



Educação Sexual

3.º ano

Nome: _____

Escola: _____

Data: - -



Conhecer o corpo humano

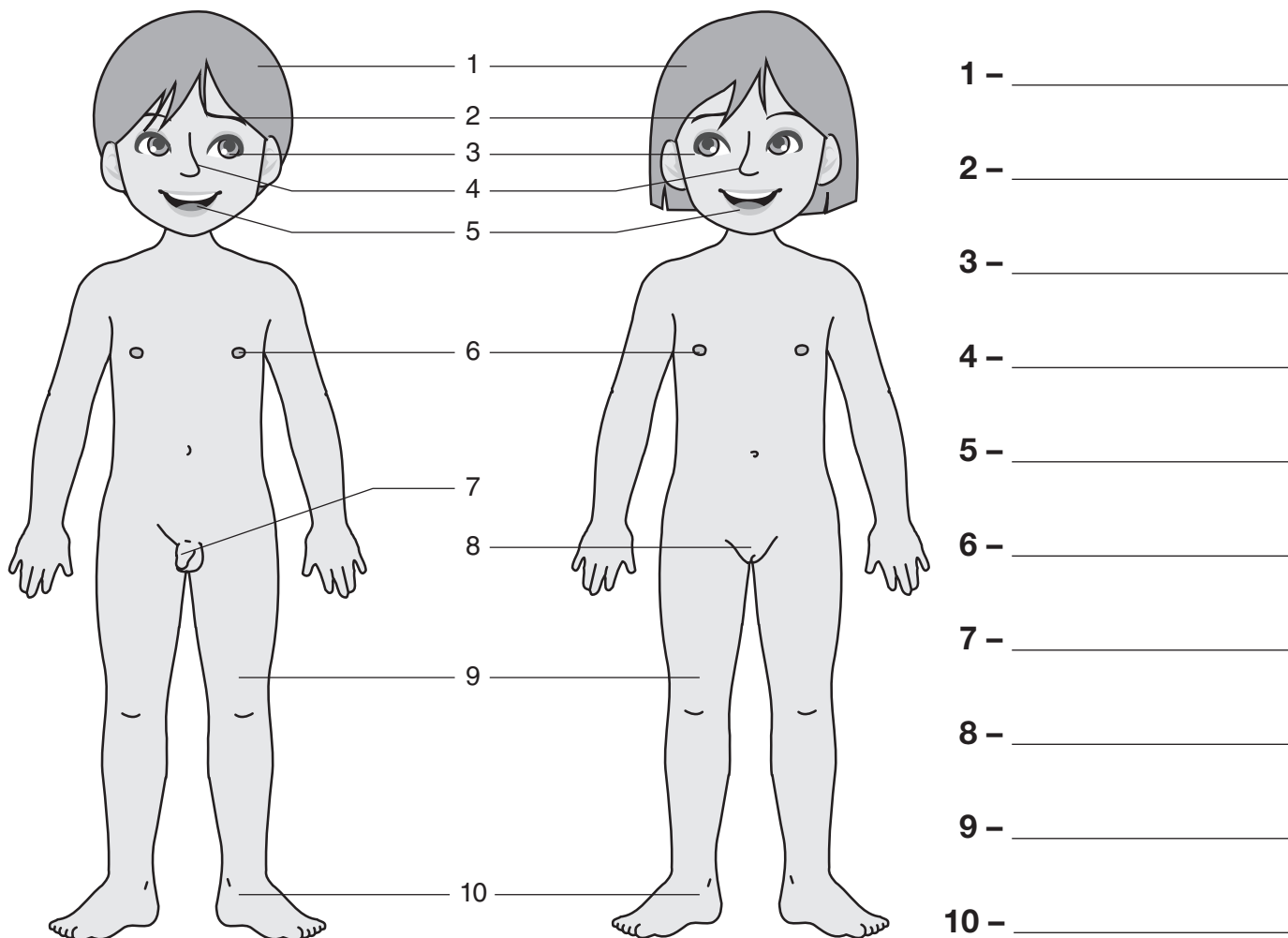


Objetivos:

- Perceber as diferenças anatômicas entre o corpo do rapaz e da rapariga.
- Dialogar com os alunos sobre a evolução do corpo humano e as diferenças que o caracterizam.

