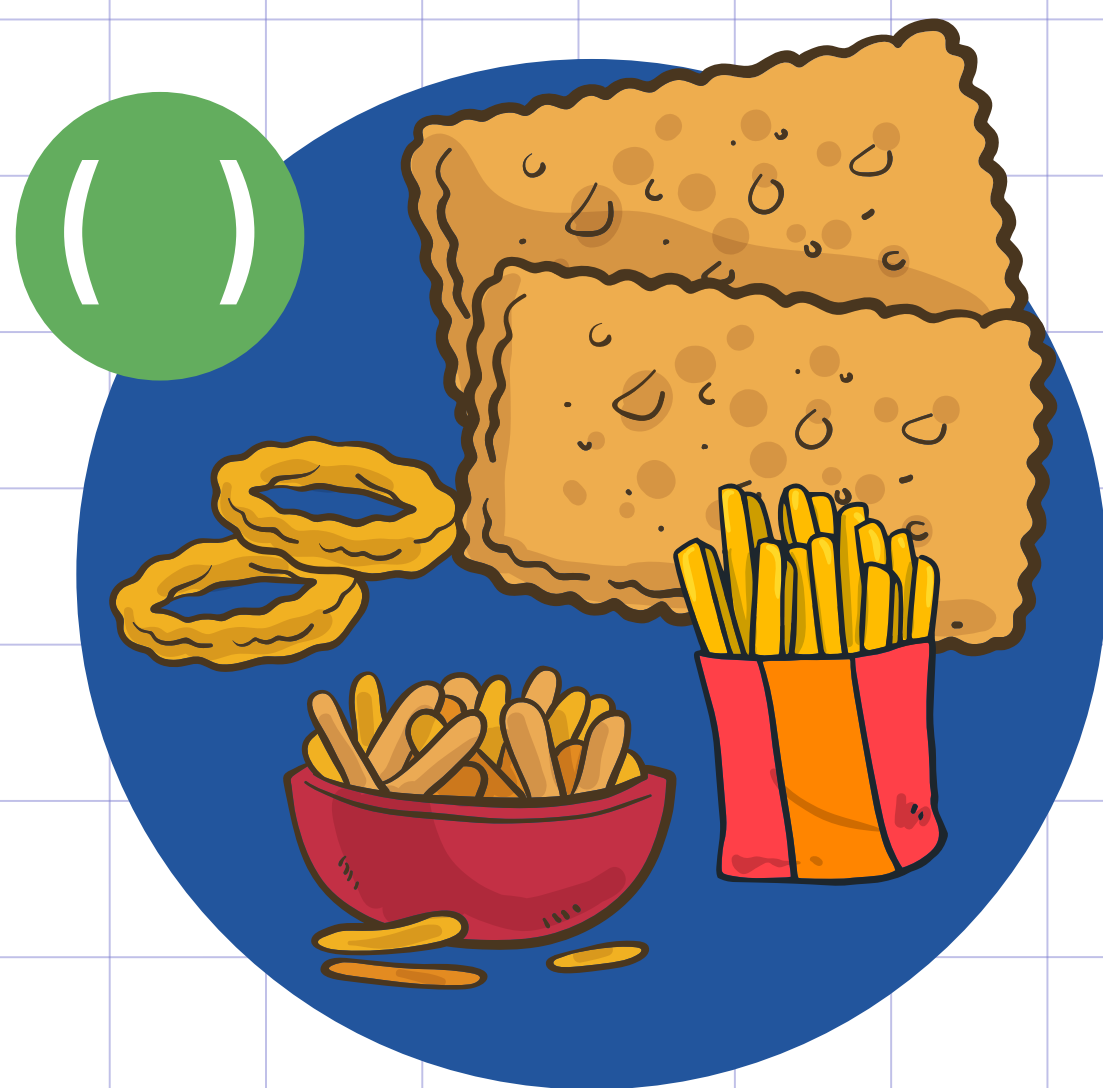
Nome: _____

EXERCÍCIO 12

Marque (X) na (s) resposta (s) correta (s):

Veja a pirâmide alimentar e observe que precisamos ter uma alimentação equilibrada para termos saúde, energia e bem estar.

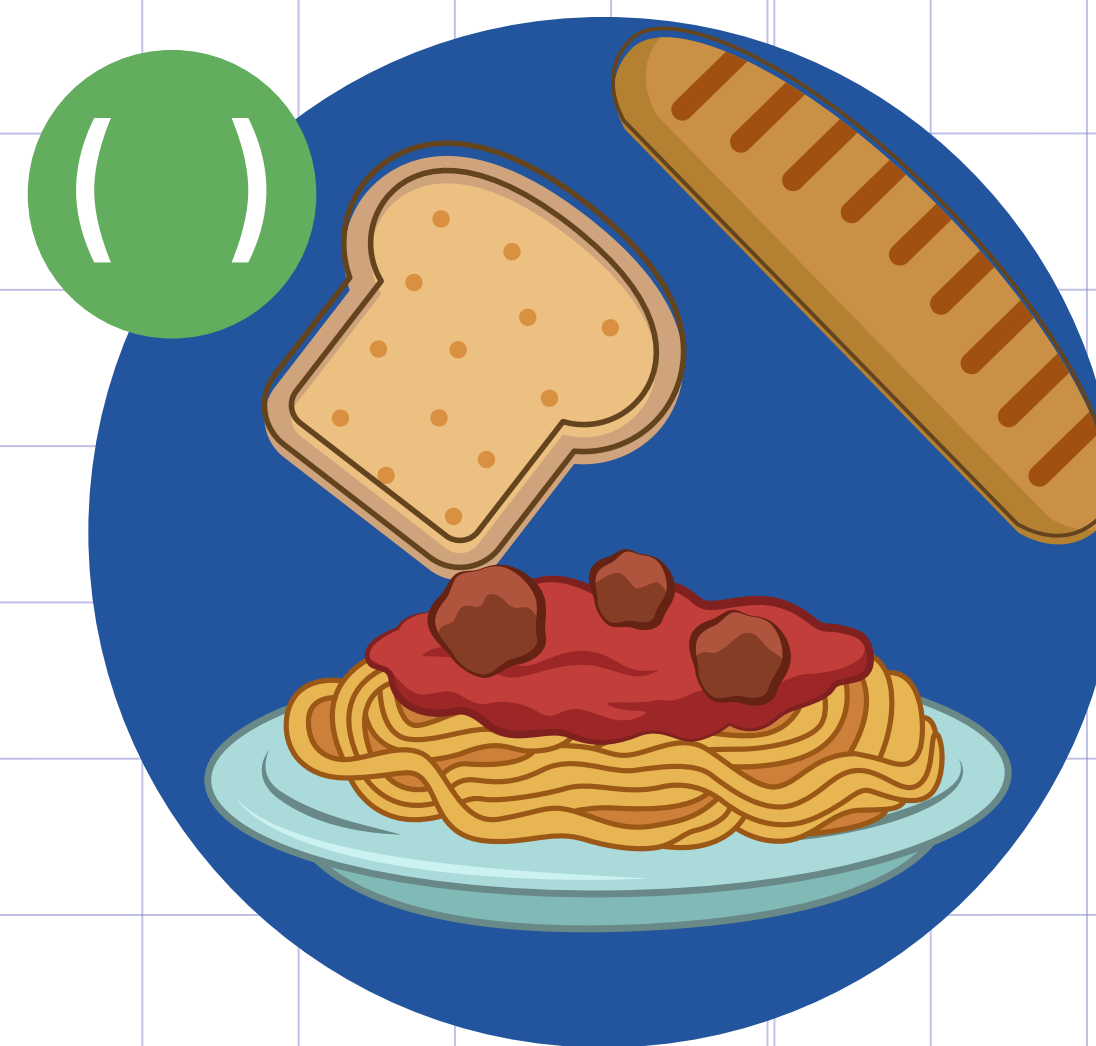
No seu topo encontram-se os alimentos que não devemos consumir em maior quantidade, e são eles:



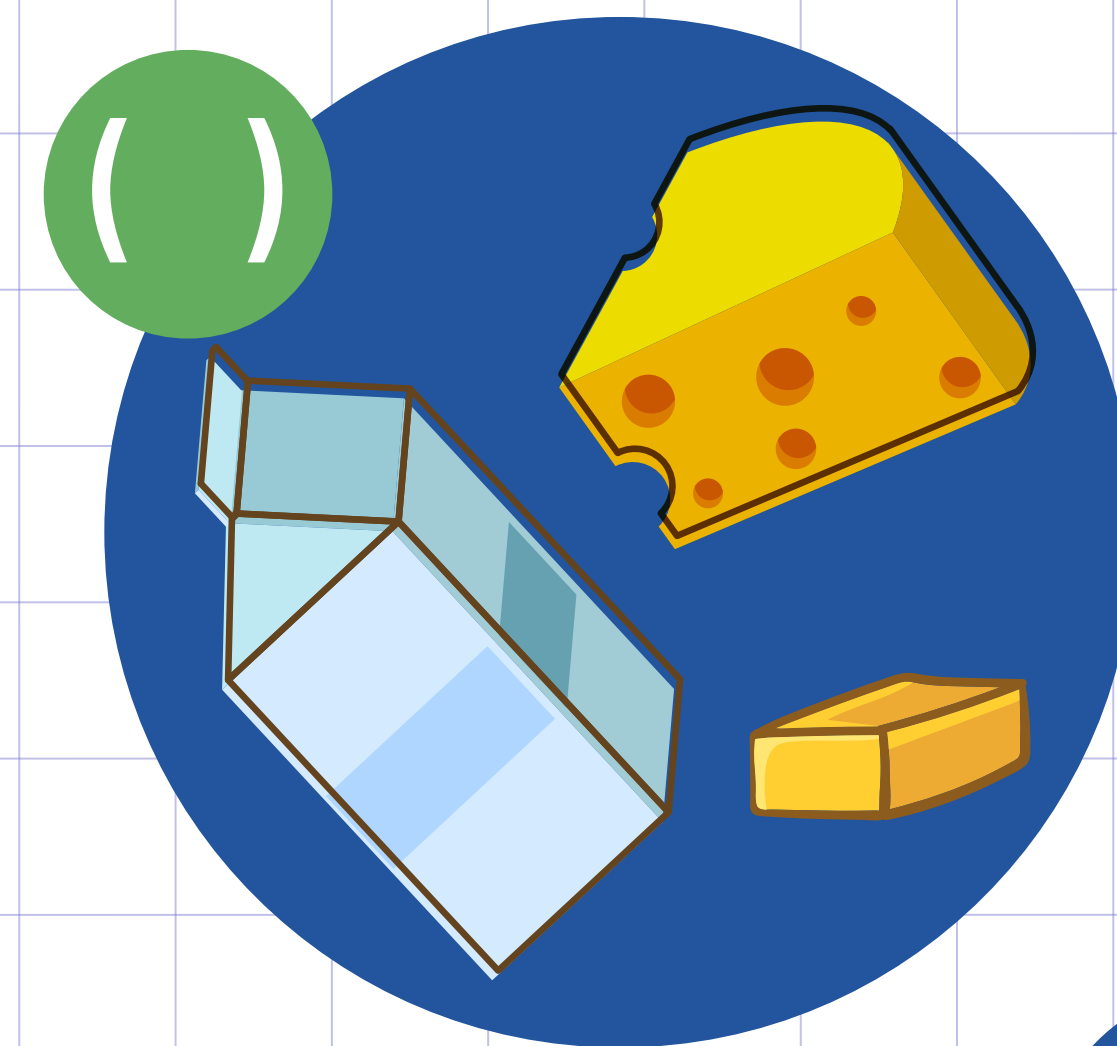
Gorduras, pasteis e salgadinhos



Bolachas, chocolates e outras guloseimas



Pães, batata, arroz e macarrão



Derivados de leite

Nome: _____

EXERCÍCIO 13

Para ter boa saúde é preciso:

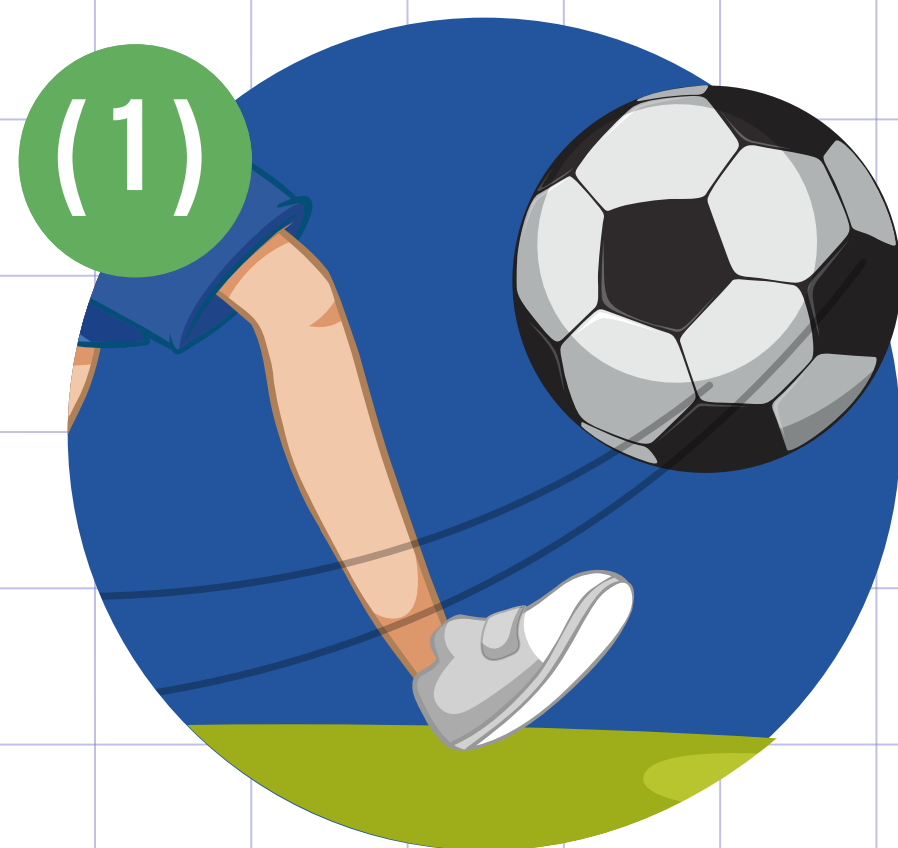
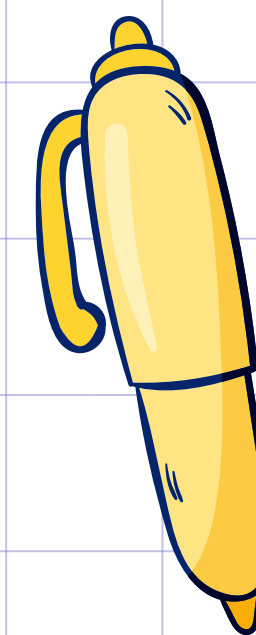
- Alimentar-se mal e não praticar esportes
- Não tomar banho e deixar as unhas sujas
- Praticar atividades físicas e alimentar-se bem
- Manter as roupas e calçados sempre sujos



Nome: _____

EXERCÍCIO 14

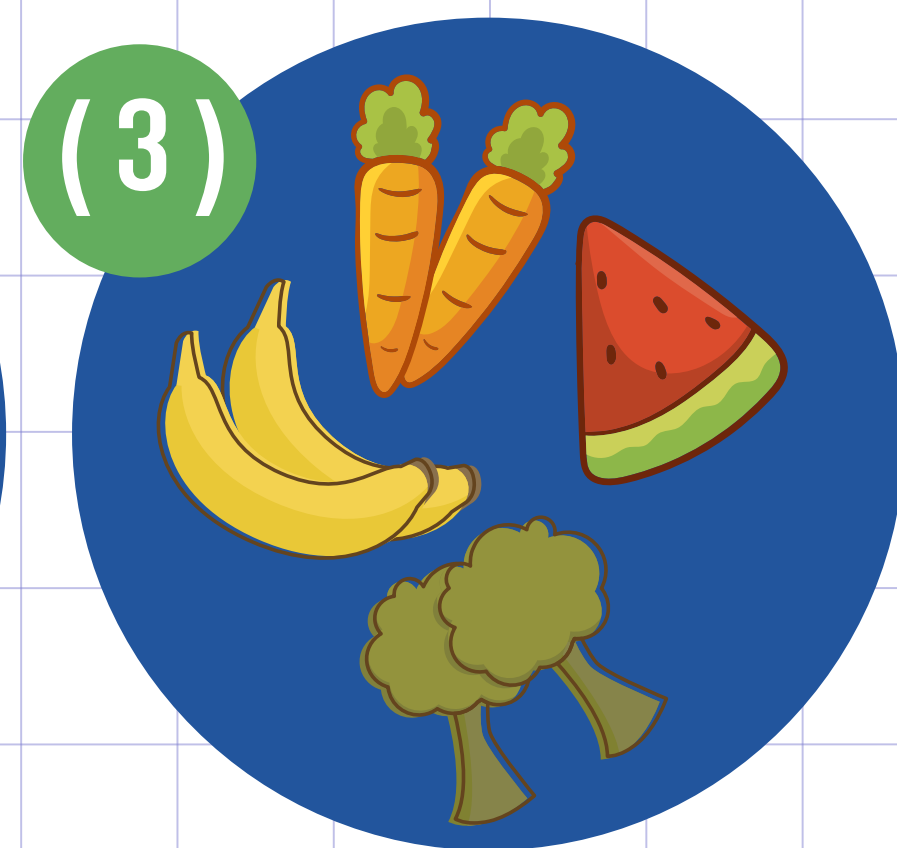
Relacione as figuras de acordo com a coluna a direita:



jogar bola



beber água



comer verduras,
legumes, frutas...



