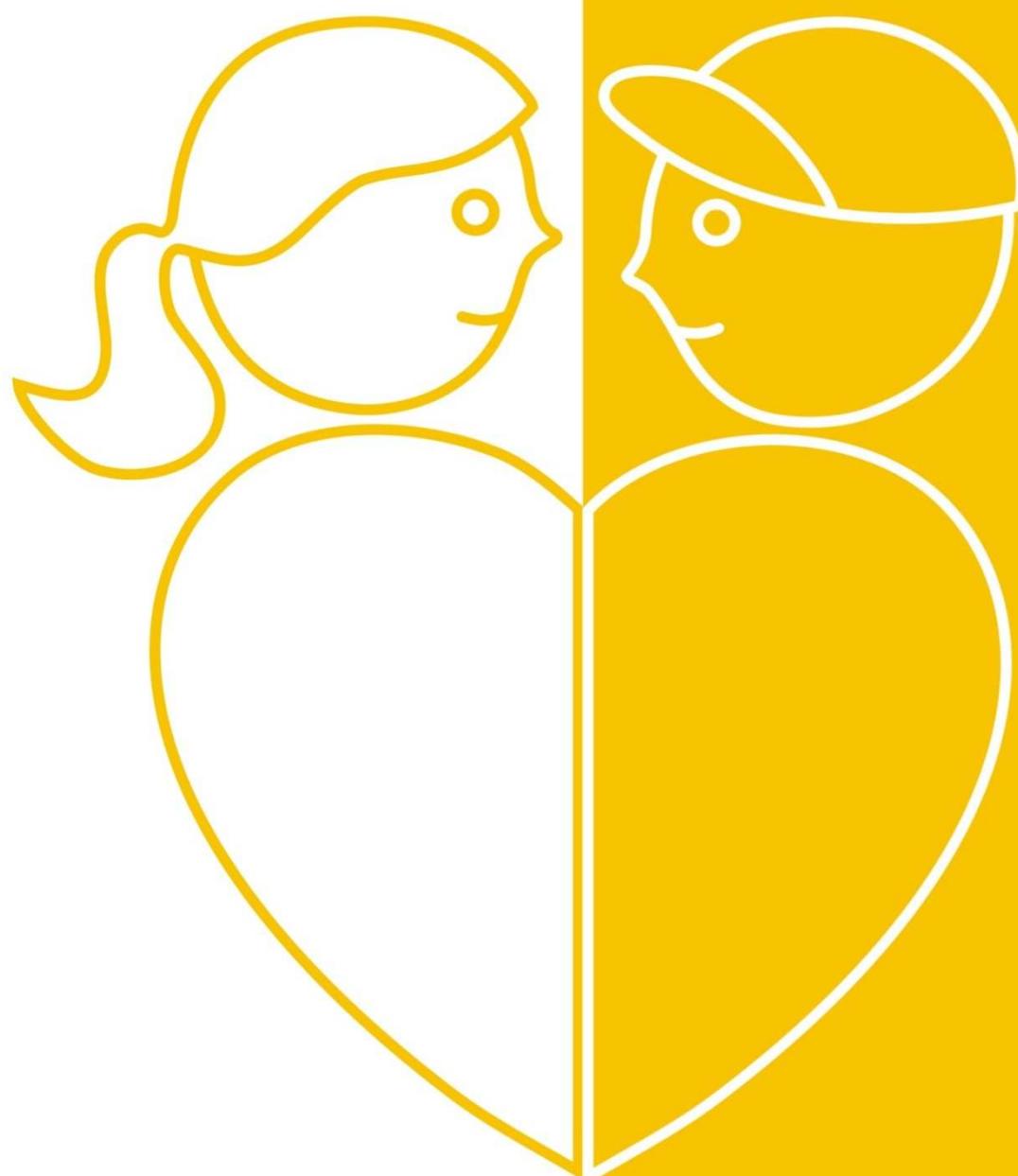


Caderno Presse

1º ciclo



Designação do Programa:

Programa Regional de Educação
Sexual em Saúde Escolar (PRESSE)

Entidade Promotora:

ARS Norte, I.P.
Departamento de Saúde Pública

Grupo de Trabalho:

Maria da Paz Luís
Miriam Gonzaga
Susana Sousa
Cármem Guimarães

Parcerias:

DREN

Data

Fevereiro 2011

Contactos:

Rua Anselmo Braancamp, 144
4000 – 078 Porto
T. 220411701
F. 220411738

presse@arsnorte.min-saude.pt

www.presse.com.pt

Design Gráfico e Ilustração:

Marta Rodrigues

O presente **Caderno** foi criado para ser um recurso, à disposição dos professores titulares de turma que operacionalizam o PRESSE, facilitador da implementação da **Educação Sexual no 1º ciclo**.

Este **Caderno**, segundo o modelo de intervenção do PRESSE, preconiza a abordagem de **cinco áreas temáticas**, apresentando os objectivos e, para cada uma delas, de **sugestões pedagógicas** que incluem **propostas de actividades** e de **avaliação** para o desenvolvimento global de cada uma das **áreas temáticas**.

Propomos que as **actividades** que exigem **leitura** e/ou **escrita** sejam acompanhadas **oralmente** com os alunos do **1º ano** de escolaridade.

Visamos um instrumento de apoio a **Educadores** na implementação de um programa estruturado e sustentado que prevê a aquisição de competências e a promoção de valores fundamentais à vivência da sexualidade de forma responsável.

Grupo de Trabalho do PRESSE (gt-PRESSE)

Áreas temáticas

1. CONHECIMENTO E VALORIZAÇÃO DO CORPO

- Noção de corpo
- Valorização de todas as partes do corpo
- Reconhecimento da importância da higiene corporal
- O corpo em harmonia com a natureza e o seu ambiente social e cultural

2. IDENTIDADE SEXUAL E PAPEL DE GÉNERO

- Diferenças entre rapazes e raparigas
- Aceitação positiva da própria identidade sexual e da dos outros.
- Aquisição dos papéis de género flexíveis, igualitários e não discriminatórios

3. RELAÇÕES INTERPESSOAIS

- Noção de família
- Valorização dos afectos e da expressão dos sentimentos;
- Desenvolvimento de competências sociais de integração e relacionamento positivo com os outros.
- Protecção do corpo e noção dos limites, dizendo não às aproximações abusivas.

4. REPRODUÇÃO HUMANA

- Compreensão dos mecanismos da reprodução humana.
- Fecundação, gravidez e parto.

1. CONHECIMENTO E VALORIZAÇÃO DO CORPO

Conteúdos

- Noção de corpo
- O corpo em harmonia com a natureza e o seu ambiente social e cultural

Pressupostos essenciais

- Valorização de todas as partes do corpo
- Verbalização dos nomes das várias partes do corpo
- Diferenciação anatómica de rapaz/ rapariga, homem/ mulher
- Reconhecimento da importância da higiene corporal
- Promoção de uma auto-estima positiva

Nº	Actividade	Ano de Escolaridade Recomendado			
		1º	2º	3º	4º
1.	Quem sou eu?	●	●	●	●
2.	Se eu fosse...	●	●	●	●
3.	Com o meu corpo, eu posso...	●	●	●	●
4.	O <i>puzzle</i> do corpo	●	●		
5.	Conheço bem o corpo humano		●	●	●
6.	Palavras escondidas		●	●	●
7.	Corpo e linguagem			●	●
8.	Objectos de higiene pessoal	●	●	●	●
9.	Higiene corporal	●	●	●	●
10.	Como cuido do meu corpo			●	●
11.	O corpo muda ao longo do tempo			●	●
12.	Sou único(a), sou especial!		●	●	●
13.	Espelho meu			●	●
14.	Entrevista sobre mim			●	●

Actividade nº 1

Actividade:	Quem sou eu?				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
		●	●	●	●
Objectivos: <ul style="list-style-type: none">• Analisar e apresentar as características pessoais.• Desenvolver a consciência de si próprio(a).					
Duração:	Recursos:				
45 min.	<ul style="list-style-type: none">• Ficha nº 1• Fotografia pessoal (tipo passe)• Cola				
Passo a passo:					
1. Distribuir a ficha nº 1.					
2. Solicitar aos alunos que colem a sua fotografia no espaço definido para ela.					
3. Solicitar aos alunos que preencham os espaços em branco.					
4. Quando o trabalho estiver finalizado, solicitar aos alunos que o apresentem aos seus colegas.					

