



MEU CORPO E MEUS CUIDADOS

PÁGINA 1 - MEU CORPO É ESPECIAL

BLOCO 1 LEIA

EU TENHO UM CORPO.

COM ELE, EU BRINCO, ANDO, PULO E APRENDO.

MEU CORPO PRECISA DE CUIDADO E CARINHO.



BLOCO 2 1. PINTE A CRIANÇA COM CAPRICHOS.



BLOCO 3 2. MARQUE COM X O QUE VOCÊ FAZ COM O CORPO.

- () ANDO
- () PULO
- () BRINCO
- () DURMO
- () APRENDO

BLOCO 4 3. COMPLETE.

MEU NOME É: _____

BLOCO 5 4. DESENHE VOCÊ.

NOME: _____ DATA: ____/____/____



MEU CORPO E MEUS CUIDADOS

PÁGINA 2 - AS PARTES DO CORPO

BLOCO 1 LEIA

O CORPO HUMANO TEM MUITAS PARTES.
CADA PARTE TEM UM NOME.



BLOCO 2 1. LIGUE CADA NOME À PARTE DO CORPO.

CABEÇA

BRAÇO

MÃO



PERNA

PÉ

BLOCO 3 2. COMPLETE COM O BANCO DE PALAVRAS.

BANCO DE PALAVRAS: CABEÇA - MÃO - PÉ

- A) EU USO A _____ PARA PENSAR.
B) EU USO A _____ PARA SEGURAR.
C) EU USO O _____ PARA ANDAR.



BLOCO 4 3. PINTÉ AS PARTES DO CORPO QUE USAMOS PARA ANDAR.



NOME: _____

DATA: ____ / ____ / ____



MEU CORPO E MEUS CUIDADOS

PÁGINA 3 - MEU ROSTO TAMBÉM FAZ PARTE DO CORPO

BLOCO 1 LEIA

NO ROSTO, TEMOS OLHOS, NARIZ, BOCA E OUVIDOS.

CADA PARTE AJUDA EM UMA AÇÃO.



BLOCO 2 1. LIGUE.

OLHOS



VER

NARIZ



CHEIRAR

BOCA



FALAR E COMER

OUVIDOS



OUVIR

BLOCO 3 2. MARQUE A RESPOSTA CORRETA.

A) EU USO OS OLHOS PARA:

- () VER
- () ANDAR
- () SEGURAR

B) EU USO OS OUVIDOS PARA:

- () OUVIR
- () PULAR
- () PEGAR

C) EU USO A BOCA PARA:

- () FALAR
- () ESCUTAR
- () ANDAR

BLOCO 4 3. COMPLETE.

EU USO O NARIZ PARA _____.

NOME: _____

DATA: ____/____/____





MEU CORPO E MEUS CUIDADOS

PÁGINA 4 - CADA PARTE TEM UMA FUNÇÃO

BLOCO 1 LEIA

AS PARTES DO CORPO NOS AJUDAM TODOS OS DIAS.
COM ELAS, PODEMOS ANDAR, SEGURAR, VER, OUVIR E FALAR.



BLOCO 2 1. LIGUE A PARTE DO CORPO À AÇÃO.

MÃOS



SEGURAR



PÉS



ANDAR



OLHOS



VER



OUVIDOS



OUVIR



BOCA



FALAR



BLOCO 3 2. OBSERVE E PINTE AS CENAS.

A) CRIANÇA ANDANDO.



B) CRIANÇA SEGURANDO UM BRINQUEDO.



C) CRIANÇA LENDO UM LIVRO.



BLOCO 4 3. COMPLETE COM UMA PALAVRA.

A) EU USO AS MÃOS PARA _____.

B) EU USO OS PÉS PARA _____.

NOME: _____

DATA: ____/____/____



MEU CORPO E MEUS CUIDADOS

PÁGINA 5 - EU CUIDO DO MEU CORPO

BLOCO 1 LEIA

CUIDAR DO CORPO AJUDA A MANTER A SAÚDE.

A HIGIENE FAZ PARTE DA NOSSA ROTINA.



BLOCO 2 1. CIRCULE OS OBJETOS DE HIGIENE.



ESCOVA DE DENTES



SABONETE



PENTE



TOALHA



BOLA



LÁPIS

BLOCO 3 2. LIGUE O OBJETO AO CUIDADO.



ESCOVA DE DENTES

• ESCOVAR OS DENTES



SABONETE

• LAVAR O CORPO



PENTE

• PENTEAR O CABELO



TOALHA

• SECAR O CORPO

BLOCO 4 3. COMPLETE COM O BANCO DE PALAVRAS.