MCA/ALFRRP © Porto Editora

- 1 Legenda as imagens, indicando o nome de algumas das partes do corpo masculino e feminino.



Nome: _____

Escola: _____

Data: _____



O corpo transforma-se



Objetivos:

- Perceber a evolução do próprio corpo e do corpo humano em geral.
- Dialogar com os alunos sobre a evolução do corpo humano, o crescimento do corpo e as suas evoluções ao longo da vida.

- 1 Observa as imagens. Dialoga com o teu professor e colegas sobre a evolução do corpo humano.
- 2 Lê as frases do quadro. Escreve, debaixo de cada esquema, as frases do quadro que lhe correspondem, relativamente às principais transformações. Podes ter de repetir algumas em ambos os esquemas.

A voz começa a engrossar.

Os seios desenvolvem-se.

Os ombros começam a ficar mais largos.

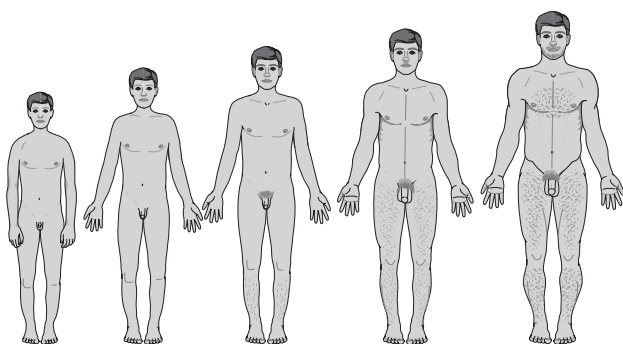
Aparece o período menstrual.

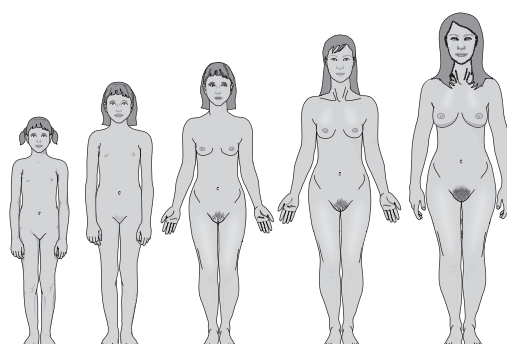
Os órgãos genitais crescem.

Começam a aparecer pelos nas axilas.

Começam a aparecer pelos na zona púbica.

As ancas ficam mais redondas.





Nome: _____

Escola: _____

Data: - -

Diferenças entre o aparelho reprodutor feminino e masculino

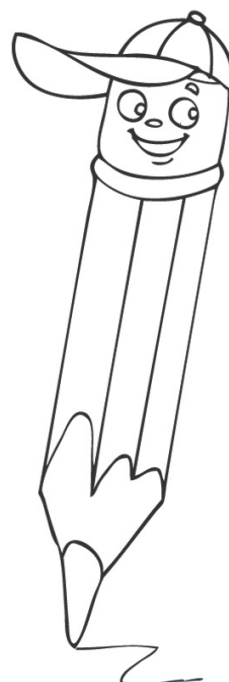
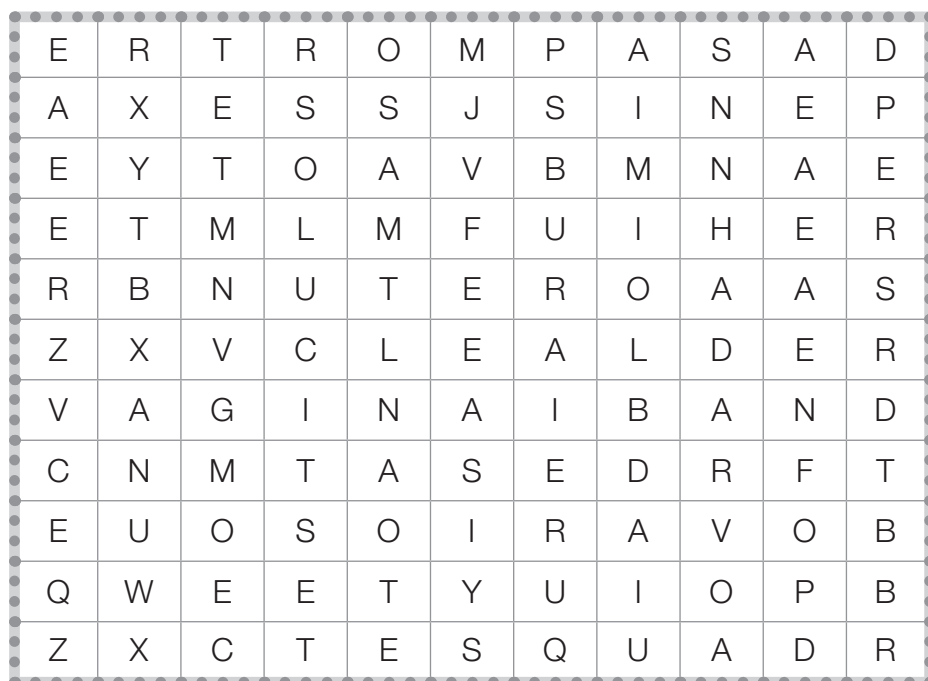