chocolate
e refrigerante

comida saudável

atividade física

energéticos extras

hidratação para
o corpo

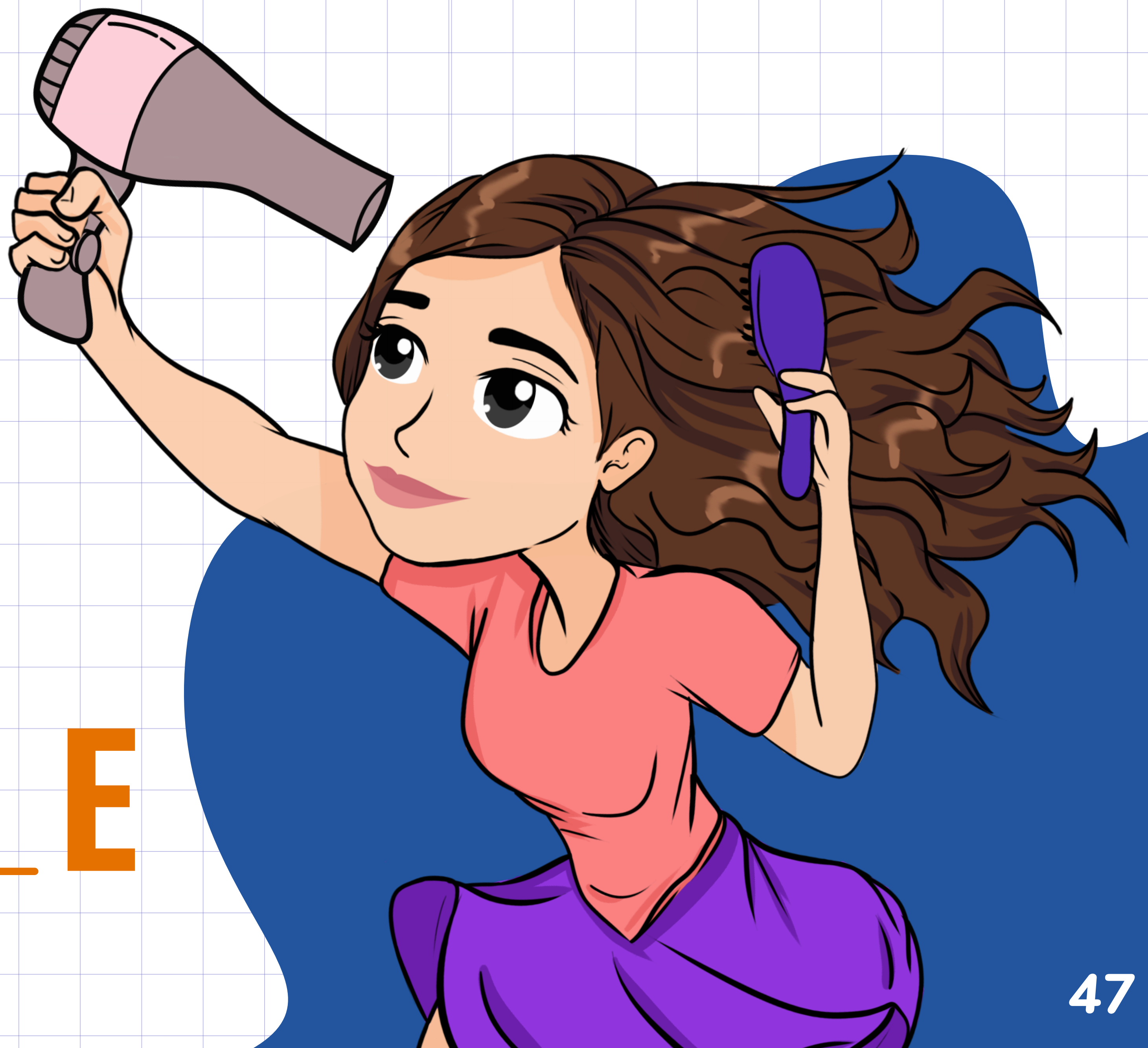
Nome: _____

EXERCÍCIO 15

Tomar banho, escovar os dentes, cuidar dos cabelos e ter roupas limpas é necessário para nosso bem-estar físico.

Leia a frase acima e complete a palavra chave:

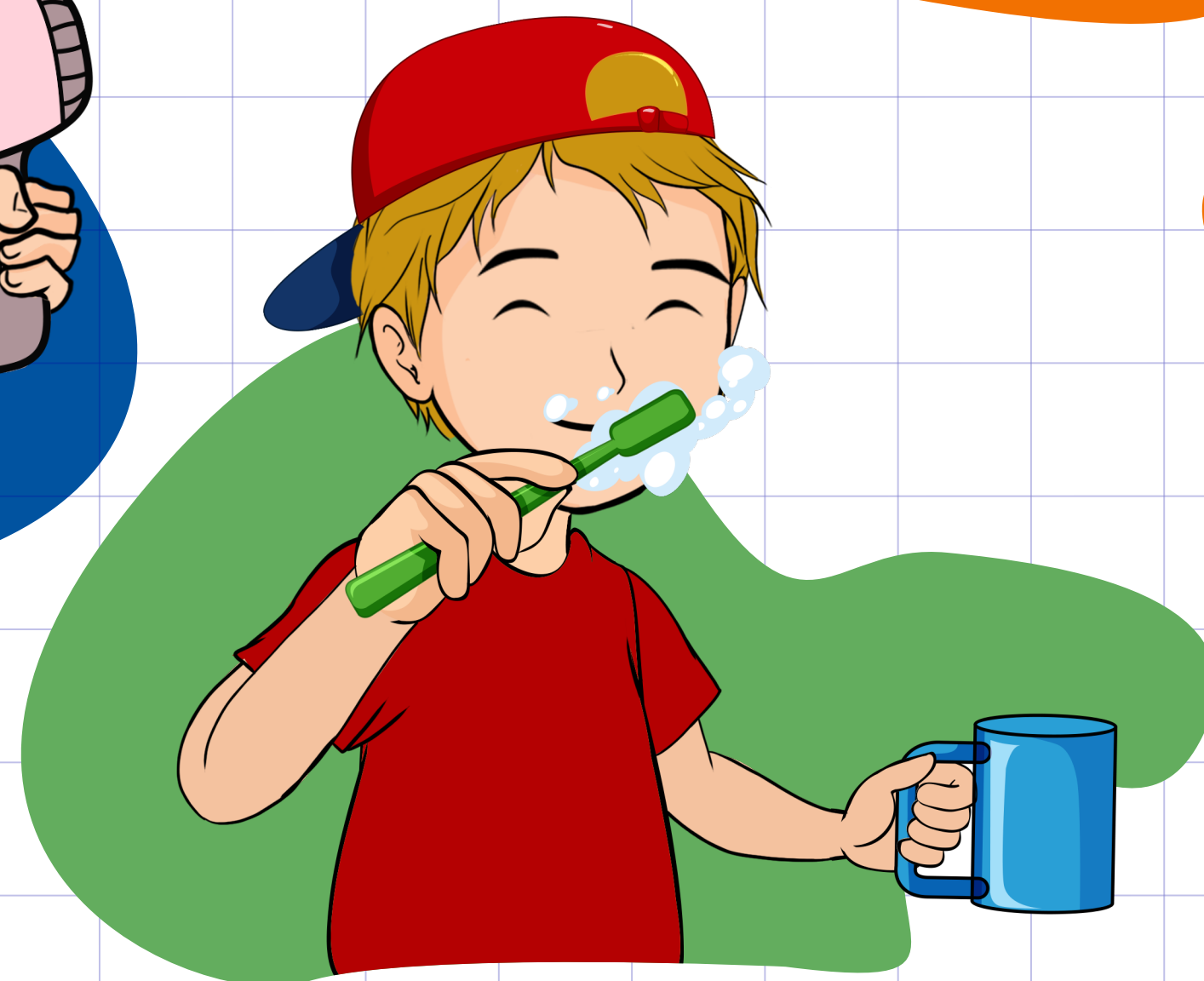
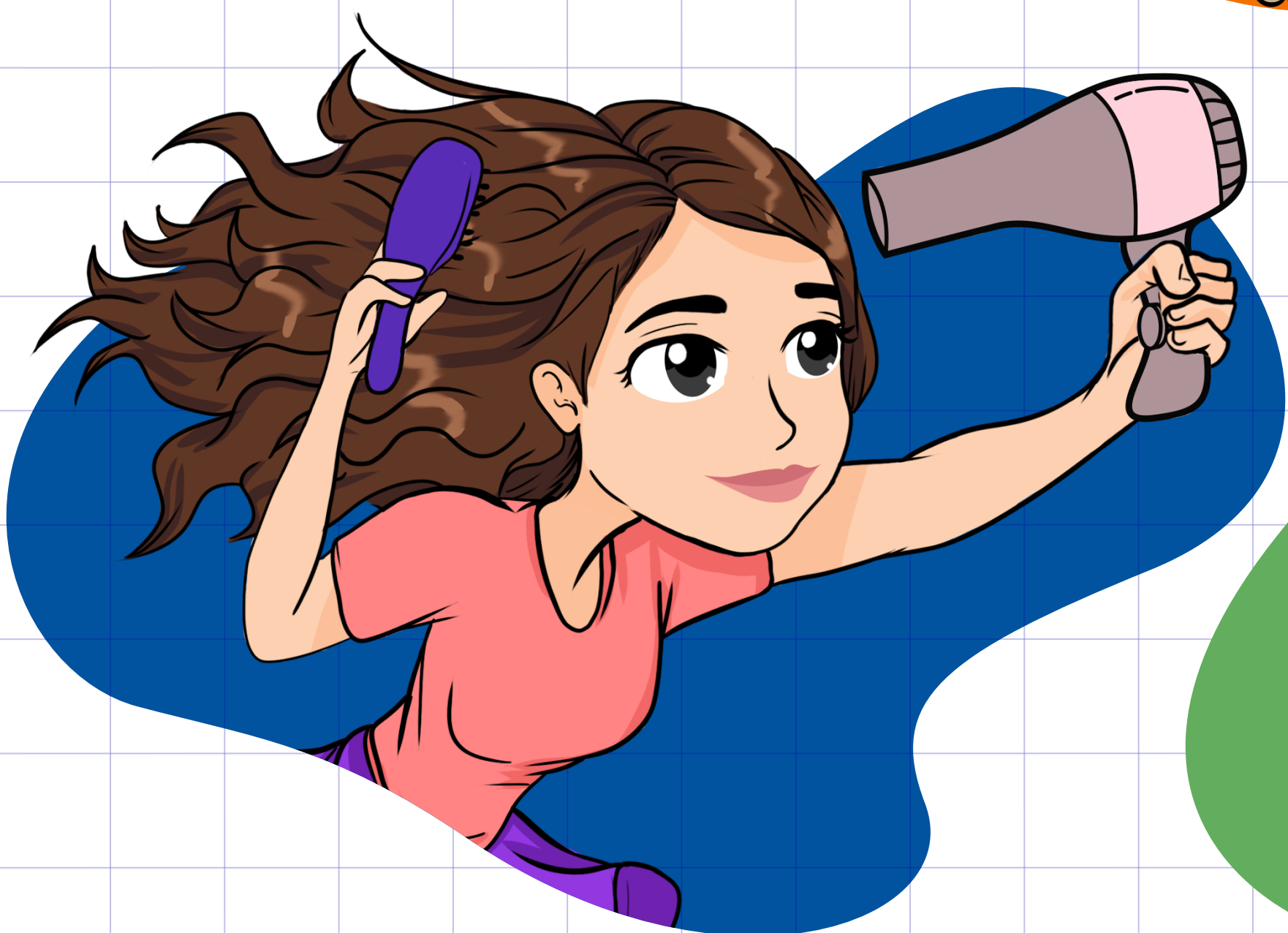
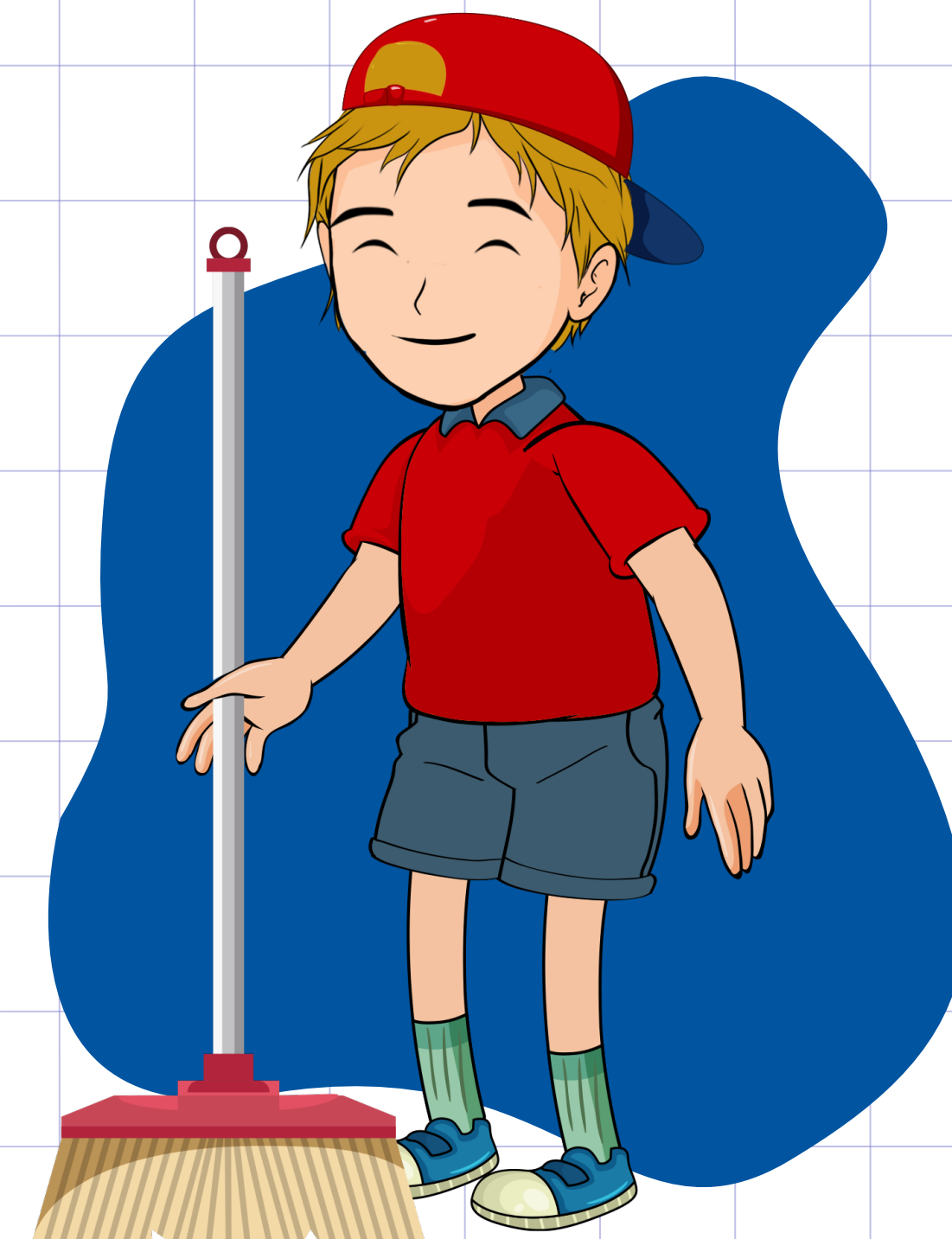
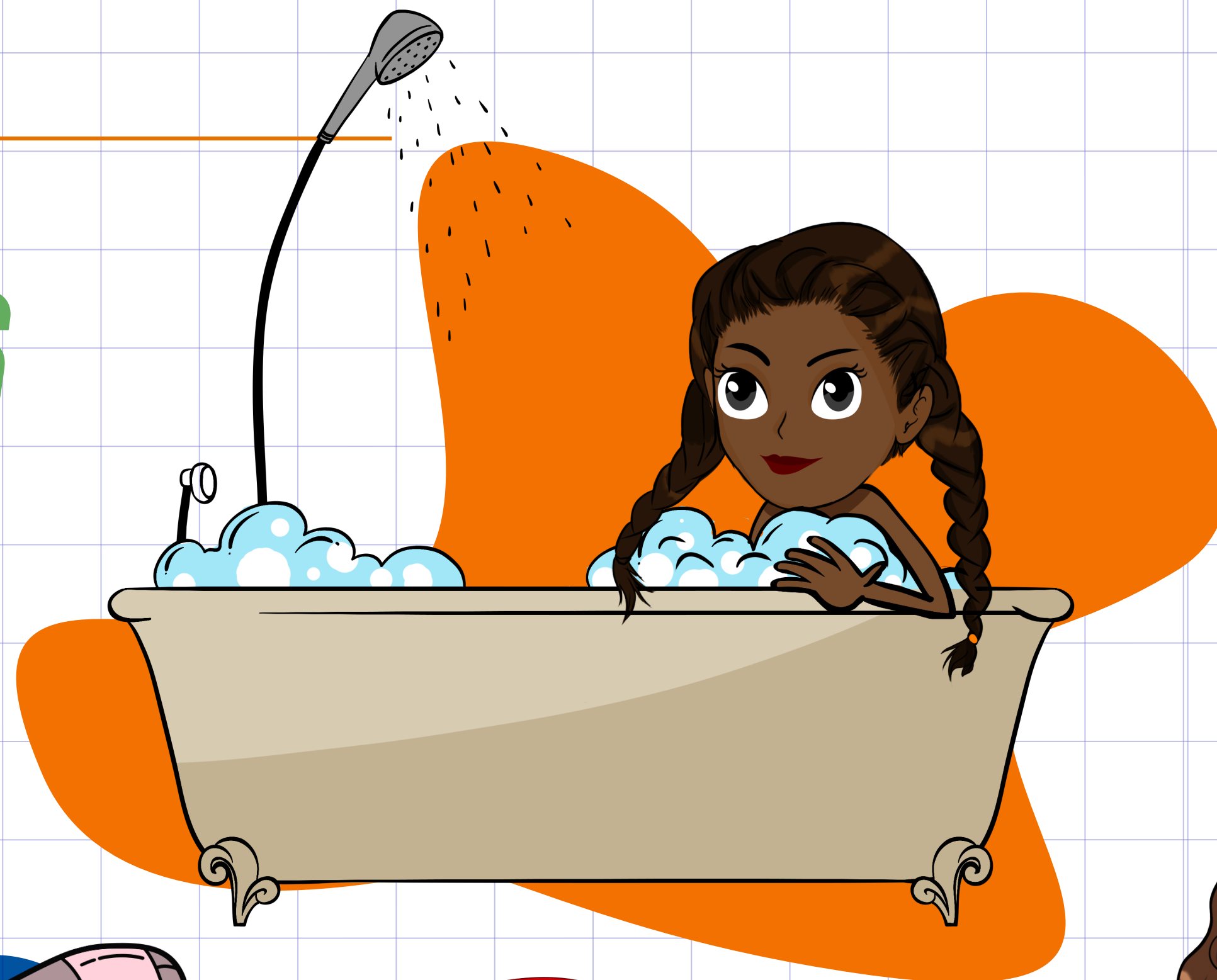
H _____ E