BANCO DE PALAVRAS: DENTES - MÃOS - CABELO

A) EU ESCOVO OS _____.

B) EU LAVO AS _____.

C) EU PENTEIO O _____.



NOME: _____

DATA: ____/____/____



MEU CORPO E MEUS CUIDADOS

PÁGINA 6 – BONS HÁBITOS DE HIGIENE

BLOCO 1 LEIA

A HIGIENE AJUDA A PROTEGER O CORPO.

DEVEMOS CUIDAR DO CORPO TODOS OS DIAS.



BLOCO 2 1. MARQUE COM X OS HÁBITOS CORRETOS.

- () LAVAR AS MÃOS ANTES DE COMER.
- () ESCOVAR OS DENTES TODOS OS DIAS.
- () FICAR MUITOS DIAS SEM TOMAR BANHO.
- () CORTAR AS UNHAS QUANDO ESTÃO GRANDES.
- () USAR TOALHA LIMPA.

BLOCO 3 2. PINTe SOMENTE AS CENAS DE HIGIENE.



LAVANDO
AS MÃOS



ESCOVANDO
OS DENTES



TOMANDO
BANHO



MÃOS
SUJAS



JOGANDO LIXO
NO CHÃO

BLOCO 4 3. COMPLETE.

EU CUIDO DO MEU CORPO QUANDO EU _____.

NOME: _____

DATA: ____/____/____



MEU CORPO E MEUS CUIDADOS

PÁGINA 7 - EU CONHEÇO E CUIDO DO MEU CORPO

BLOCO 1 1. COMPLETE COM O BANCO DE PALAVRAS.

BANCO DE PALAVRAS: OLHOS — MÃOS — PÉS — DENTES

- A) USO OS _____ PARA VER.
- B) USO AS _____ PARA SEGURAR.
- C) USO OS _____ PARA ANDAR.
- D) ESCOVO OS _____ TODOS OS DIAS.



BLOCO 2 2. LIGUE.

LAVAR AS MÃOS

CUIDADO
COM AS MÃOS

ESCOVAR OS DENTES

CUIDADO
COM A BOCA

TOMAR BANHO

CUIDADO
COM O CORPO

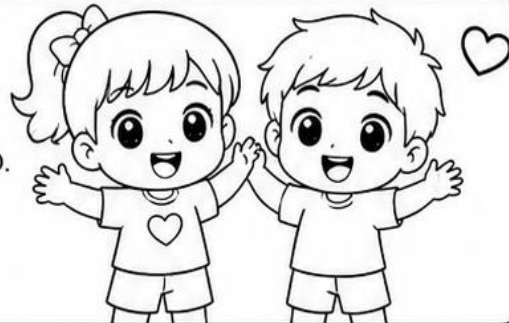
PENTEAR O CABELO

CUIDADO
COM O CABELO

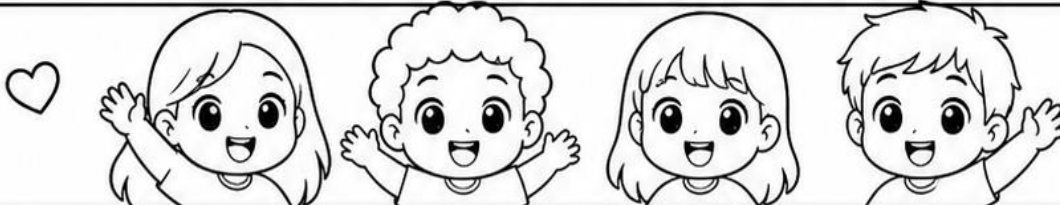
BLOCO 3 3. DESENHE UM HÁBITO DE HIGIENE QUE VOCÊ PRÁTICA.

BLOCO 4 4. AUTOAVALIAÇÃO

- () EU SEI NOMEAR PARTES DO CORPO.
- () EU SEI PARA QUE SERVEM ALGUMAS PARTES DO CORPO.
- () EU SEI QUE PRECISO CUIDAR DO MEU CORPO.
- () EU PRÁTICO HÁBITOS DE HIGIENE.



MEU CORPO É IMPORTANTE. EU CUIDO DELE COM CARINHO!



