

MANUAL DE ATIVIDADES

PARA ESCOLAS
Atividades aconselhadas
dos 5 aos 10 anos

Queridos Coordenadores, Professores e Educadores,

Estamos de volta a mais uma edição do **Dia do Nariz Vermelho**, este ano é muito especial para nós pois celebramos a **15ª edição**!

O Dia do Nariz Vermelho é uma iniciativa que organizamos anualmente, no dia **1 de Junho**, junto da comunidade escolar e que tem os principais objectivos:

- Sensibilizar os mais novos para a importância da solidariedade social
- Dar a conhecer o que faz o Doutor Palhaço, uma nova profissão, e a importância que um sorriso pode ter na vida de uma criança;
- Angariar fundos através da compra dos nossos produtos solidários, fundamental para a sustentabilidade da nossa causa .

Pretendemos que o Dia do Nariz Vermelho seja **um dia diferente nas Escolas, Bibliotecas, Ludotecas, ATL's ou outros locais que recebam crianças**, e que neste dia se realizem diversas atividades que ao mesmo tempo divertem, educam e sensibilizam as crianças para as questões sociais.

Trazemos anualmente novidades às entidades participantes de forma a conseguirmos ser um complemento ao conteúdo letivo, no nosso manual de atividades encontra **propostas de atividades relacionadas com a nossa missão**, mais especificamente com a importância que um sorriso pode ter na vida dos outros.

O DNV é também uma forma de **angariação de fundos** para a nossa missão através da venda dos nossos **produtos solidários que são enviados à consignação**. Pode consultar os produtos disponíveis no nosso site: **www.narizvermelho.pt**

Os resultados do DNV têm sido extraordinários e mostram a dedicação, empenho e solidariedade da comunidade escolar: **Em 2022 participaram 463 escolas, mais de 76.194 alunos**, no entanto temos o sonho de chegar a mais escolas para que assim a nossa missão chegue a cada vez a mais crianças, e é nesse sentido que solicitamos a vossa parceria para divulgarem o DNV.

Agradecemos a todos como as crianças hospitalizadas agradecem aos Doutores Palhaços, com um sorriso de orelha a orelha!



DESAFIO 1

Cria o Teu Doutor Palhaço e Desfila na Passarelle

Para ser Doutor Palhaço é preciso ser artista profissional: palhaço, ator ou músico, de preferência com experiência no trabalho com crianças e com uma grande capacidade de brincar e improvisar. Atuar num hospital exige também muita sensibilidade e profissionalismo e por isso a ONV (Operação Nariz Vermelho) garante que os seus Doutores Palhaços recebem formação específica para atuar neste contexto.



1º Passo | O FIGURINO

Para ser Doutor Palhaço é essencial o **figurino**. Vão precisar de muita imaginação e alguns materiais, preferencialmente reutilizados ou criados pelas crianças.

No Baú de velharias da avó , da tia, pais ou amigos devem procurar verdadeiras relíquias: escolham a mala mais pirosa ou antiga. Quanto mais fora de moda , melhor!

Ajudamos com esta lista para verificarem que não se esquecem de nada:

- Chapéu velho, ridículo ou mimoso
- Sapato foleiro
- Meias a condizer
- Gravata ou laço
- Camisa Extravagante
- Vestido/saia vintage ou calças largueironas às riscas, às bolinhas ou aos quadrados. Ou lisas. As que encontrarem!
- Chapéu-de-chuva ou de sol
- Pandeiretas, flautas ou um instrumento musical. Até pode ser uma frigideira e uma colher de pau lá de casa!

E quanto à **maquilhagem** não precisam de exagerar se não assustam os(as) pacientes. Lembrem-se: **é só um pormenor!**

2º Passo | O NOME E A ESPECIALIDADE MÉDICA

Convidem as crianças a inventarem um nome espetacular para o seu Doutor Palhaço, a pensarem em nomes que sejam fáceis de lembrar, engraçados e que tenham a ver com uma característica sua – física ou de personalidade.

- Se a criança tem uns grandes dentes pode ser por o “Doutor Favolas”
- Tem óculos? Pode ser o “Dr. Vidrinhos”
- É muito teimoso(a)? “Dr. Teimoso”
- Adora comer pizza? “Dr. Mamma Mia”

O nome também pode estar relacionado com a vida hospitalar como o da “Enfermeira Compressa “ ou o do “Doutor Agulha”.