1. Cola a tua fotografia e preenche os espaços em branco:



O meu **nome** é: _____.

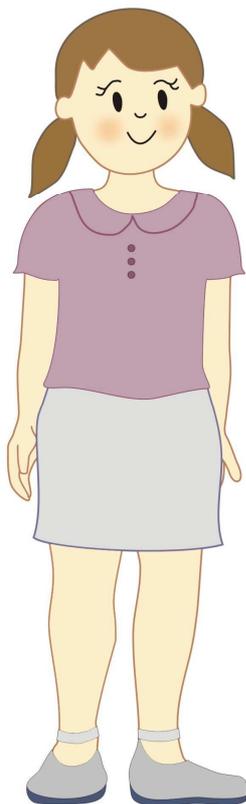
Tenho ____ **anos**. O meu **aniversário** é dia ____ de _____.

O meu **peso** é ____ **kg** e a minha **altura** ____ **cm**.

Os meus **olhos** são:   (pinta com a cor).

A minha **família** é formada por ____ **pessoas**.

2. Coloca uma cruz (x):



Sou uma rapariga
Sexo feminino



Sou um rapaz
Sexo masculino



3. Coloca uma cruz (x) na tua cor preferida:



Actividade nº2

Actividade:	Se eu fosse... ⁱ				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
		●	●	●	●
Objectivos: <ul style="list-style-type: none">• Analisar características pessoais.• Desenvolver consciência de si próprio(a) e auto-confiança.					
Duração:	Recursos:				
45 min.	<ul style="list-style-type: none">• Ficha nº 2• Lápis de cor				
Passo a passo:					
1. Distribuir a ficha nº 2.					
2. Solicitar aos alunos que façam um desenho em cada quadrado.					
3. No final, expor todos os trabalhos e desafiar a turma a identificar os seus autores.					

Se eu fosse...

Ficha nº 2

1. Faz o teu desenho debaixo de cada frase.

Um animal seria...	Uma cor seria...
Um pássaro seria...	Uma flor seria...
Um brinquedo seria...	Um instrumento musical seria...

Actividade nº 3

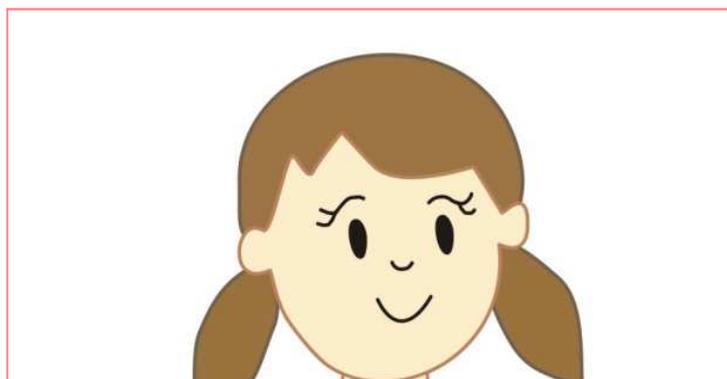
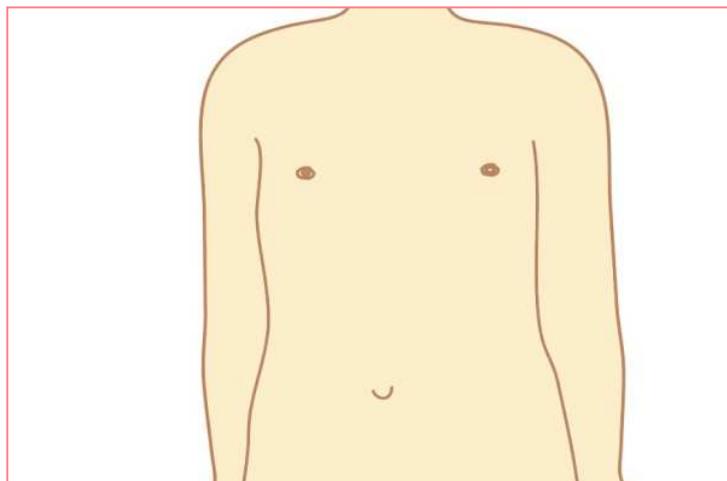
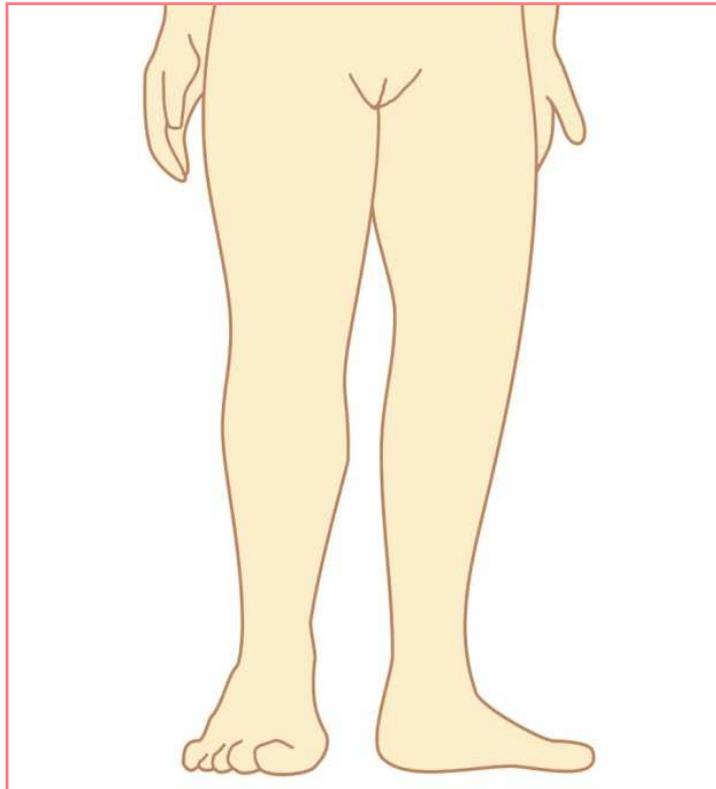
Actividade:	Com o meu corpo, eu posso...				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
			●	●	●
Objectivos: <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver a consciência de si próprio e do seu corpo. • Compreender a importância do seu corpo. • Desenvolver a expressão corporal. 					
Duração:	Recursos:				
60 min.	<ul style="list-style-type: none"> • Ficha nº 3 • 1 Saco 				
Passo a passo:					
1. Dividir a turma em grupos de 5 alunos.					
2. Distribuir uma ficha nº 3 a cada grupo.					
3. Solicitar aos alunos que pensem que actividades podem fazer com o seu corpo e que escrevam uma actividade em cada quadrado da ficha nº 3.					
4. Solicitar aos alunos que recortem os quadrados e que os coloquem no saco.					
5. Quando todos os quadrados estiverem colocados dentro do saco, dispor a turma em círculo e solicitar a cada aluno que retire um quadrado que represente, através de mímica e sons, a actividade descrita no quadrado.					
6. Os restantes alunos terão que adivinhar a actividade representada pelo colega.					