Objetivos:

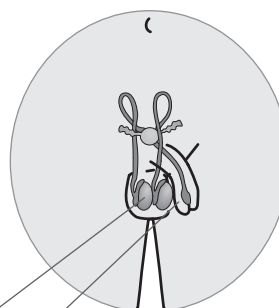
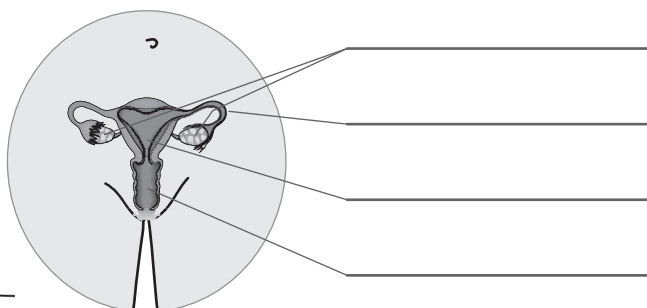
- Usar vocabulário adequado sobre o corpo humano.
- Dialogar com os alunos sobre a promoção da higiene corporal.

MCA/ALFAP © Porto Editora

1 Encontra o nome dos órgãos dos aparelhos reprodutores na sopa de letras.



2 Legendas as imagens com as palavras encontradas.



Nome: _____

Escola: _____

Data: ____ - ____ - ____



Higiene do corpo



Objetivos:

- Usar vocabulário adequado sobre o corpo humano.
- Dialogar com os alunos sobre a promoção da higiene corporal.

- 1 Encontra na sopa de letras 9 produtos e/ou utensílios básicos de higiene que debes utilizar para cuidares do teu corpo.

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



- 2 Quantas vezes debes trocar de roupa interior?

Quando cheira mal.

☐

Duas vezes por semana.

☐

Todos os dias.

☐

- 3 Indica as partes do corpo a que debes dar especial atenção na hora do banho.

Nome: _____

Escola: _____

Data: – – –



O corpo humano

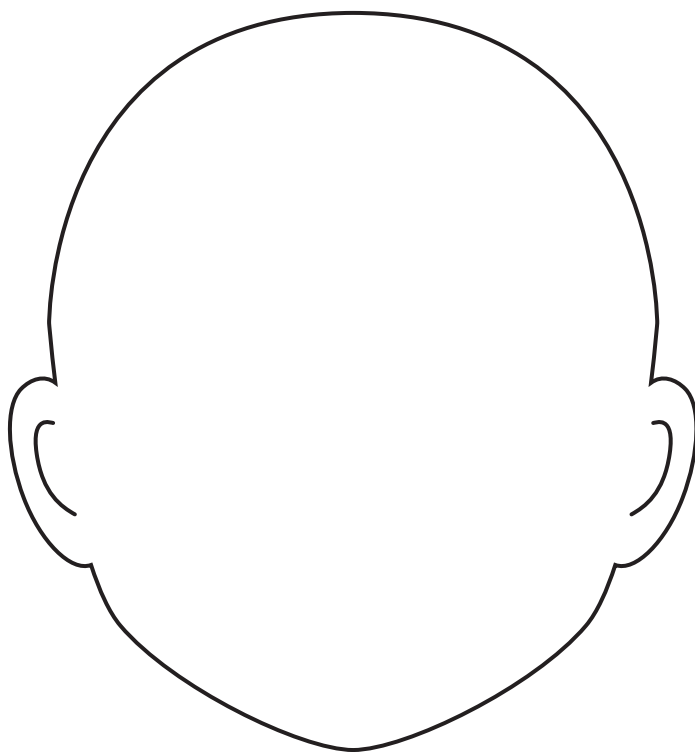


Objetivo:

- Promover uma autoestima positiva.

