ESCOLA MUNICIPAL EDUARDO MALHADO.

LADÁRIO MS, _____ DE SETEMBRO DE 2020.

ALUNO(A)_____ 2° ANO_____.

PROF. SUELISY AULAS:02

CIÊNCIAS- CUIDADOS COM O SOL

HABILIDADE- MS(E.F02CI08) PERÍODO: 16/09 a 30/09/2020.

BIBLIOGRAFIA: https://gramalhaes.wixsite.com

QUE CUIDADOS DEVEMOS TER COM A PELE ?

Reconhecer a importância do sol e os seus perigos. Cuidados com a pele.

O Sol e a Pele

É graças aos raios solares que as pessoas recebem através da pele que se forma a *vitamina D*, essencial para o crescimento dos ossos. Mas a luz do sol também tem raios que podem produzir queimaduras e outras doenças na pele.

Cuidados a ter com a exposição ao Sol



Não se expor ao Sol nas horas de maior calor. (das 11/12 horas às 16/17 horas).



Usar um protector solar.



Proteger a cabeça com um chapéu

Quando por descuido, a exposição ao sol é muito prolongada pode provocar queimaduras graves, manchas, rugas... A pele envelhece antes do tempo e pode originar o cancro da pele. *Nesse caso...*

Regras de primeiros socorros no caso de queimaduras solares

- Deslocar-nos de imediato para uma sombra;
- Refrescar cuidadosamente a pele com água;
- Dar com frequência, goles de água fria à vítima;
- Aplicar um protector solar na área afectada.

Se a queimadura for grave, devemos procurar assistência médica

1 - Como sabes, por vezes, o sol pode ser prejudicial.

1.1. – Em que altura do dia não te deves expor aos raios solares? Porquê?

_____

_____



1.2 - Se te dessem a escolher entre um protector solar de índice 5 e um de índice 25, qual escolherias para os primeiros dias de praia?

_____

O Sol é fonte de vida. Mas também provoca malefícios. Indica-os.

_____

_____

O que fazes para te protegeres do Sol ?

_____

_____

Como se tratam as queimaduras solares ?

_____

_____

Observa e responde.

O que se deve fazer ?



A menina foi picada por uma abelha.

_____

_____

_____



O menino magoou-se no joelho.

_____

_____

_____

ESCOLA MUNICIPAL EDUARDO MALHADO.

LADÁRIO MS, _____ DE SETEMBRO DE 2020.

ALUNO(A)_____ 2° ANO_____.

PROF. SUELISY AULAS:02

CIÊNCIAS- CUIDADOS COM O SOL

HABILIDADE- MS(E.F02CI08) PERÍODO: 16/09 a 30/09/2020.

BIBLIOGRAFIA: ttps://br.pinterest.com/

LEIA O TEXTO:

CUIDADO COM O SOL

SABEMOS QUE O SOL FORTALECE OS OSSOS. MAS O SOL EM EXCESSO PODE CAUSAR PROBLEMAS! ASSIM, PRECISAMOS NOS PROTEGER DO SOL, PRINCIPALMENTE, NOS DIAS QUENTES DO VERÃO. ALÉM DO FILTRO SOLAR, DEVEMOS USAR ROUPAS FRESCAS, CHAPÉU E BEBER MUITO LÍQUIDO. O SEU CORPO AGRADECE!

Fonte: Adaptação do texto "Cuidados com a exposição ao sol/ Fonte: http://www.superkid.com.br/quadrinhos/index.php

O ASSUNTO DO TEXTO É:

A ( ) AS ESTAÇÕES DO ANO.

B ( ) PROTEÇÃO À SAÚDE.

C ( ) PESSOAS DOENTES.

D ( ) CUIDADO COM AS ROUPAS.

RESPONDA AS QUESTÕES NO CADERNO:

HORA DA PESQUISA

CONVERSE COM O PAPAI E A MAMÃE E PEÇA-LHES AJUDA PARA RESPONDER ÀS PERGUNTAS ABAIXO.



1. QUE TIPO DE ROUPA DEVEMOS USAR NO VERÃO? POR QUÊ?
2. POR QUE DEVEMOS BEBER MUITO LÍQUIDO NO VERÃO?
3. O QUE É ACONSELHÁVEL COMER NESSA ESTAÇÃO?
4. EXISTE ALGUM CUIDADO QUE DEVEMOS TER COM A PELE? QUAL?
5. NO VERÃO, O QUE VOCÊ E SUA FAMÍLIA GOSTAM DE FAZER PARA SE REFRESCAR?
6. O QUE PODE ACONTECER SE TOMARMOS SOL SEM USAR PROTETOR SOLAR?