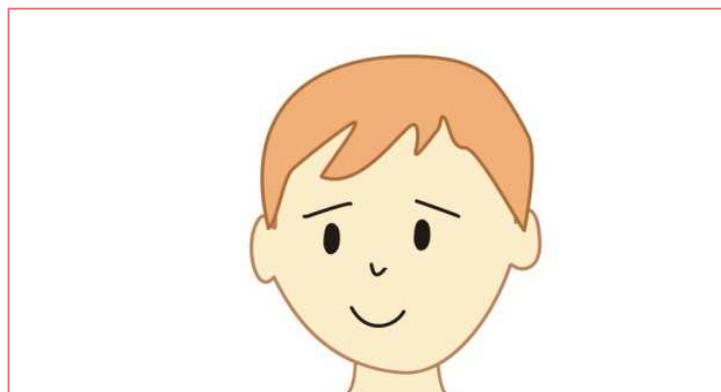
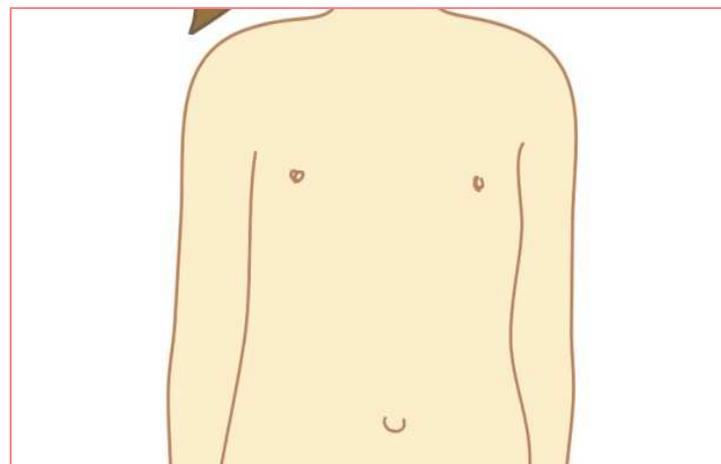
 Com o meu corpo Eu posso _____	Com o meu corpo Eu posso _____
Com o meu corpo Eu posso _____	Com o meu corpo Eu posso _____
Com o meu corpo Eu posso _____	Com o meu corpo Eu posso _____
Com o meu corpo Eu posso _____	Com o meu corpo Eu posso _____



Actividade nº 4

Actividade:	O puzzle do corpo				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
		●	●		
Objectivos: <ul style="list-style-type: none">• Conhecer as três partes que compõem o corpo humano.• Identificar as diferenças entre o corpo da menina e do menino.					
Duração:	Recursos: <ul style="list-style-type: none">• Fichas nº 4.1 - 4.4• Tesoura				
45 min.					
Passo a passo:					
1. Distribuir a ficha nº 4.					
2. Solicitar aos alunos que recortem as imagens das partes do corpo do menino e da menina.					
3. Solicitar aos alunos que colem as imagens no espaço certo.					





Cabeça

Tronco

Membros

Cabeça

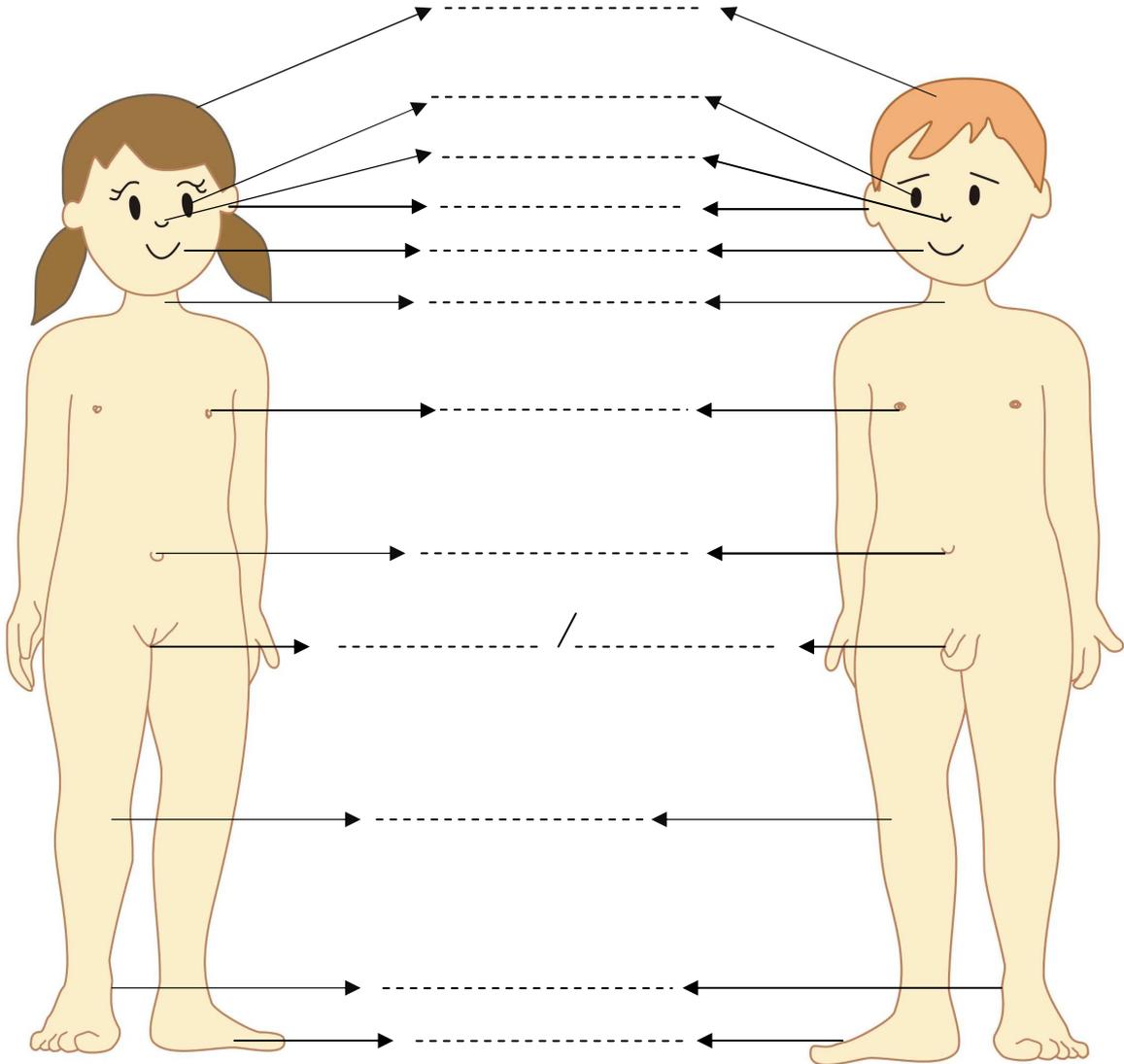
Tronco

Membros

Actividade nº 5

Actividade:	Conheço bem o corpo humanoⁱⁱ				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
			●	●	●
Objectivos: <ul style="list-style-type: none">• Analisar o vocabulário que se utiliza para denominar o corpo.• Gerar consensos em relação às palavras correctas a utilizar.					
Duração:	Recursos: <ul style="list-style-type: none">• Ficha nº 5				
30 min.					
Passo a passo:					
1. Distribuir a ficha nº 5.					
2. Solicitar aos alunos que escrevam, nos espaços em branco, o nome para as várias partes do corpo que compõem o menino e a menina.					
3. Ensinar aos alunos a designação correcta para denominar os genitais externos de menina (vulva) e de menino (pénis).					

1. Legenda a figura.



Actividade nº 6

Actividade:	Palavras escondidasⁱⁱⁱ				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
			●	●	●
Objectivos: <ul style="list-style-type: none">• Encontrar vocabulário que se utiliza para denominar o corpo.• Adquirir conhecimentos sobre a higiene corporal e o funcionamento do corpo.					
Duração:	Recursos:				
60 min.	<ul style="list-style-type: none">• Fichas nº 6.1- 6.3				
Passo a passo:					
1. Fazer grupos de 3 alunos.					
2. Distribuir a ficha nº 6 (duas primeiras páginas).					
3. Desafiar os alunos a encontrar as palavras com a ajuda das pistas.					
4. Concluir a actividade em grupo utilizando as soluções.					

1. Procura palavras escondidas relacionadas com o corpo. Usa as dicas que estão na folha seguinte. Podes procurar no sentido vertical ou horizontal.