Nome: _____

EXERCÍCIO 16

Risque as imagens de
higiene corporal



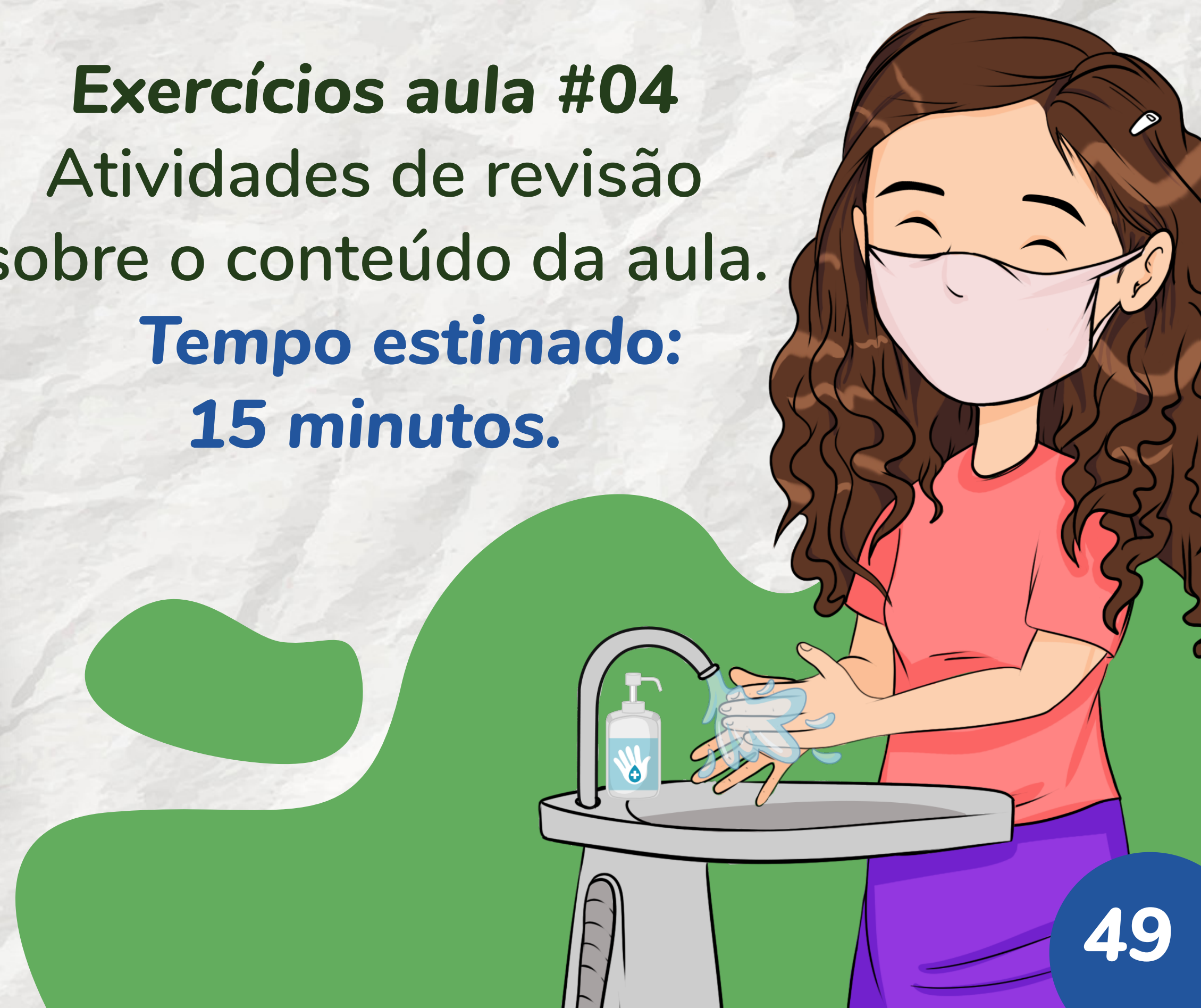
PLANEJAMENTO - AULA #04

PREVENÇÃO

Reconhecer os grupos de riscos para a doença, meios de prevenção e a importância da vacinação.
Tempo estimado: 40 minutos.

Exercícios aula #04
Atividades de revisão sobre o conteúdo da aula.