AGORA A ESPECIALIDADE MÉDICA DO DOUTOR(A) DE CADA CRIANÇA.

Aqui vão algumas ideias...

- Se a criança gosta de óculos escuros a sua especialidade pode ser “Oculosescurologista”
- Usa aparelho nos dentes ou vai usar ?Então pode ser uma “Aparelhologista”
- Que parte do corpo gosta mais ? Se for dos pés pode ser “Xulélologista” como é o caso do nosso “Doutor Kotonete”.





3º Passo | A PERSONALIDADE CÔMICA DO DOUTOR E A PASSARELLE

Eis alguns exercícios para as crianças descobrirem as características únicas do seu Doutor.

- Andem pela sala com os músculos do maxilar relaxados e a boca aberta.
- Abram bem os olhos , quanto mais esbugalhados melhor!
- Encolham a barriga e estiquem o peito , ou encolham o peito e estiquem a barriga
- Anca para a frente ou para trás, rabo apertado ou espetado para fora
- Ponham os pés para dentro ou para fora

Qual foi a posição mais divertida?

Agora , organize uma passerelle na sala de aula ou no recreio e disponha as crianças em roda ou em cada lado desse “corredor”.

Peça às crianças para desfilarem (á vez) mostrando a sua postura de palhaço de hospital até ao final da passerelle onde fará a sua melhor pose e pergunta aos colegas:

- Estou Bonito(a)?

Todos juntos devem responder: **SIM!!!!**

A criança recebe os aplausos dos colegas, enquanto desfila de volta ao início da passerelle, dando a vez ao próximo colega.

Atenção!

Ninguém deve ficar de fora do desfile e cabe a cada criança desfilarem como se sentir mais confortável. Uma criança mais tímida , por ex., pode desfilarem em passo acelerado ou mesmo a correr. O importante é receber este banho de **AUTO-ESTIMA!**

DESAFIO 2

O Dia Em Que a Tua Escola Vira um Hospital de Sorrisos

Um hospital é muitas vezes um lugar triste, frio e cinzento para uma criança doente. Mas as crianças da vossa escola podem construir, com a ajuda dos educadores e professores, um hospital diferente, um lugar de sorrisos!

1º Passo | OS SERVIÇOS DO NOSSO HOSPITAL

Os Doutores Palhaços não fazem marcações para as suas “consultas”. **Começam numa ponta de cada enfermaria e acabam na outra.** Visitam vários serviços pediátricos distribuindo sorrisos a toda a gente.

Recriem com as crianças, os serviços de um hospital nas salas da vossa escola e, em cada uma, realizem **atividades divertidas inspiradas nas visitas dos Doutores Palhaços.**

Aqui ficam algumas ideias:



URGÊNCIAS PEDIÁTRICAS: JOGO DA ESTÁTUA

Neste serviço a turma divide-se em dois grupos: um de Doutores Palhaços outro de Pacientes.

- Na **Triagem** os Doutores Palhaços avaliam os estado de saúde das gargalhadas do grupo de pacientes e verificam a temperatura com um termómetro das Gargalhadas (usar a imaginação para escolher um objecto que possa fazer de termómetro) para perceber se é grave ou não;
- Inspira! Expira! De seguida os Doutores palhaços auscultam os seus pacientes com o seu **Estété-Toscópio de Sorrisos** (usar a imaginação e os gestos), e os pacientes param em posição de **Múmia Paralítica** e não se podem mexer, porque enquanto somos auscultados, temos de usar sossegados;
- O primeiro paciente a mexer-se ganha um tratamento de choque dos palhaços: **um ataque de cocegas!**

Finalizado o tratamento, os grupos trocam de lugar.

BLOCO OPERATÓRIO: MAGIA NO ARI!

À porta do bloco operatório estão famílias muito preocupadas. Os Doutores Palhaços vão animá-las fazendo **Bolinhas de Sabão!**

Como fazer:

- Numa taça colocar 1 copo de água e ½ copo de detergente da loiça;
- Cada criança deve usar uma palhinha e fazer bolinhas de sabão, distribuindo magia.