D	M	N	A	R	I	Z	P	E	R	N	A	S
E	Ã	B	R	A	Ç	O	É	V	U	L	V	A
D	O	A	P	É	N	I	S	A	U	C	M	P
O	S	R	D	B	O	C	A	C	M	O	I	E
R	O	R	E	L	H	A	A	A	B	S	P	S
I	L	Í	N	G	U	A	I	B	I	T	E	C
O	H	G	T	U	N	A	D	E	G	A	I	O
N	O	A	E	B	H	I	E	L	O	S	T	Ç
B	S	L	S	O	A	T	R	O	N	C	O	O
P	U	L	S	O	S	C	A	B	E	Ç	A	I

Vertical

Horizontal

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____

Pistas para encontrar palavras escondidas**Vertical**

1. Usa-se para apontar, em cada mão tens 5
2. Deves lavá-las com muita frequência
3. Com eles podes ver
4. Onde as grávidas trazem o seu filho durante 9 meses
5. Deves escová-los, pelos menos 3 vezes por dia
6. Deves mantê-las limpas e cortadas
7. Deves lavá-los sempre, antes de ir para a cama
8. Deves lavá-lo com champô e trazê-lo sempre penteado
9. Fica no meio da tua barriga, é a marca de quando estiveste na barriga da tua mãe
10. Não consegues ver as tuas. Deves pedir ajuda para as lavar no banho, ou usar uma escova adequada.
11. No seu interior estão os pulmões e o coração
12. Suporta a cabeça, deves lavá-lo muito bem quando tomas banho.

Horizontal

1. Ajuda-te a respirar e a cheirar, deves limpá-lo com um lenço de papel
2. São muito importantes, seguram o teu corpo, usa-as para correr
3. Tens dois, um de cada lado do corpo e com eles podes pegar em coisas pesadas
4. É o nome do órgão genital feminino
5. É o nome do órgão genital masculino
6. Serve para falar, para comer, dar beijinhos
7. Deves limpá-la com muito cuidado, com a ajuda de um cotonete
8. Usas para saborear os alimentos, deves escová-la com a escova de dentes
9. Tens duas, usa-as para te sentares
10. Umas das três partes do teu corpo
11. Onde colocas o relógio
12. É a parte do corpo que usas para pensar

Soluções:

D	M	N	A	R	I	Z	P	E	R	N	A	S
E	Ã	B	R	A	Ç	O	É	V	U	L	V	A
D	O	A	P	É	N	I	S	A	U	C	M	P
O	S	R	D	B	O	C	A	C	M	O	I	E
R	O	R	E	L	H	A	A	A	B	S	P	S
I	L	Í	N	G	U	A	I	B	I	T	E	C
O	H	G	T	U	N	Á	D	E	G	A	I	O
N	O	A	E	B	H	I	E	L	O	S	T	Ç
B	S	L	S	O	A	T	R	O	N	C	O	O
P	U	L	S	O	S	C	A	B	E	Ç	A	I

Vertical

1. Dedo
2. Mãos
3. Olhos
4. Barriga
5. Dentes
6. Unhas
7. Pés
8. Cabelo
9. Umbigo
10. Costas
11. Peito
12. Pescoço

Horizontal

1. Nariz
2. Pernas
3. Braço
4. Vulva
5. Pénis
6. Boca
7. Orelha
8. Língua
9. Nádega
10. Tronco
11. Pulso
12. Cabeça

Actividade nº 7

Actividade:	Corpo e linguagem				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
				●	●
Objectivos: <ul style="list-style-type: none">• Analisar o vocabulário que se utiliza para denominar o corpo.• Gerar consensos em relação às palavras correctas a utilizar.					
Duração:	Recursos:				
45 min.	<ul style="list-style-type: none">• Ficha nº 7• Guião PRESSE Formação de professores				
Passo a passo:					
1. Distribuir a ficha nº 7.					
2. Ler o texto em voz alta.					
3. Solicitar aos alunos que escrevam, nos espaços em branco, o nome para as várias partes do corpo que compõem o menino e a menina.					
4. Ensinar aos alunos a designação correcta para denominar os genitais externos de menina (vulva) e de menino (pénis).					

Os órgãos genitais são tão importantes como todos os outros. Mas, às vezes, as pessoas têm dificuldade em falar deles. Até arranjam outros nomes mais infantis quando se querem referir à vulva e ao pénis. Se calhar é porque têm vergonha, ou porque acham divertido. Também há palavras feias para chamar a estes órgãos. O melhor é chamar-lhes o nome correcto! Desta forma, todos nos conseguimos compreender!



1. Que outros nomes conheces para **vulva**?

2. Que outros nomes conheces para **pénis**?

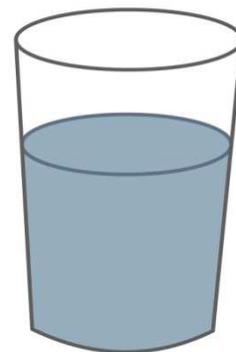
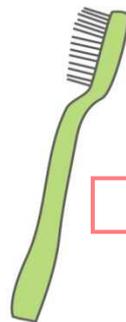
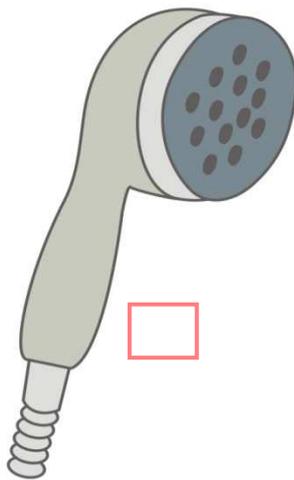
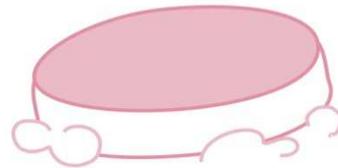
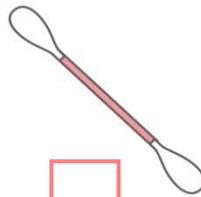
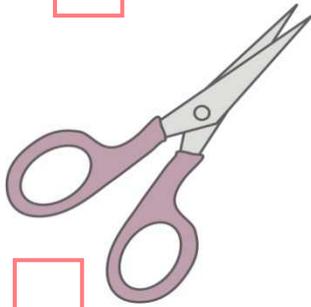
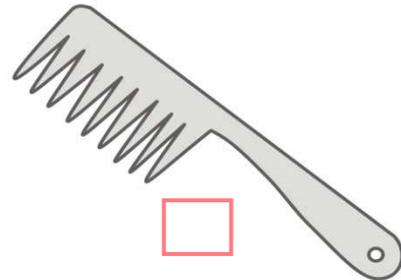
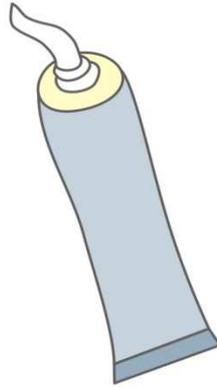
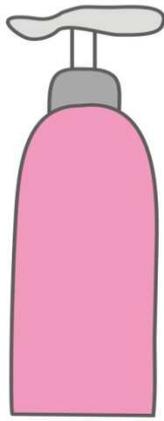
3. Achas que tantos nomes diferentes facilitam a **comunicação**?