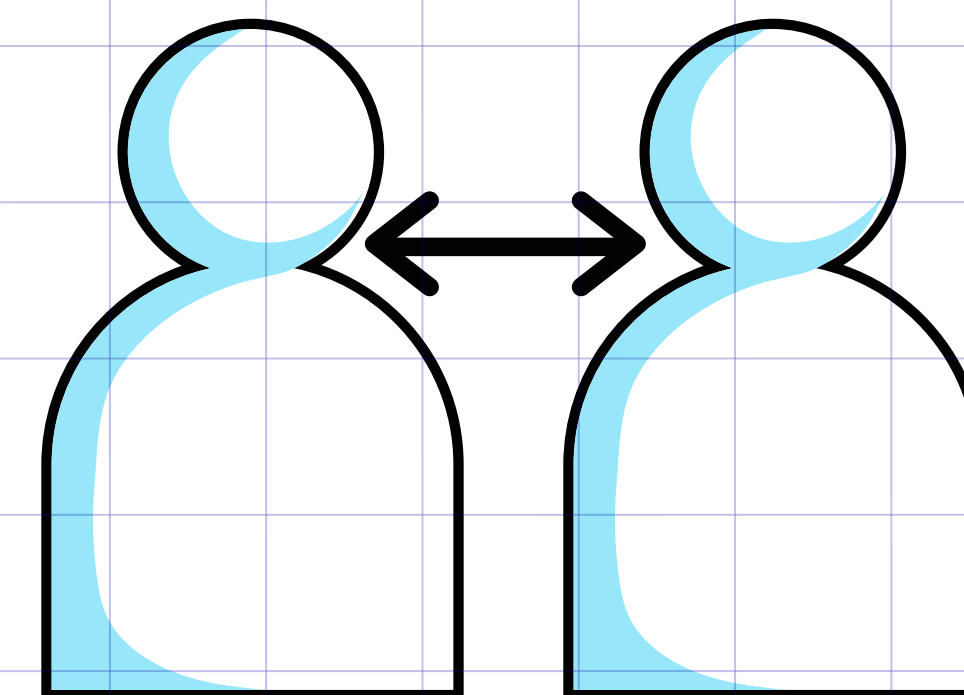
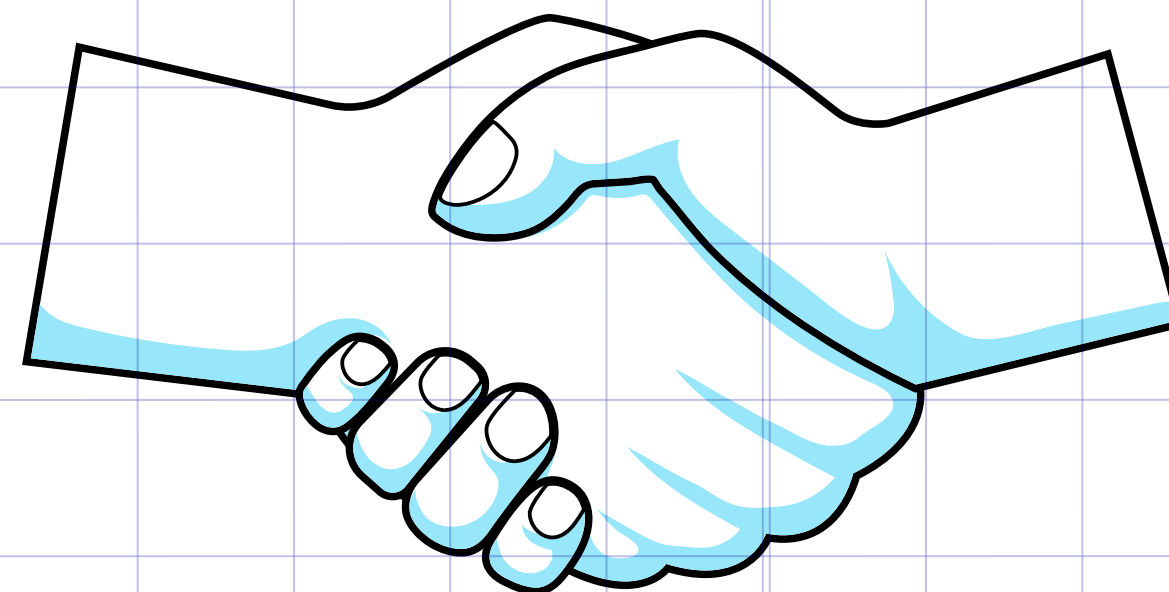
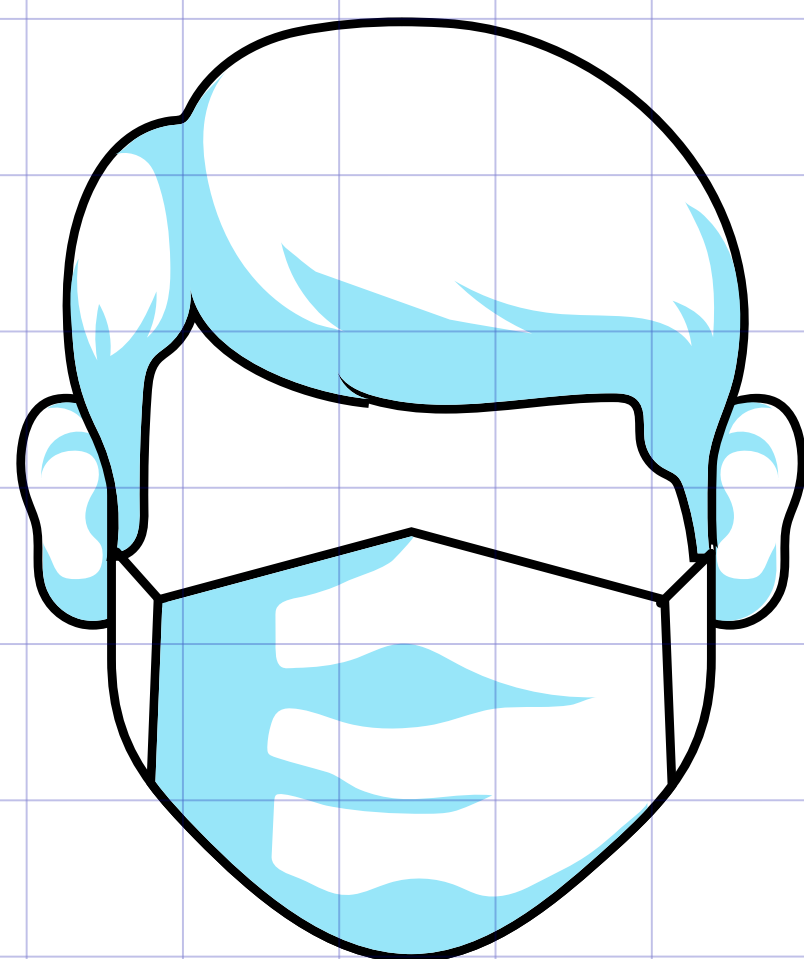
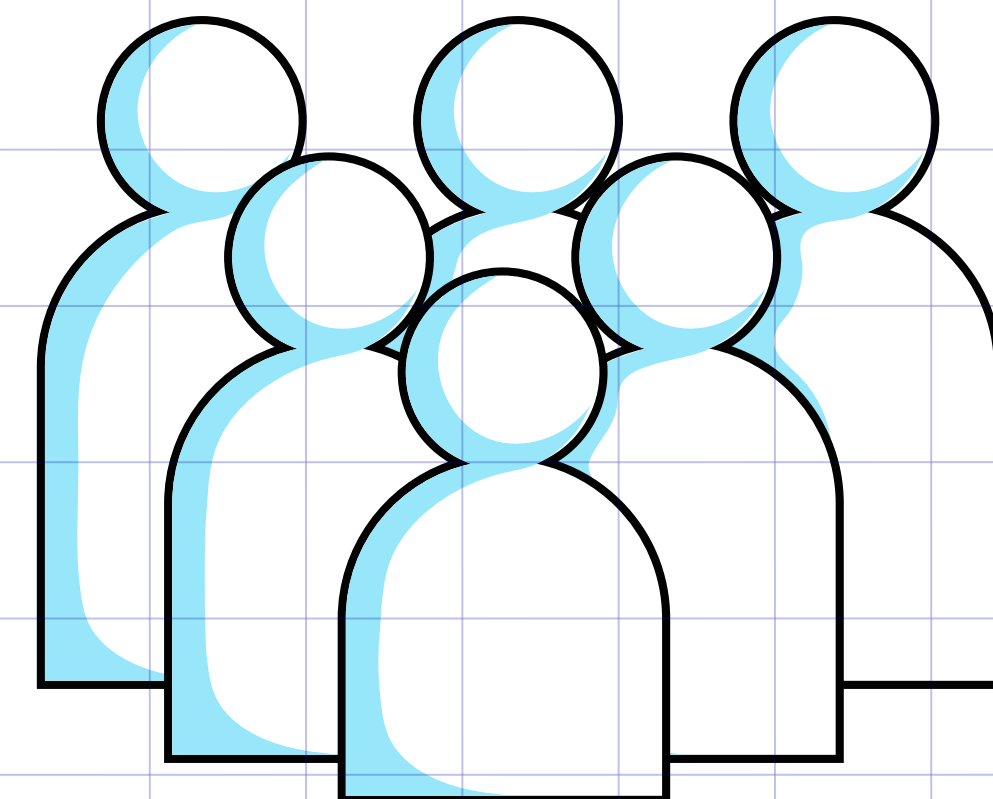
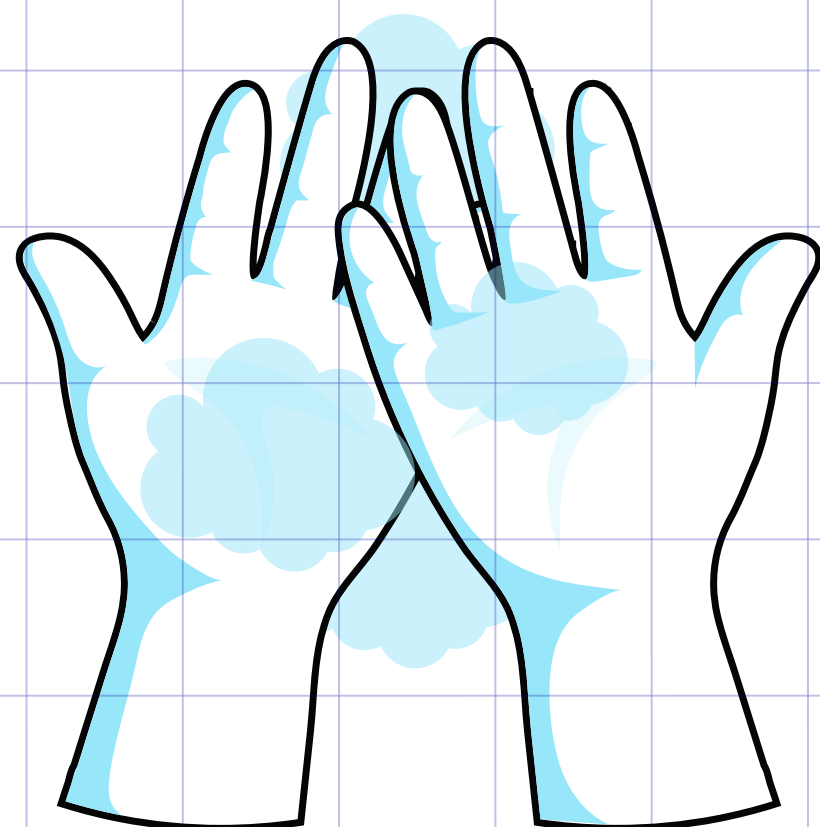
Tempo estimado:
15 minutos.



Nome: _____

EXERCÍCIO 17

Circule os atos de prevenção contra a contaminação do coronavírus.