MCA/ALFRRP © Porto Editora

1 Imagina como serás quando fores adulto. Desenha-te.



2 Quando eras mais pequeno, os adultos diziam que eras parecido com:

– a tua mãe.

☐

– o teu pai.

☐

– os teus tios.

☐

– os teus primos.

☐

– outro _____

☐



A reprodução

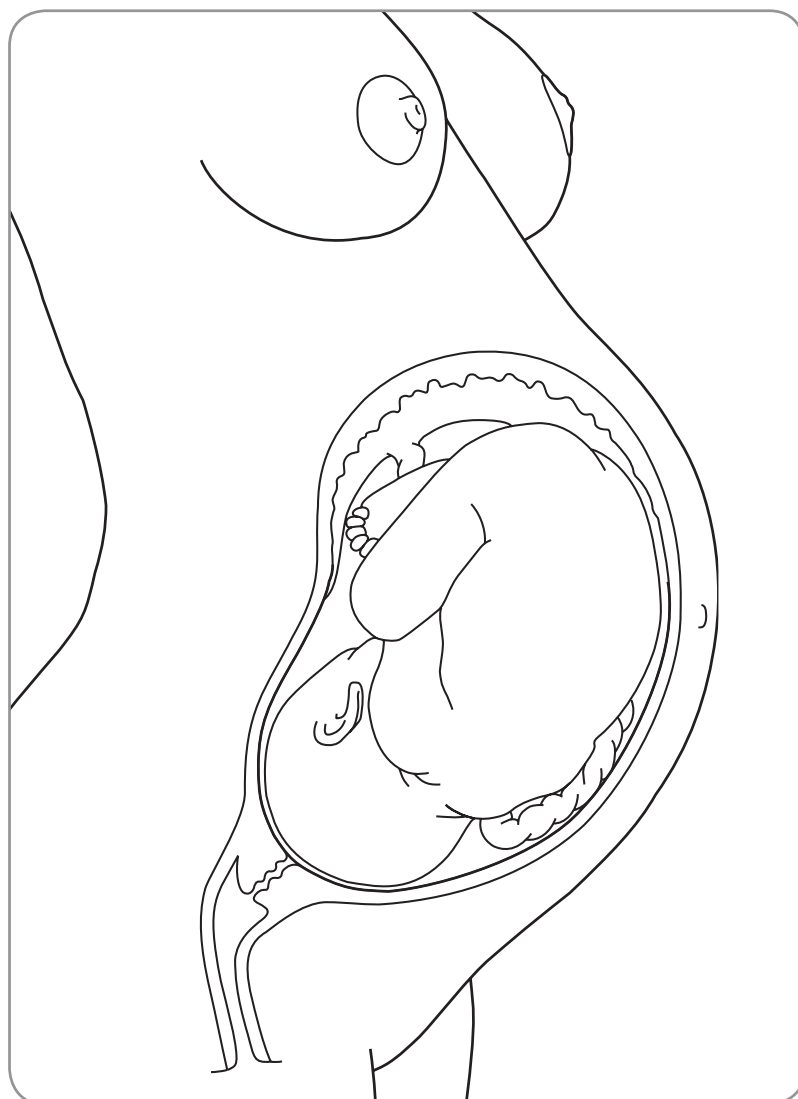


Objetivo:

- Compreender os mecanismos fundamentais da reprodução.

Na reprodução, o espermatozoide do homem junta-se ao óvulo da mulher. O ovo formado fica dentro do corpo da mulher e é dentro dela que o novo ser se desenvolve. Passados cerca de nove meses, o bebé encontra-se pronto para nascer.