4. Quais os **nomes correctos** que devemos usar? Porquê?

Actividade nº 8

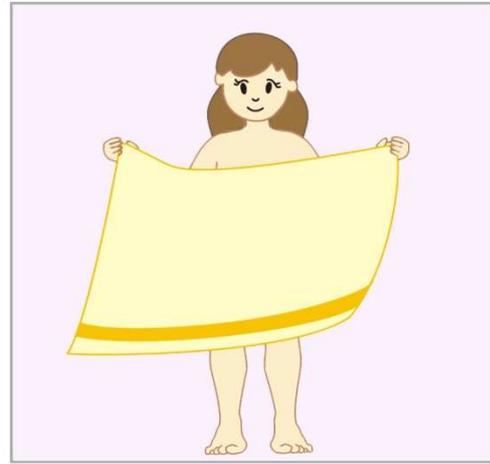
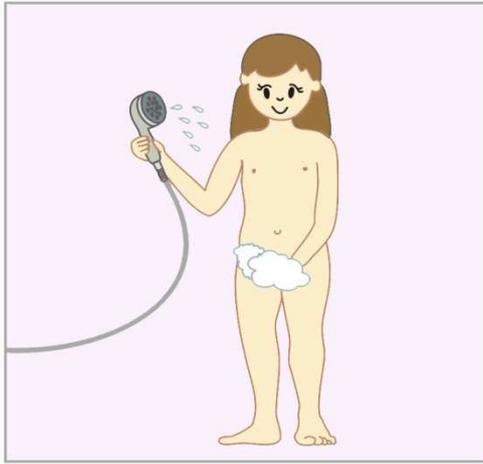
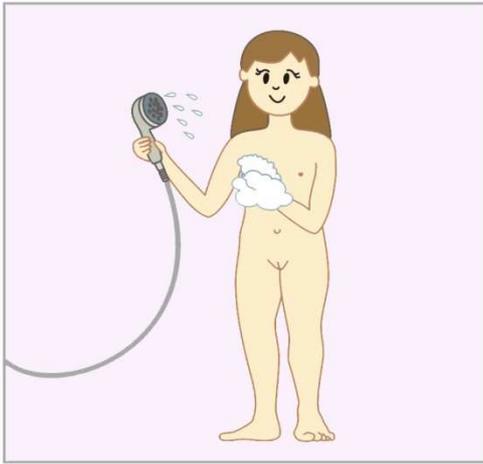
Actividade:	Objectos de higiene pessoal^{iv}				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
		●	●	●	●
Objectivos: <ul style="list-style-type: none">• Reflectir sobre os hábitos de higiene e a sua importância.					
Duração:	Recursos: <ul style="list-style-type: none">• Ficha nº 8				
30 min.					
Passo a passo:					
1. Distribuir a ficha nº 8.					
2. Ler o enunciado. Solicitar aos alunos que identifiquem os objectos que possuem.					
3. Solicitar-lhes que digam o nome desses objectos e que demonstrem como os usam, através de mímica e sons.					
Nota:	Esta actividade pode ser desenvolvida individualmente ou em grupo.				

1. Conheces todos estes objectos de higiene? Sabes como usá-los? Coloca uma cruz (X) nos objectos que possuis, diz o seu nome e demonstra para que os usas através de mímica e sons.



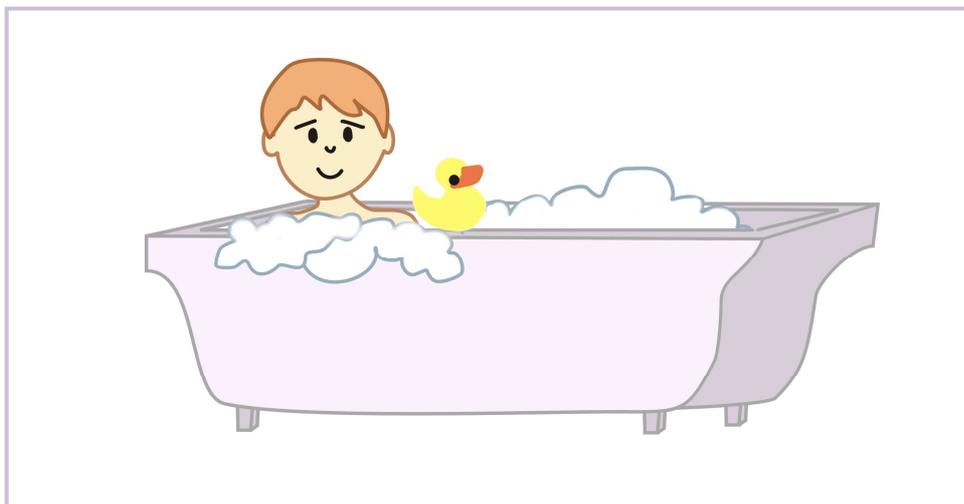
Actividade nº 9

Actividade:	Higiene corporal				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
		●	●	●	●
Objectivos:					
<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer a importância da higiene corporal. • Conhecer as etapas/procedimentos que compõem o banho. 					
Duração:	Recursos:				
60 min.	<ul style="list-style-type: none"> • Ficha nº 9 				
Passo a passo:					
1. Recortar os quadrados que ilustram as várias fases que compõem o banho e colar em quadrados de cartolina.					
2. Dividir os alunos em pequenos grupos mistos, para que falem sobre o banho.					
3. Solicitar aos alunos que cheguem a uma conclusão sobre as etapas e os procedimentos que compõem o banho, e coloquem os quadrados por essa ordem.					
4. Solicitar aos alunos que dramatizem todos os procedimentos pela ordem definida pelo grupo.					
Nota:	Esta actividade também pode ser desenvolvida individualmente.				



Actividade nº 10

Actividade:	Como cuidado do meu corpo^v				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
				●	●
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none">• Conhecer os cuidados básicos que deve ter com o seu corpo.• Reconhecer a sua importância.				
Duração:	Recursos:				
45 min.	<ul style="list-style-type: none">• Ficha nº 10				
Passo a passo:					
1. Distribuir a cada grupo uma cópia da ficha nº 10.					
2. Solicitar aos alunos que preencham a ficha.					
3. Acompanhar, individualmente, o preenchimento das actividades pelo aluno e, caso se revele necessário, explorar com ele o tema da sua higiene.					
4. No final, explorar o assunto com a turma.					



1. Quantas vezes tomas banho por semana?

R: _____.

2. Quando achas que é importante lavar os genitais?

R: _____.

3. Há partes de teu corpo que lavas com mais frequência do que outras? Quais?

R: _____.

4. Achas que tens uma higiene adequada ou achas que deverias melhorá-la?

R: _____ Porquê? _____
_____.

5. Quantas horas vês, diariamente, televisão?

R: _____.

6. A que horas te costumavas deitar?

R: _____.

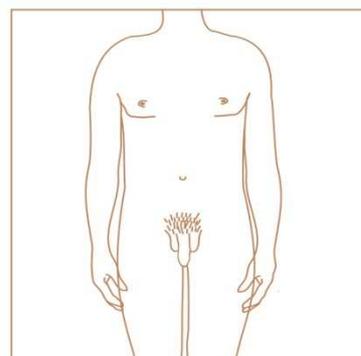
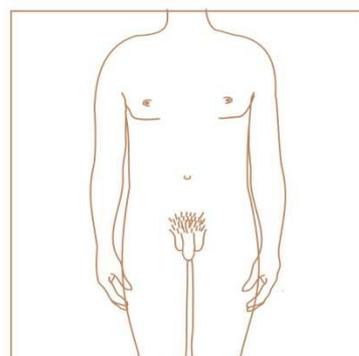
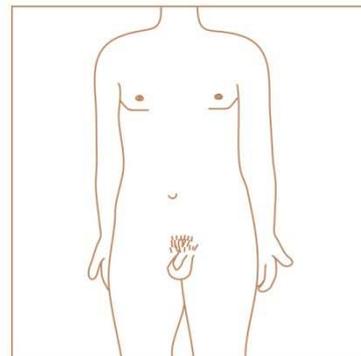
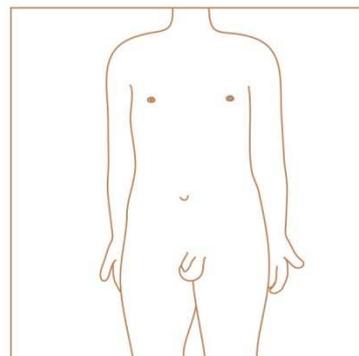
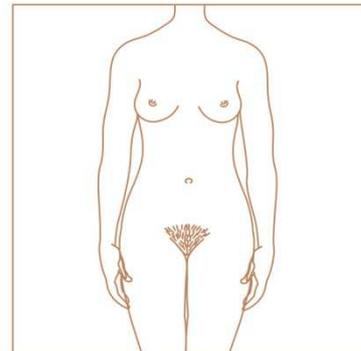
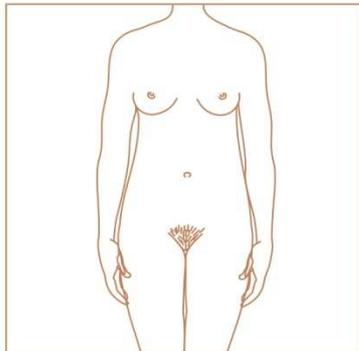
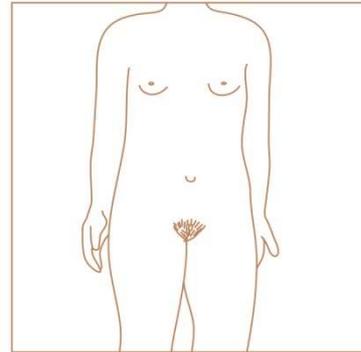
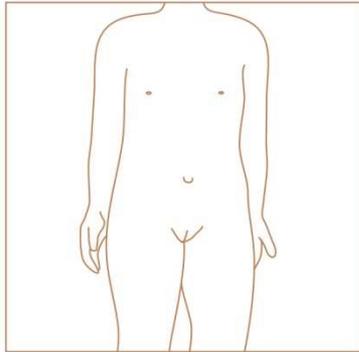
7. A que horas te costumavas levantar?