Nome: _____

EXERCÍCIO 18

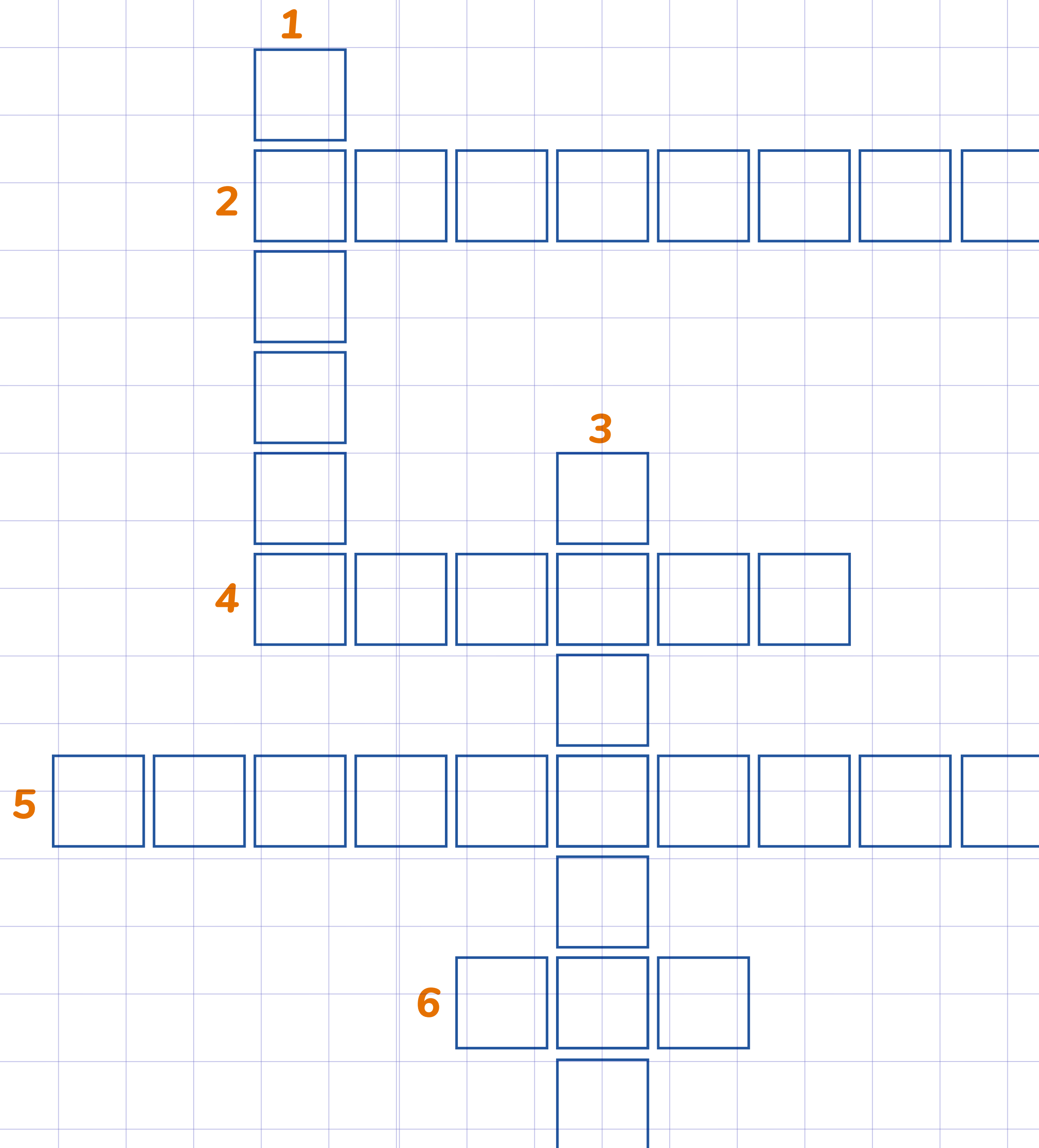
Palavra Cruzada

Horizontais:

2. Necessário para gerar a resposta imunológica
4. Agência nacional de vigilância sanitária (SIGLA)
5. São ativados para gerarem a resposta de memória através da vacinação
6. Sistema único de saúde (SIGLA)

Verticais:

1. Eficaz e segura para a imunização da população contra a COVID-19
3. Produz hoje a vacina Oxford/AstraZeneca pela transferência de tecnologia

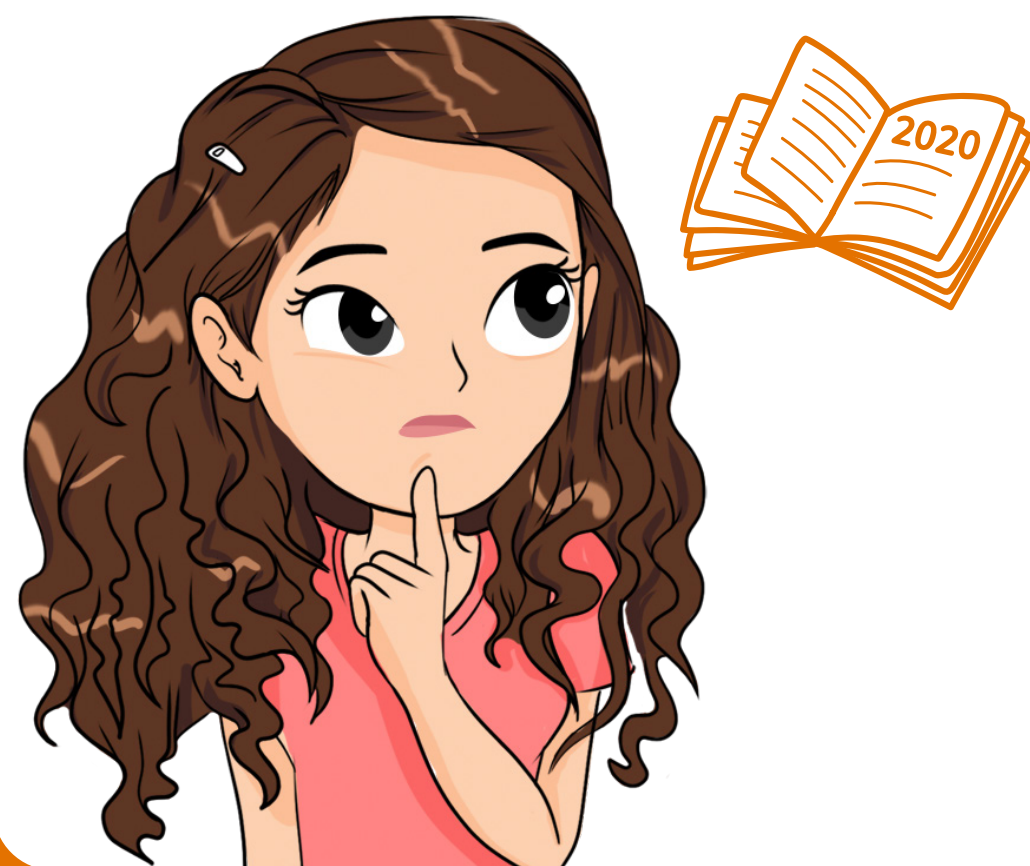


Nome: _____

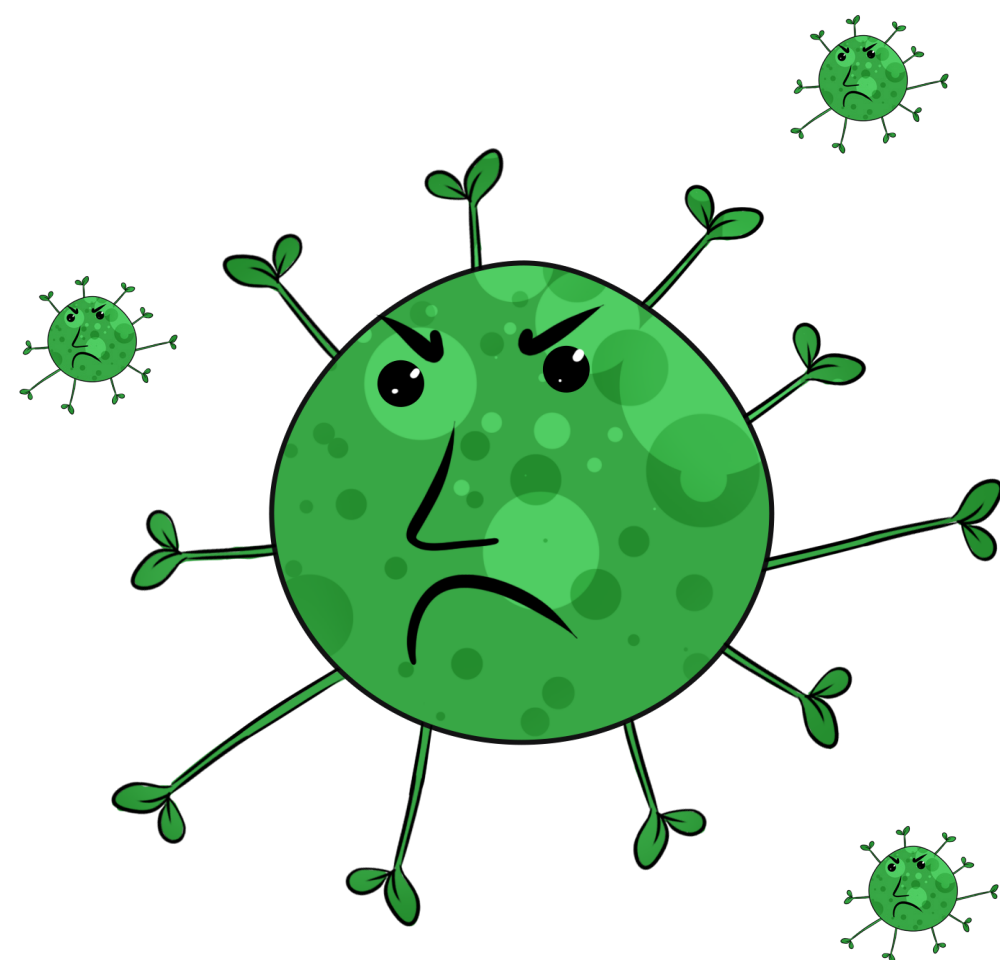
EXERCÍCIO 19

Leia a tirinha e discuta com seus amigos sobre a mensagem proposta. Depois faça uma frase sobre o tema.