1 Observa e pinta a imagem seguinte:



Nome: _____

Escola: _____

Data: - -



A reprodução



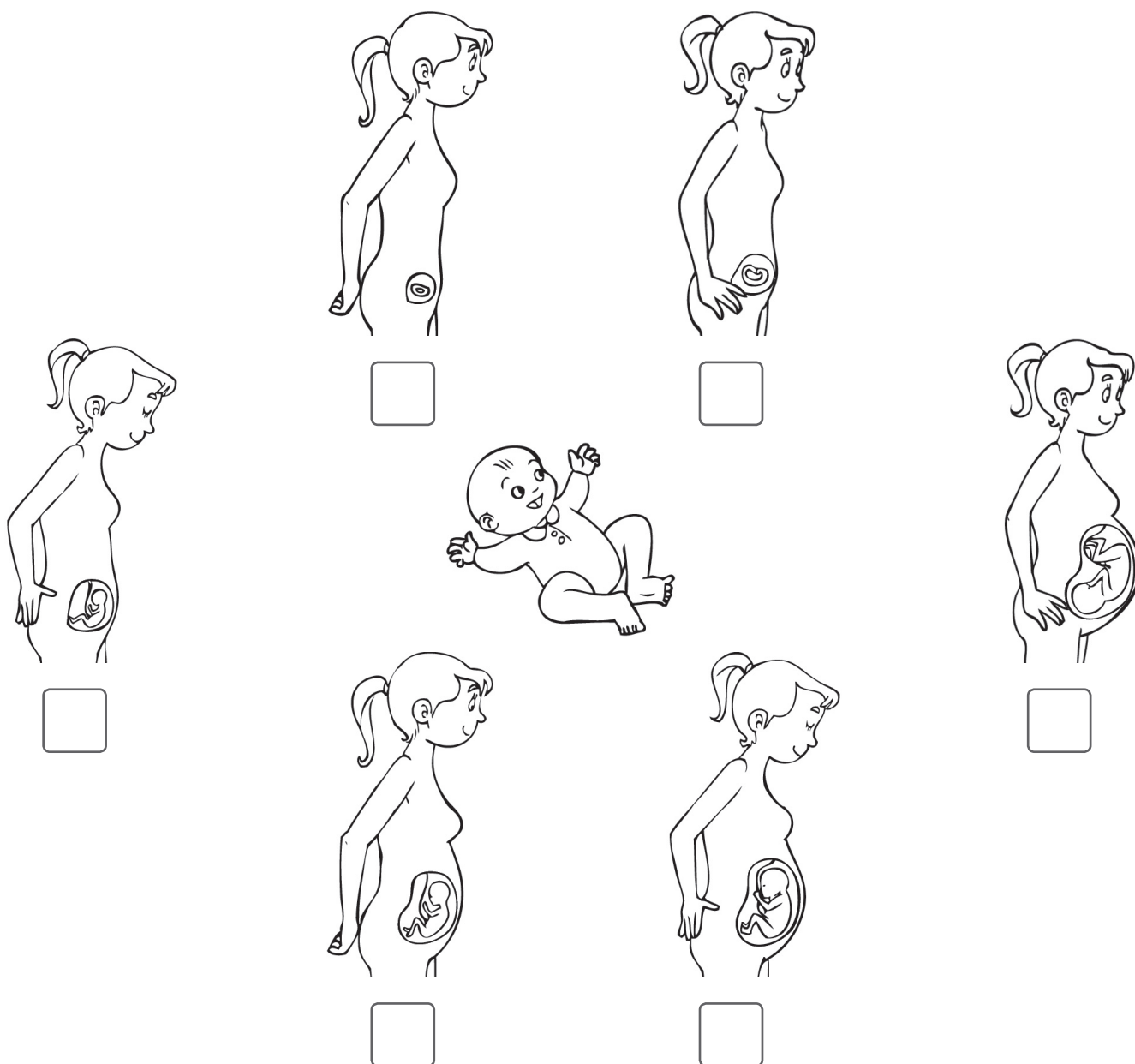
Objetivo:

- Compreender os mecanismos fundamentais da reprodução.

MCGRAW-HILL © Porto Editora

- 1** Observa as imagens seguintes sobre o crescimento de um bebé na barriga da mãe, que dura cerca de 9 meses.

1.1. Numera-as de 1 a 6, da primeira à última fase.



Nome: _____

Escola: _____

Data: - - -



A reprodução

**Objetivo:**

- Compreender os mecanismos fundamentais da reprodução.