R: _____.

Actividade nº 11

Actividade:	O corpo muda ao longo do tempo ^{vi}				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
				●	●
Objectivos: <ul style="list-style-type: none">• Conhecer a evolução do corpo humano até à fase adulta.• Falar com naturalidade sobre o tema.					
Duração:	Recursos: <ul style="list-style-type: none">• Fichas nº 11.1 - 11.2• Tesoura• Cola				
45 min.					
Passo a passo:					
1. Dividir a turma em grupos.					
2. Distribuir a cada grupo uma cópia das fichas nº 11.1 - 11.2					
3. Solicitar aos alunos que recortem todas as imagens.					
4. Solicitar aos alunos que as coleem, do mais novo ao mais velho.					

1. Recorta as imagens.



1. Cola as imagens por ordem do(a) mais novo(a) até ao (à) mais velho(a)

1

2

3

4

1

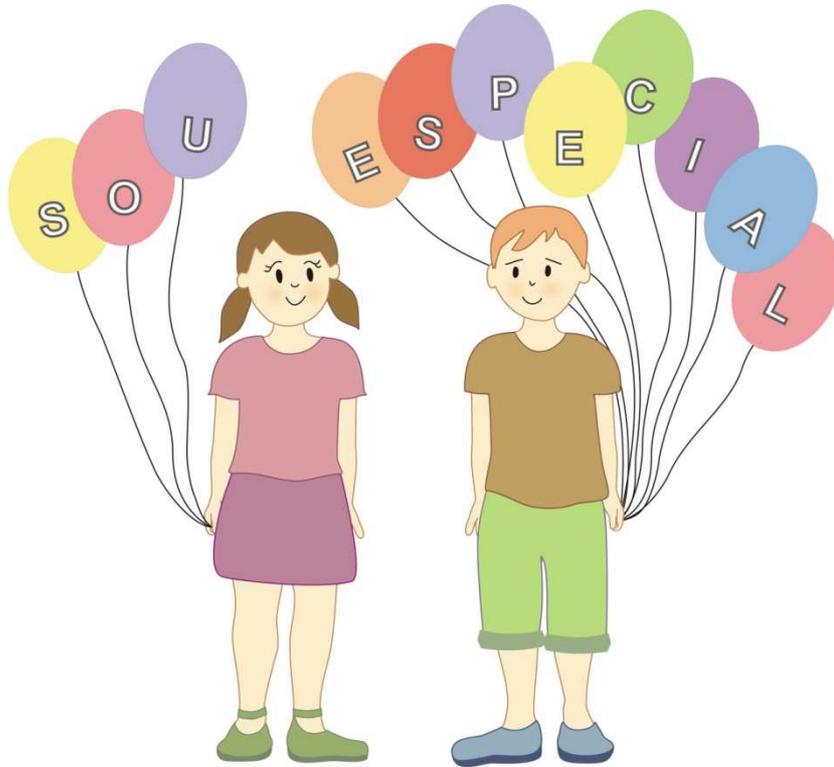
2

3

4

Actividade nº 12

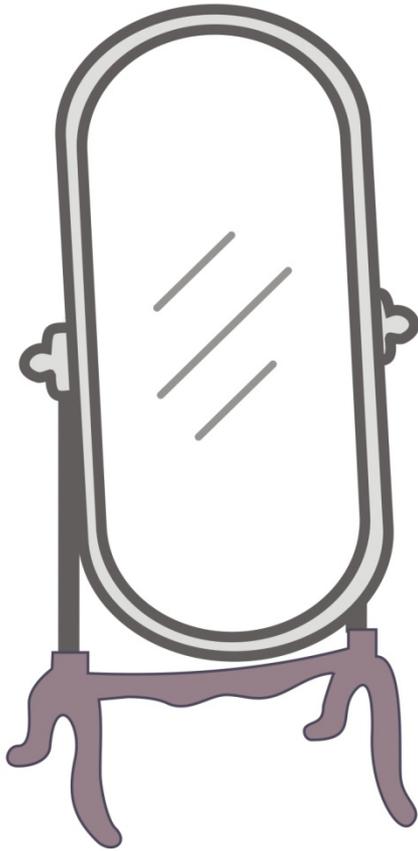
Actividade:	Sou único(a), sou especial! ^{vii}				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
			●	●	●
Objectivos: <ul style="list-style-type: none">• Incentivar a análise das características próprias.• Promover uma auto-estima positiva.					
Duração:	Recursos:				
45 min.	<ul style="list-style-type: none">• Ficha nº 12				
Passo a passo:					
1. Os alunos devem escrever na ficha algo de especial, único ou diferente, sobre si próprias.					
2. Devem partilhar o que escreveram com a turma.					
Nota:	Pode optar por juntar os alunos em pares e solicitar que descubram no outro características especiais, únicas e diferentes, e depois devem comunicá-las à turma.				



Actividade nº 13

Actividade:	Espelho meu				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
				●	●
Objectivos:	<ul style="list-style-type: none">• Incentivar a auto-análise das características próprias.• Promover uma auto-estima positiva.				
Duração:	Recursos:				
30 min.	<ul style="list-style-type: none">• Ficha nº 13				
Passo a passo:					
1. Distribuir a ficha nº 13 por todos os alunos.					
2. Solicitar aos alunos que escrevam na ficha algo de especial, único ou diferente, sobre si próprias.					
3. No final, devem partilhar o que escreveram com a turma.					

1. Imagina que estás em frente de um espelho que te diz coisas boas sobre ti. Escreve o que o teu espelho te contou e, no final, partilha com os teus colegas.



Como sou:

O que sou capaz de fazer:

Actividade nº 14

Actividade:	Entrevista sobre mim ^{viii}				
Área temática:	Conhecimento e valorização do corpo	1º	2º	3º	4º
				●	●
Objectivos:					
<ul style="list-style-type: none"> Promover uma auto-estima positiva 					
Duração:	Recursos:				
45 min.	<ul style="list-style-type: none"> Ficha nº 14 				
Passo a passo:					
1. Distribuir a ficha nº 14.					
2. Solicitar aos alunos que escrevam o seu nome no centro.					
3. Solicitar aos alunos que escrevam três qualidades suas no espaço que diz “Eu mesmo”.					
4. Posteriormente, devem entrevistar a pessoa descrita em cada espaço, usando a questão: “Quais são as três coisas de que gostas em mim?” e registar as respostas no espaço apropriado.					
5. Definir um prazo limite para a realização da entrevista.					
6. Findo o prazo, promover uma reflexão em torno das questões: <ul style="list-style-type: none"> O que sentiram ao saber o que as pessoas gostam em vocês? Descobriram algumas qualidades que não sabiam que têm? Costumam dizer às pessoas que vos rodeiam as suas qualidades? 					

