



Disseminação da Infeção: Higiene (Etiqueta) Respiratória

Sessão 2: Higiene (Etiqueta) Respiratória

As crianças aprendem como é fácil transmitir germes nocivos (micróbios) através dos espirros.



Resultados Pedagógicos

Todas as crianças irão:

- Entender que espirrar para um lenço de papel ou para a manga (não para as mãos) é a melhor forma de impedir a propagação dos micróbios das constipações e da gripe
- Entender que podem existir micróbios nocivos nos seus espirros e que estes se podem propagar para as suas mãos
- Compreender a sequência da lavagem das mãos e assoar o nariz

Ligações Curriculares

Cidadania e Desenvolvimento

Área de Expressão e Comunicação – Domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita

Desenvolvimento da comunicação e da linguagem

- Audição e atenção
- Compreensão
- Linguagem verbal

Área do Conhecimento do Mundo

Desenvolvimento Físico

- Saúde, hábitos de vida saudável e autocuidado

Área de Expressão e Comunicação – Domínio da Educação Artística (Artes Visuais)



Sessão 2: Higiene (Etiqueta) Respiratória

Legenda: FT – Ficha de Trabalho; FA – Ficha de Apoio; FI – Ficha Informativa

Materiais Necessários

Atividade: Pintar Espirros

Por cada criança

- Prato de papel/folha de papel
- Luvas de plástico/vinil
- Corante alimentar adicionado à água
- Palhinha para beber

Atividade Suplementar: Cartões Didáticos sobre Lavagem das Mãos e Assoar o Nariz

Por cada sessão

- FA1 Cartões Didáticos sobre Lavagem das Mãos e Assoar o Nariz

Atividade suplementar: Atividade Escrita sobre Assoar o Nariz

Por cada criança

- FT1 Atividade Escrita sobre Assoar o Nariz

Materiais de Apoio

- FA1 Cartões Didáticos sobre Lavagem das Mãos e Assoar o Nariz
- FT1 Atividade Escrita sobre Assoar o Nariz

Preparação Prévia

- Nesta esta atividade principal, pode usar as mãos em balão da lição 1 em vez de pratos de papel
- Faça uma chávena de água colorida usando algumas gotas de corante alimentar
- Pode usar cores diferentes para indicar diferentes tipos de germes



Sessão 2: Higiene (Etiqueta) Respiratória

Palavras-Chave

Sintoma
Espirrar
Vacinação
Micróbios

Saúde & Segurança

As crianças podem precisar de aventais.

Assegure-se que o corante alimentar está diluído (para evitar manchas). As crianças podem precisar de usar óculos de proteção.

Hiperligações

[www.e-bug.eu/pt-pt/ensino-pre-escolar-higiene-respiratória](http://www.e-bug.eu/pt-pt/ensino-pre-escolar-higiene-respiratoria)

Introdução

1. Comece por explicar às crianças que irão aprender como os micróbios nocivos podem ser transmitidos pelos espirros e pela tosse.
2. Discuta que constipações e gripes são causados por micróbios nocivos (vírus). Os vírus podem ser transmitidos a outras pessoas se tossirmos ou espirrarmos para cima delas ou se tossirmos e espirrarmos para as nossas mãos e depois tocarmos nas outras pessoas

Atividade

1. Peça ao grupo que use uma caneta para desenhar o perfil da mão num prato de papel ou folha de papel.
2. Adicione algumas gotas de água colorida à mão desenhada de cada criança.
3. Entregue a cada criança uma palhinha e peça-lhes para soprar os micróbios por toda a mão desenhada, tal como soprariam os micróbios do seu nariz para as suas mãos.
4. As crianças podem escolher entre decorar os micróbios ou dar-lhes nomes.
5. Discuta com as crianças o que aconteceria se, ao espirrar, cobríssemos a boca com um lenço de papel ou com a manga, em vez de o fazer com as mãos e como isto iria limitar a propagação de germes.

As crianças deverão reparar que a água colorida se espalha mais facilmente sobre a mão desenhada quando não cobrem a boca.

Debate

Converse com as crianças sobre o que aconteceu. Peça-lhes que olhem para a mão e percebam que os micróbios ainda ali se mantêm.

Os micróbios ainda podem ser transmitidos de pessoa para pessoa através do toque se cobrirmos a tosse e o espirro com as mãos. É recomendado que, quando não se tem um lenço de papel, se deve espirrar para a manga/dobra do braço, pois é menos provável que deste modo se transmita micróbios nocivos a outras pessoas.

Explique que espirrar na mão pode transmitir micróbios para os objetos que tocamos e, por esse motivo, é preferível espirrar para um lenço de papel (ou para a manga/ dobra do braço) e depois deitá-lo fora e lavar as mãos o mais rapidamente possível.

Atividades Suplementares

Cartões Didáticos sobre Lavagem das Mãos e Assoar o Nariz

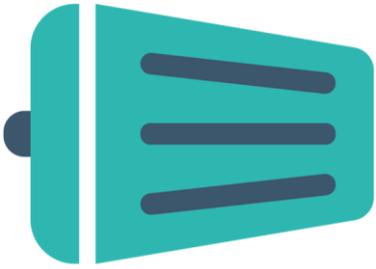
A ficha FA1 pode ser usada para apoiar a aprendizagem. Imprima a folha e corte os cartões didáticos ou exiba a folha num quadro branco. Peça às crianças para dizer o nome da imagem, a palavra correta é mostrada no cartão.

Atividade Escrita sobre Assoar o Nariz

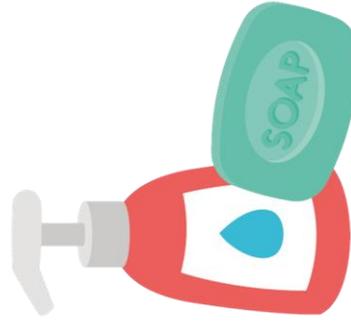
Forneça a cada criança a ficha FT1. Peça às crianças que usem as imagens mostradas e as palavras fornecidas para preencher os espaços em branco sobre os passos corretos que devem tomar ao assoar o nariz.



FA1 - Cartões Didáticos sobre Lavagem das Mãos e Assoar o Nariz



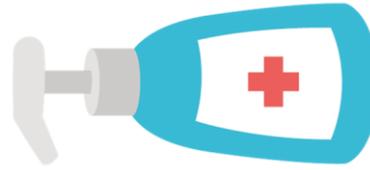
Caixote do
Lixo



Sabão



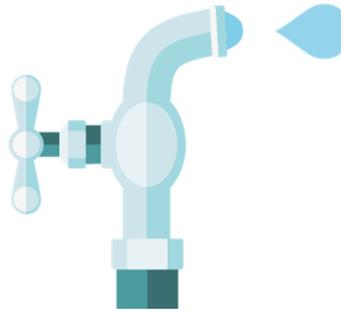
Lenços



Desinfetante
de mãos



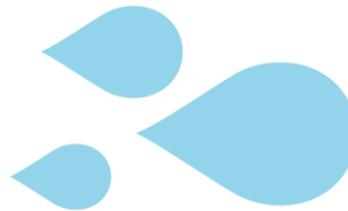
Mãos



Torneira



Espirrar



Água



FT1 Atividade Escrita sobre Assoar o Nariz

Atividade Escrita sobre Assoar o Nariz

Escreva instruções sobre o modo correto para assoar o nariz. Use as imagens abaixo como ajuda.



Lavar as
mãos



Caixote do
lixo



Lenço



Assoar-se

Passo 1

Passo 2

Passo 3

Passo 4
