

#ESTUDOEMCASA

BLOCO N.º 20

DISCIPLINA Estudo do Meio

2º ANO

APRENDIZAGENS ESSENCIAIS

- O que é a higiene pessoal
- Qual a importância da higiene pessoal e da higiene social para a saúde do homem
- Como fazer a higiene pessoal

Título: Higiene pessoal e social



Tarefas/ Atividades/

1.

Mãos sujas!



Vamos experimentar?

É mesmo importante lavar muito bem as mãos com água e sabão para eliminarem os microrganismos.

Sabes que é muito difícil eliminar a sujidade das mãos?

**Material**

- Cronómetro, relógio ou temporizador
- Venda para os olhos
- Material de registo (máquina fotográfica ou papel e marcadores)
- Lavatório com água corrente
- Tinta tipo guache

**Mãos sujas!**

**Procedimento**

1. Com apoio de um(a) ajudante, suja as tuas mãos (palmas e costas) com tinta e deixa secar durante 2 minutos. Observem e registem.



**Mãos sujas!**

**Procedimento**

2. Pede ao(à) ajudante que te coloque a venda a tapar os olhos.



**Mãos sujas!**

**Procedimento**

3. Lava as mãos só com água fria durante 5 segundos.



### Mãos sujas!

#### Procedimento

4. Observem bem as mãos e registem com desenho ou fotografia o grau de sujidade (muito sujas, pouco sujas ou limpas).



### Mãos sujas!

#### Procedimento

5. Depois de limpares bem as mãos, repete o procedimento mas lava as mãos com água fria e sabão.

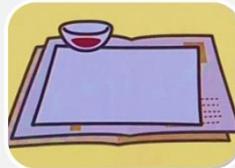


2

### Nódoas de sumo



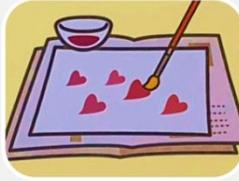
Pões algumas amoras num passador, depois usa um garfo para as esmagares para uma taça.



Coloca um pedaço de algodão branco num jornal (podes usar uma t-shirt velha).

Fonte: 365 Atividades Científicas, Edicare Editora

### Nódoas de sumo



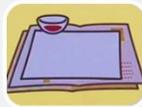
Pinta um padrão no tecido, usando o sumo de amora. Deixa secar.



Passa por água da torneira.

Fonte: 365 Atividades Científicas, Edicare Editora

### Nódoas de sumo



Ainda consegues ver o padrão?

Os sumos de alguns frutos contêm tanino, um tipo de corante. O sumo de amora tem tanto tanino que mancha o algodão e não sai com água.



Fonte: 365 Atividades Científicas, Edicare Editora