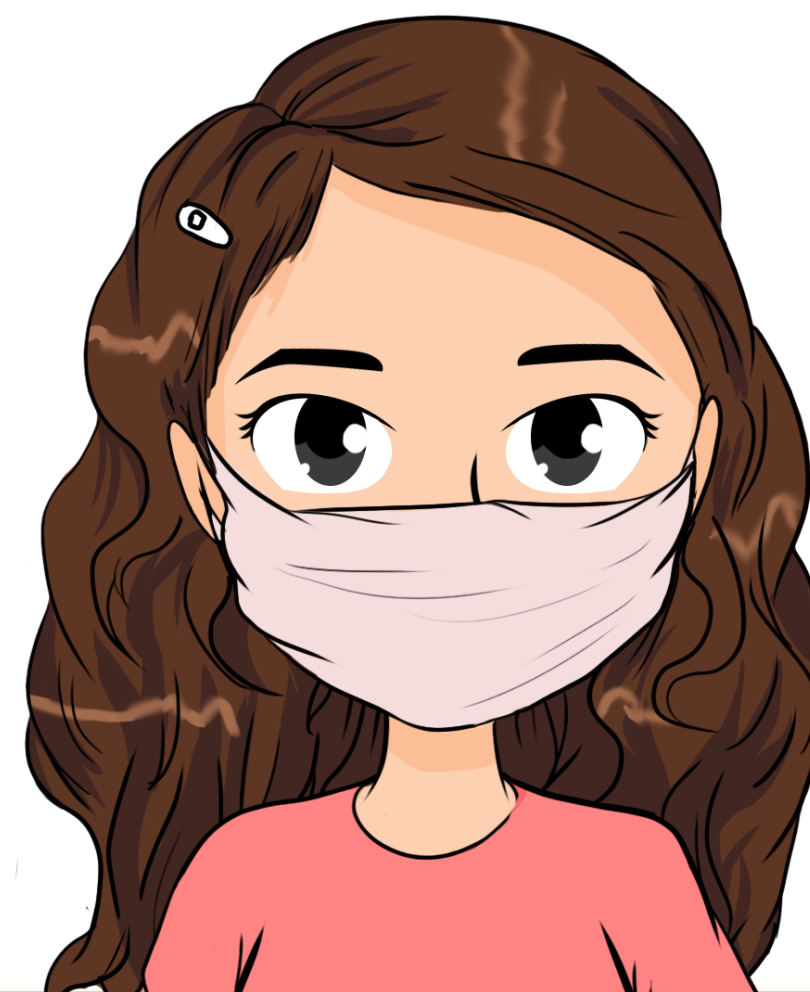
Em 2020, estamos vivenciando uma história real muito parecida com essas que conhecemos, mas dessa vez **devemos participar da luta!**



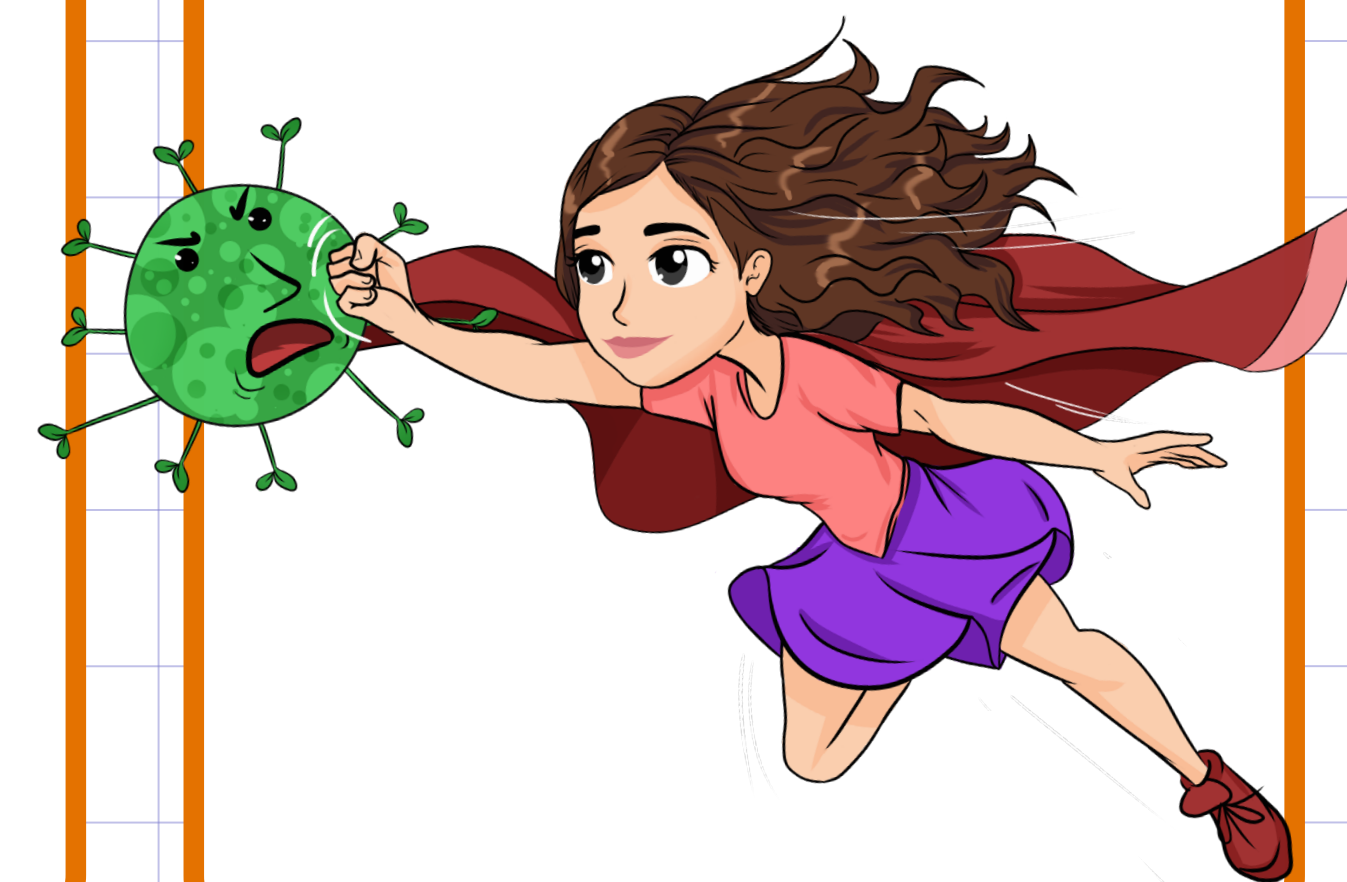
Agora o mal se chama **CORONAVÍRUS**



Todos nós podemos ser os **verdadeiros heróis** nessa história!



Se cada um de nós lutar e fizer a sua parte, todos poderemos proteger os nossos familiares e **salvar nossos amigos** desse mal!



Frase:

Agradecimentos a Alice Ribeiro Mattos autora da ilustração do COVID-19 que compõe esse material produzido para todas as crianças e assim como a personagem da Super-heroína Lilica (Alice) tenha demonstrado o quanto a vacinação pode salvar vidas!



PREZADOS PROFESSORES,

Oferecemos esse E-BOOK intitulado CIÊNCIA A LUZ DA VIDA para que seja um multiplicador de ideias para suas aulas no modelo híbrido. Dessa forma os textos e atividades foram criados com cores atraentes e imagens expressivas para facilitar a compreensão dos estudantes.

Acesso gratuito através do Link:
l1nq.com/ebooknadia

Abraços, Nadia e Haydéa

REFERÊNCIAS



- AQUINO, et al, 2020. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID 19: potenciais impactos e desafios no Brasil. Ciênc. saúde coletiva 25 (suppl 1) 05 Jun 2020. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10502020>
- BACHELARD, Gaston. (1989) A água e os sonhos. São Paulo, Martins Fontes..
- BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo alimentação saudável . Edição especial
- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria GM/MS nº 1.565, de 18 de junho de 2020. Estabelece orientações gerais visando à prevenção, ao controle e à mitigação da transmissão da COVID-19, e à promoção da saúde física e mental da população brasileira, de forma a contribuir com as ações para a retomada segura das atividades e o convívio social seguro. Disponível em <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-1.565-de-18-de-junho-de-2020-262408151> Acesso em: 07 de junho, 2021.
- BRASÍLIA. Ministério da Saúde, 2005. 236 p. Nutrição para Leigos. Carol Ann Rinzler. Tradutora Carla Cabrebra. Rio de Janeiro : Alta Books, 2011. 388p.
- FARIAS HSF. O avanço da COVID-19 e o isolamento social como estratégia para redução da vulnerabilidade, Espaço e Economia [Online], 2020, posto online no dia 08 abril 2020. [acessado 2020 Abr 17]. Disponível em: <http://journals.openedition.org/espacoeconomia /11357>» <http://journals.openedition.org/espacoeconomia /11357>
- LIMA, MRS e Soares, ACN. 2020. Alimentação saudável em tempos de COVID-19:o que eu preciso saber? Braz. J. Hea. Rev., Curitiba, v. 3, n. 3, p.3980-3992 may./jun. 2020.
- LOPES, 2011. PRODUÇÃO DO LIVRO PARADIDÁTICO “EXPLORANDO O SISTEMA IMUNOLÓGICO” BASEADA NA TEORIA COGNITIVA DA APRENDIZAGEM MULTIMÍDIA: uma contribuição para o processo de ensino-aprendizagem de alunos do 2º Ano do ensino médio. PUC MINAS. DISPONÍVEL EM http://www.biblioteca.pucminas.br/teses/EnCiMat_LopesCSM_1.pdf
- PUC. <https://www.pucrs.br/blog/entenda-como-funciona-a-producao-de-uma-vacina-em-5-passos/>
- NUNES MDR, Pacheco STA, Costa CIA, Silva JA, XavierWS, Victória JZ. (2020) Exames diagnósticos e manifestações clínicas da COVID-19 em crianças: revisão integrativa. Texto contexto - enferm. [Internet]. [citado 2020 Sep 21] ; 29: e20200156. Disponível em : http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072020000100205&lng=en.
- VILELAS JMDS (2020). O novo coronavírus e o risco para a saúde das crianças. Revista Latino-Americana de Enfermagem, 28, 2020.
- ZABALA, Antoni. A prática educativa – como ensinar. Porto Alegre: Artmed, 1998