É para o hospital que a mãe deve ir, mal o bebé esteja pronto para nascer, pois é aí que os médicos garantem o bem-estar de ambos. O bebé nasce da vagina da mãe (parto vaginal), mas, se existirem complicações, o médico pode realizar uma cesariana (retirar o bebé pela barriga). Contudo, não é caso para preocupações, pois a mãe é anestesiada para não sentir dores.

1 Desenha e pinta a tua família no espaço seguinte:

2 Procura saber qual foi o tipo de parto que a tua mãe teve quando nasceste. Assinala a resposta correspondente.

Parto normal

☐

Porque: _____

Cesariana

☐

Nome: _____

Escola: _____

Data: - -



A família / O valor da família



Objetivos:

- Identificar sentimentos variados.
- Reconhecer a importância das relações afetivas na família.

MCA/ALFRRP © Porto Editora

1 Ilustra, nos quadrados, aquilo que pensas que uma mãe sente quando o(a) filho(a)...

Adoece.

É bem educado.

É chamada à escola porque se portou mal.

Cumpre as tarefas escolares de modo exemplar.

Melhora após uma doença.

Pensa que se perdeu.



Nome: _____

Escola: _____

Data: _____



A família / O valor da família



Objetivos:

- Identificar sentimentos variados.
- Reconhecer a importância das relações afetivas na família.

- 1 Achas que o papel do pai é muito diferente do da mãe? Depois de dialogares com o professor e os teus colegas sobre este assunto e de partilhares opiniões, indica as características que mais gostas no teu pai.



- 2 Nem todas as famílias são iguais, mas todas devem incluir valores que lhes permitam conviver saudavelmente. Descobre 10 valores familiares essenciais na sopa de letras.



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

Nome: _____

Escola: _____

Data: _____



Tipos de família



Objetivo:

- Reconhecer e respeitar diferentes tipos de família.

Há diferentes tipos de famílias, mas todas as famílias são especiais, desde que exista amor, respeito e compreensão. Umas são numerosas, outras têm membros adotados, mas, no final, o que importa é o amor que as une.

- 1 Pinta as imagens de alguns tipos de família.



- 2 Escreve um texto sobre o tema: *Gosto muito da minha família porque...*

Nome: _____

Escola: _____

Data: _____

- -



A família / O valor da família



Objetivos:

- Reconhecer a importância das relações afetivas na família.
- Reconhecer diferentes papéis de cada um na família.

Numa família, cada um tem diferentes tarefas e responsabilidades diárias. Com certeza que já tiveste oportunidade de observar que, durante a semana, os teus pais desempenham determinadas tarefas e têm responsabilidades diferentes na família, partilhando umas e diferenciando-se noutras.

- 1 Na prancha seguinte desenha, legenda e ilustra uma pequena banda desenhada sobre as atividades e/ou tarefas que cada membro da tua família realiza ao longo de um dia.

Um dia da minha família...