1. Sabias que, algumas vezes, as pessoas que nos rodeiam reconhecem as nossas qualidades muito melhor do que nós mesmos?
2. Faz o teste! Pergunta-lhes:

- “Quais são as três coisas de que gostas em mim?”

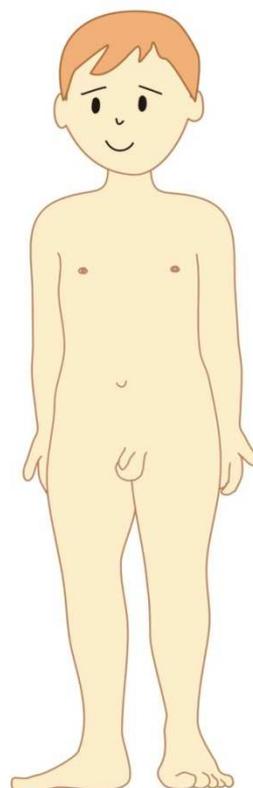
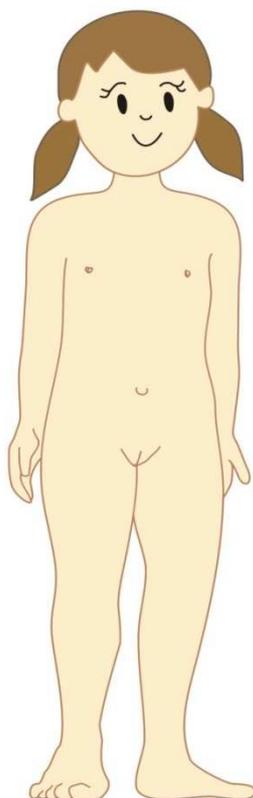
Eu mesmo	Um dos meus pais ou Encarregado de Educação	Um irmão, irmã ou primo
1. _____	1. _____	1. _____
2. _____	2. _____	2. _____
3. _____	3. _____	3. _____
Um(a) adulto(a) conhecido(a)	O meu nome:	Um(a) professor(a)
1. _____	_____	1. _____
2. _____		2. _____
3. _____		3. _____
Um(a) vizinho(a)	Um amigo	Uma amiga
1. _____	1. _____	1. _____
2. _____	2. _____	2. _____
3. _____	3. _____	3. _____

Ficha de avaliação

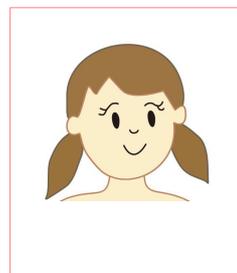
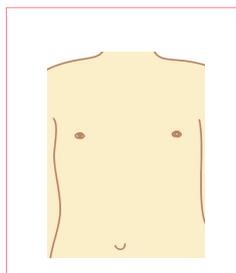
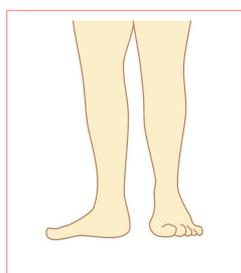
Nome: _____

Data: _____ Classificação: _____

1. Desenha um círculo à volta da cabeça da menina e um quadrado dentro do tronco do menino.
2. Marca com uma cruz (x) de cor verde o pénis e com uma cruz (x) de cor lilás a vulva.



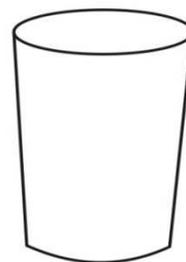
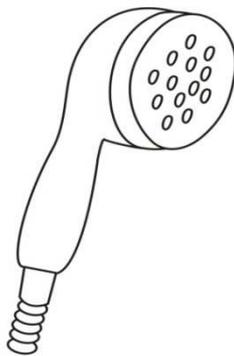
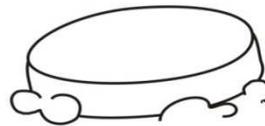
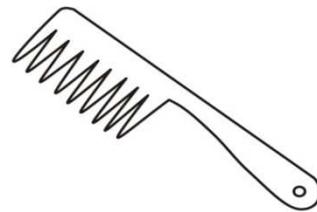
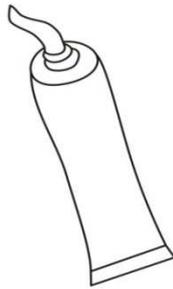
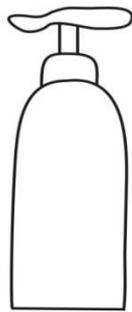
3. Coloca uma cruz (x) por baixo da imagem que identifica os membros.



Ficha de avaliação

4. Pinta com a cor:

- **Azul:** os objectos de higiene que servem para lavar os dentes.
- **Cor-de-rosa:** o objecto que serve para lavar as mãos.
- **Verde:** os objectos que servem para a higiene e cuidado do cabelo.



5. Desenha um círculo à volta do objecto de higiene que deves utilizar mais vezes.

Ficha de avaliação

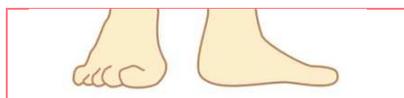
Nome: _____

Data: _____ Classificação: _____

1. Liga as imagens às palavras correspondentes.



Queixo



Olhos



Umbigo



Cabelo



Pés



Ombros

2. Completa as frases:

- O corpo divide-se em _____ partes: _____, _____ e membros.
- Temos duas _____ que devemos lavar várias vezes.
- O órgão genital da menina chama-se _____.
- O órgão genital do menino chama-se _____.

Ficha de avaliação

3. Liga as imagens às frases correspondentes.



• Ensaboar os genitais

• Lavar a cabeça

• Secar o corpo

• Pentear o cabelo

• Ensaboar o corpo

• Vestir a roupa

Ficha de avaliação

4. Coloca uma cruz (x) na resposta correcta:

Devo lavar as minhas mãos:

- Antes e depois das refeições e quando vou à casa de banho
- Só quando as sujo
- Uma ou duas vezes por dia

Devo tomar banho:

- Quando estou sujo
- Quando vou a alguma festa
- Duas a três vezes por semana

5. Coloca (V) se for verdadeiro e (F) se for falso:

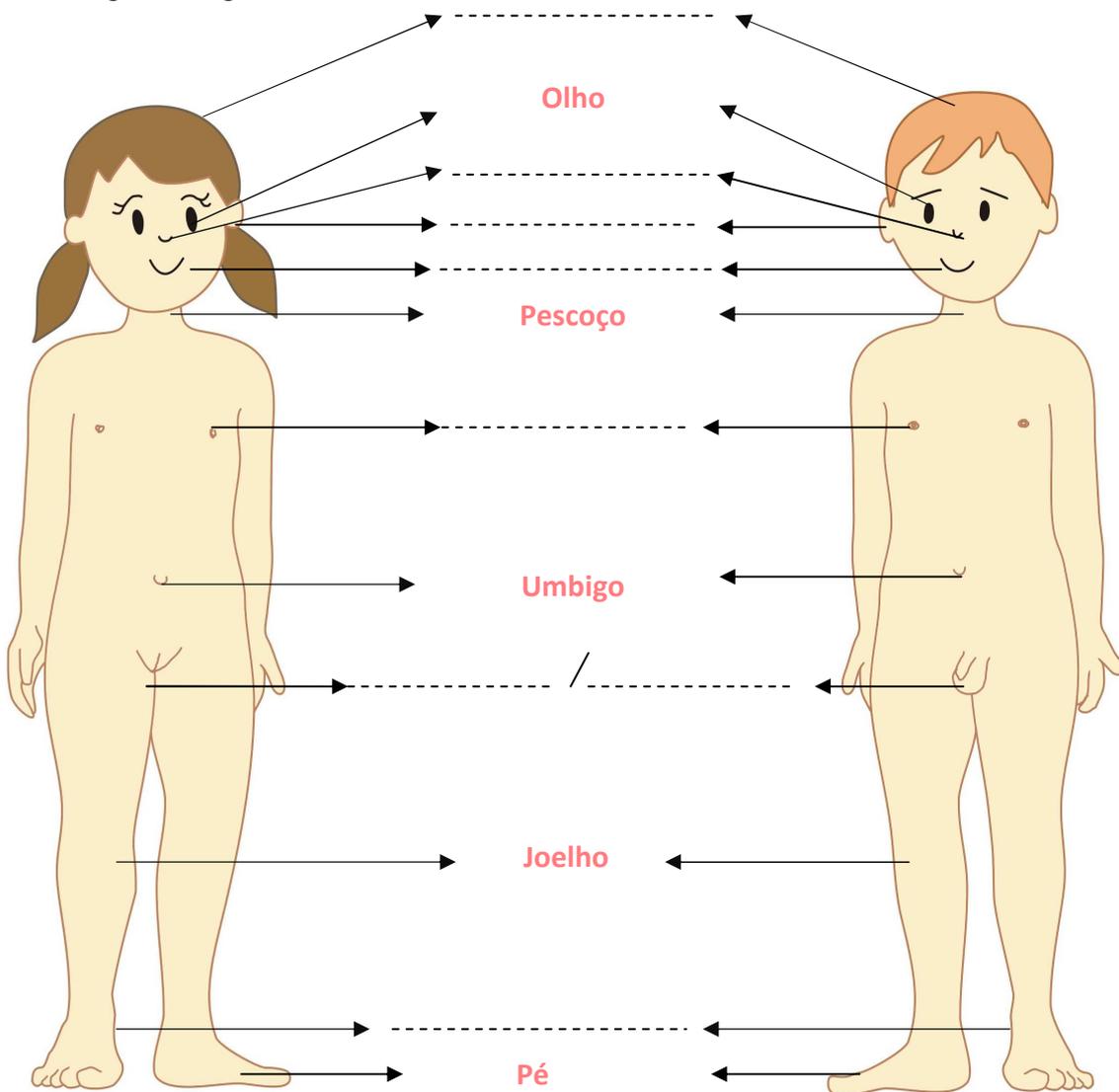
- Devo lavar os dentes apenas quando me apetece
- Posso ver televisão muitas horas seguidas
- Se não sair de casa não preciso de me lavar
- É muito importante manter as unhas sempre curtas e limpas
- Para lavar o cabelo uso apenas água

Ficha de avaliação

Nome: _____

Data: _____ Classificação: _____

1. Legenda a figura:

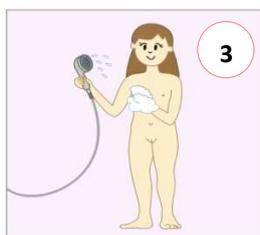
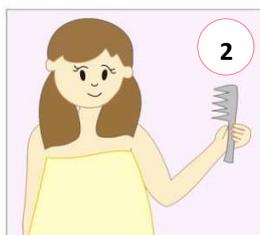


2. Escreve três objectos de higiene pessoal:

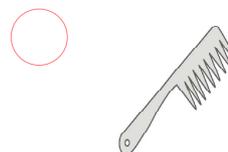
R: _____, _____, _____.

Ficha de avaliação

3. Coloca os números nos lugares certos e completa a legenda das figuras:



Sabonete



4. Coloca uma cruz (x) na resposta correcta:

Devo mudar de roupa interior:

- Uma ou duas vezes por semana
 Se cheirar mal
 Diariamente

5. Coloca uma cruz na ordem correcta dos procedimentos da higiene corporal:

- Molhar, ensaboar a cabeça, despir, ensaboar o tronco, secar, enxaguar
 Secar, ensaboar a cabeça, ensaboar o tronco, enxaguar, molhar
 Despir, molhar, ensaboar a cabeça, ensaboar o tronco, enxaguar, secar
 Ensaboar a cabeça, despir, molhar, enxaguar, ensaboar o tronco, secar

Ficha de avaliação

Nome: _____

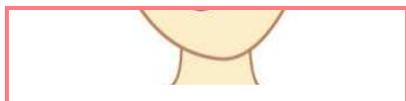
Data: _____ Classificação: _____

1. Escreve as partes em que se divide o corpo humano.

R: _____, _____, _____.

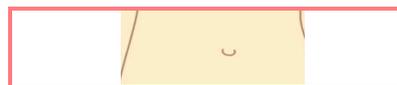
2. Legenda as figuras:

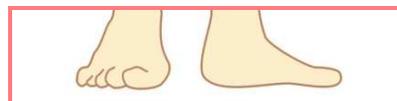
















Ficha de avaliação

Nome: _____

Data: _____ Classificação: _____

3. Escreve o nome do órgão genital masculino.

R: _____.

4. Escreve o nome do objecto e descreve para que serve:



Nome: _____



Nome: _____



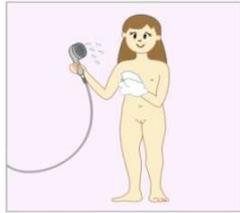
Nome: _____



Nome: _____

Ficha de avaliação

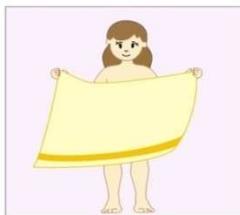
5. Descreve os diferentes procedimentos de higiene corporal:













Bibliografia:

- Colectivo Harimaguada (1999) *Educación Afectivo-Sexual en la Educación Primaria. Material Didático B*. Junta de Andalucía: Consejería de Educación y Ciencia.
- Damião, A.M. (2009) *Educar para uma sexualidade harmoniosa*. Setúbal: Contra Margem.
- Gabinete do Alto Comissário para o Projecto VIDA (1994) *Dossier Prevenir a Brincar*. Lisboa: Projecto Vida.
- PRESSE (2010). *Guião PRESSE Formação para Professores*. ARS Norte I.P.: Departamento de Saúde Pública
- Sánchez, F.L. (1995) *Educación Sexual de Adolescentes y Jóvenes*. Madrid: Siglo XXI.
- Sanders, P. & Swiden, L. (1995). *Para me conhecer para te conhecer... estratégias de educação sexual para o 1º e 2º ciclos do ensino básico*. Lisboa: Associação para o Planeamento da Família.

[Actividades adaptadas]

- ⁱ Sanders, P. & Swiden, L. (1995). *Para me conhecer para te conhecer... estratégias de educação sexual para o 1º e 2º ciclos do ensino básico*. Lisboa: Associação para o Planeamento da Família.
- ⁱⁱ Colectivo Harimaguada (1999) *Educación Afectivo-Sexual en la Educación Primaria. Material Didático B*. Junta de Andalucía: Consejería de Educación y Ciencia.
- ⁱⁱⁱ Colectivo Harimaguada (1999) *Educación Afectivo-Sexual en la Educación Primaria. Material Didático B*. Junta de Andalucía: Consejería de Educación y Ciencia.
- ^{iv} Damião, A.M. (2009) *Educar para uma sexualidade harmoniosa*. Setúbal: Contra Margem.
- ^v Colectivo Harimaguada (1999) *Educación Afectivo-Sexual en la Educación Primaria. Material Didático B*. Junta de Andalucía: Consejería de Educación y Ciencia.
- ^{vi} Damião, A.M. (2009) *Educar para uma sexualidade harmoniosa*. Setúbal: Contra Margem.
- ^{vii} Gabinete do Alto Comissário para o Projecto VIDA (1994) *Dossier Prevenir a Brincar*. Lisboa: Projecto Vida.
- ^{viii} Sánchez, F.L. (1995) *Educación Sexual de Adolescentes y Jóvenes*. Madrid: Siglo XXI.