NOME: _____

DATA: ____ / ____ / ____

GABARITO – MEU CORPO E MEUS CUIDADOS

CIÊNCIAS – 1º ANO

PÁGINA 1

- 1) LEITURA.
- 2) MARQUE COM X:
ANDO, PULO, BRINCO,
DURMO E APRENDO.
(TODAS AS ALTERNATIVAS)
- 3) MEU NOME É:
RESPOSTA PESSOAL.
- 4) DESENHE VOCÊ:
RESPOSTA PESSOAL.



PÁGINA 2

- 1) LIGUE:
 - CABEÇA → CABEÇA
 - BRAÇO → BRAÇO
 - MÃO → MÃO
 - PERNA → PERNA
 - PÉ → PÉ
- 2) COMPLETE:
 - A) CABEÇA
 - B) MÃO
 - C) PÉ
- 3) PINTE:
PERNAS E PÉS.



PÁGINA 3

- 1) LIGUE:
 - OLHOS → VER
 - NARIZ → CHEIRAR
 - BOCA → FALAR E COMER
 - OUVIDOS → OUVIR
- 2) MARQUE:
 - A) VER
 - B) OUVIR
 - C) FALAR
- 3) COMPLETE:
CHEIRAR.



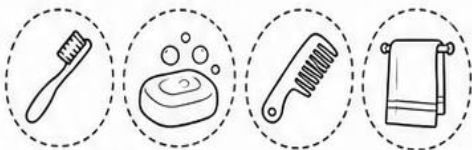
PÁGINA 4

- 1) LIGUE:
 - MÃOS → SEGURAR
 - PÉS → ANDAR
 - OLHOS → VER
 - OUVIDOS → OUVIR
 - BOCA → FALAR
- 2) OBSERVE E PINTE:
A, B E C.
- 3) COMPLETE:
 - A) SEGURAR
 - B) ANDAR



PÁGINA 5

- 1) CIRCULE:
ESCOVA DE DENTES,
SABONETE, PENTE
E TOALHA.
- 2) LIGUE:
 - ESCOVA DE DENTES → ESCOVAR OS DENTES
 - SABONETE → LAVAR O CORPO
 - PENTE → PENTEAR O CABELO
 - TOALHA → SECAR O CORPO
- 3) COMPLETE:
 - A) DENTES
 - B) MÃOS
 - C) CABELO



PÁGINA 6

- 1) MARQUE COM X:
 - LAVAR AS MÃOS ANTES DE COMER.
 - ESCOVAR OS DENTES TODOS OS DIAS.
 - CORTAR AS UNHAS QUANDO ESTÃO GRANDES.
 - USAR TOALHA LIMPA.
- 2) PINTE SOMENTE:
 - LAVANDO AS MÃOS.
 - ESCOVANDO OS DENTES.
 - TOMANDO BANHO.
- 3) COMPLETE:
RESPOSTA PESSOAL.



PÁGINA 7

- 1) COMPLETE:
 - A) OLHOS
 - B) MÃOS
 - C) PÉS
 - D) DENTES
- 2) LIGUE:
 - LAVAR AS MÃOS → CUIDADO COM AS MÃOS
 - ESCOVAR OS DENTES → CUIDADO COM A BOCA
 - TOMAR BANHO → CUIDADO COM O CORPO
 - PENTEAR O CABELO → CUIDADO COM O CABELO
- 3) DESENHE UM HÁBITO DE HIGIENE:
RESPOSTA PESSOAL.
- 4) AUTOAVALIAÇÃO:
RESPOSTA PESSOAL.



BOM TRABALHO!



DIREITOS AUTORAIS E USO DO MATERIAL

Material gratuito para uso pedagógico

Este material pertence ao site atividadesdealfabetizacao.com.br e é oferecido gratuitamente para apoiar o trabalho dos professores.



Site oficial: <https://atividadesdealfabetizacao.com.br/>

✓ VOCÊ PODE

- ✓ Baixar e imprimir para usar com seus alunos.
- ✓ Utilizar em sala de aula, reforço escolar e tarefas pedagógicas.
- ✓ Compartilhar com outros professores apenas o link oficial do blog.



✗ NÃO É PERMITIDO

- ✗ Vender, revender ou incluir este material em produtos pagos.
- ✗ Publicar o PDF completo em sites, blogs, grupos, drives ou redes sociais.
- ✗ Remover créditos, logotipo, endereço do site ou marcas de autoria.
- ✗ Alterar o material e redistribuir como se fosse de sua autoria.
- ✗ Copiar as atividades para criar apostilas, cursos ou novos arquivos para distribuição.



Gratidão por respeitar os direitos autorais
e valorizar a criação de materiais educativos gratuitos.