Nome: _____

Escola: _____

Data: _____

—

—



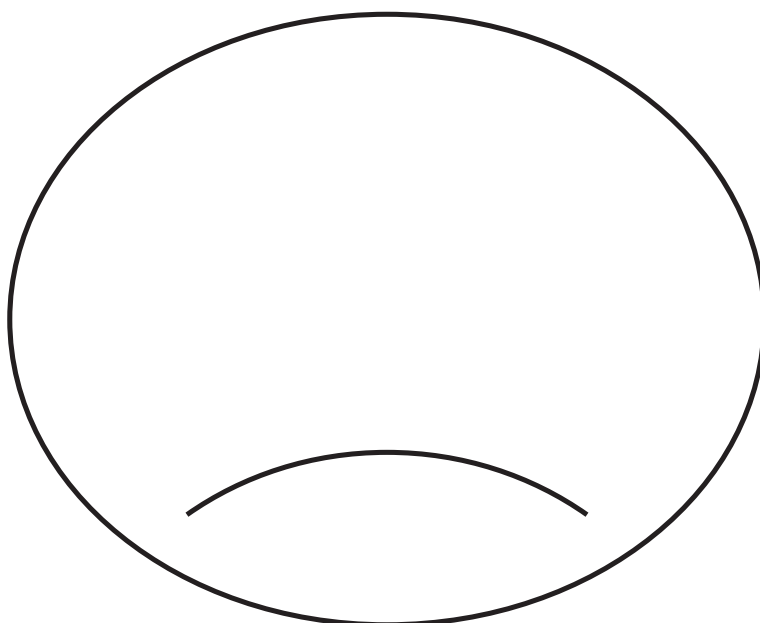
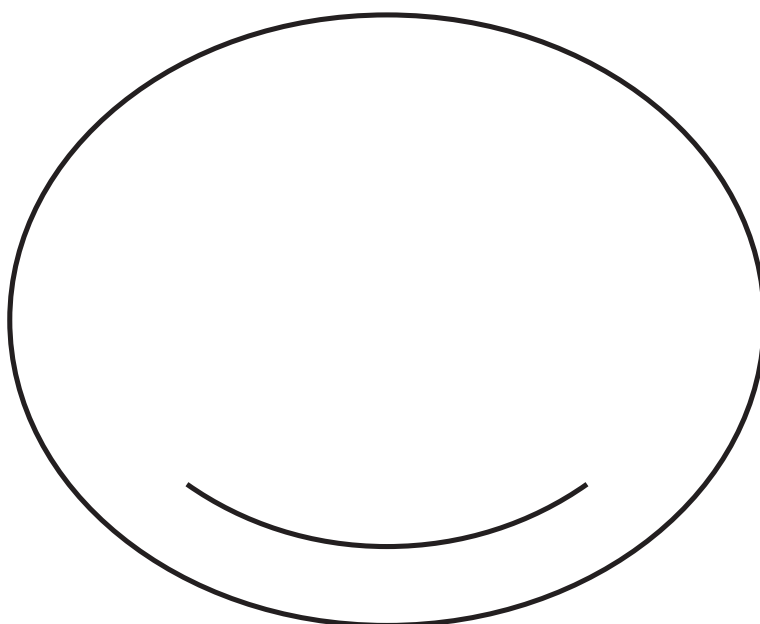
Os sentimentos

**Objetivo:**

- Identificar e expressar sentimentos pessoais.

MCA/ALFRRP © Porto Editora

- 1 Existem momentos em que nos sentimos tristes, outros alegres, numas alturas temos medo e noutras zangamo-nos facilmente. Escreve, dentro das carinhas (triste e contente), o que te faz ficar triste e o que te faz ficar contente.



Nome: _____

Escola: _____

Data: _____



Os meus sentimentos

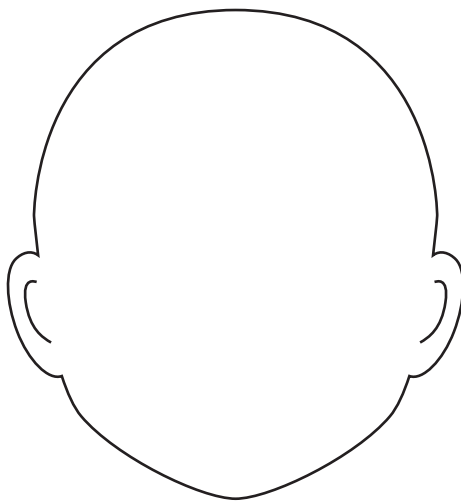


Objetivo:

- Identificar e expressar sentimentos pessoais.

A vida torna-se bem melhor se tivermos amigos para partilhar alegrias, tristezas, brincadeiras, segredos. Com amigos nunca nos sentimos sós e somos mais felizes.

- 1 De certeza que tens um amigo especial: o teu melhor amigo. Completa a imagem desenhando os elementos que faltam (o mais parecido com o teu melhor amigo).



- 2 Descreve o teu melhor amigo, fisicamente e psicologicamente. Descreve também aquilo que mais gostam de fazer juntos.

O meu melhor amigo

Nome: _____

Escola: _____

Data: _____

—

—



Os meus sentimentos

**Objetivo:**

- Refletir sobre o relacionamento com os outros.

MCA/ALFRRP © Porto Editora

1 Lembras-te de uma vez que tenhas discutido com alguém. O que aconteceu?

Ilustra a situação.

2 Como te sentiste depois da discussão? O que fizeste?

Ilustra a situação.