UNIDADE DE CUIDADOS INTENSIVOS: CHIUU!

Vamos devagarinho! Este é um lugar muito sensível.

Neste local estão todos a descansar.

Todas as crianças deverão atravessar a sala de um lado ao outro em **Biquinhos dos pés**, e em **Câmara Lenta**. Ao mesmo tempo **mandam Beijinhos, uns aos outros, pelo Ar!**

CONSULTAS: QUE DOENÇA É ESTA?

Cada Criança deverá desenhar o seu paciente, que se queixa com alguns **sintomas bem divertidos** como os exemplos da imagem.

Macacos na cabeça

Nó na garganta

ORTOPEDIA : COÇA COÇA?

Até chegar á sala da ortopedia as crianças terão de ir ao **Pé Coxinho**.

Após chegarem fazem o seu próprio **Raio –X**.

Depois dividem-se as crianças em dois grupos: um de pacientes e outro de Doutores Palhaços.

- Os pacientes têm o braço partido e os doutores palhaços têm que o ligar com uma **Ligadura Feita de Papel Higiénico**, que podem decorar com desejos de melhoras.;
- Os pacientes não conseguem mexer a mão direita (ou a esquerda se forem canhotos) e têm de escrever uma **Mensagem de Melhoras** com a outro mão.
- O gesso faz muita **Comichão** e os pacientes não se podem coçar;
- Todos fazem uma fila e coçam as costas uns dos outros

Como fazer a radiografia da palhaçada:

- As crianças utilizam uma imagem á escala de uma parte do esqueleto á escola-braço, tórax, pé, etc – e copiam o contorno numa folha de acetato ou separador de plástico cinzento com canetas de acetato;
- Pintam o interior a branco

DESAFIO N. 3

Caça aos Sorrisos

Uma caça ao tesouro muito especial!!

Que maior riqueza há do que a de um **sorriso**?

1º Passo | PREPARAR O “TABULEIRO DE JOGO”

Os educadores/professores escondem pelo **recinto da escola** os sorrisos ,
desenhados previamente pelas crianças e/ou recortados das revistas.

2º Passo | COMO JOGAR

Dividem-se as crianças em equipas de forma a que cada equipa consiga encontrar
2 sorrisos.

- As equipas (2 Doutores Palhaços) devem descobrir um par de sorrisos (2 sorrisos).
- Assim que o consigam escrevem no verso do desenho/ fotografia uma frase alusiva o sorriso, por exemplo começada por “Sorrir é...”;
- A seguir vão colá-lo num mural em papel , afixado na escola, que recolherá todos os **Sorrisos da Escola**.



DESAFIO N. 4

Ti-Nó-Ni: a Corrida de Ambulâncias

No vosso hospital as **Ambulâncias da Alegria** dos Doutores Palhaços salvam sorrisos!

As crianças constroem em pares a sua ambulância e entram nesta corrida!

Lembrem-se que as ambulâncias têm que circular rapidamente mas em segurança.



1º Passo | CONSTRUIR A AMBULÂNCIA

- As crianças colam as tampas das caixas para dentro, reforçando assim o seu interior;
- Pintam a caixa e colam 2 Cd's (saberão o que são CD's? ☺) na frente e 2 copos na traseira e fazem os faróis;
- Em cada lateral colam os pratos de papel a fazer de rodas e aplicam meia rolha colada ao centro de cada uma.

2º Passo | COMO JOGAR

- Dividir a sala em equipas;
- A corrida deve realizar-se em estafeta, isto é com equipas de 4;
- Definir a linha de partida e de chegada no recreio;
- Ao sinal de partida cada equipa arranca com a primeira dupla de Doutores Palhaços, que corre para linha de chegada, aí chegando passa a ambulância á 2ª dupla que deve regressar ao ponto de partida;
- equipa vencedora recebe uma ENORME SALVA DE PALMAS e devolve as palmas aos seus "concorrentes".

3º Passo | OBJECTIVOS DOS DESAFIOS

Estimular:

- Empatia
- Diversão
- Rir
- Trabalho de equipa
- Criatividade
- Imaginação
- Auto-estima
- Sensibilização para a figura do Doutor Palhaço.

FICHA DE JOGO N. 1*

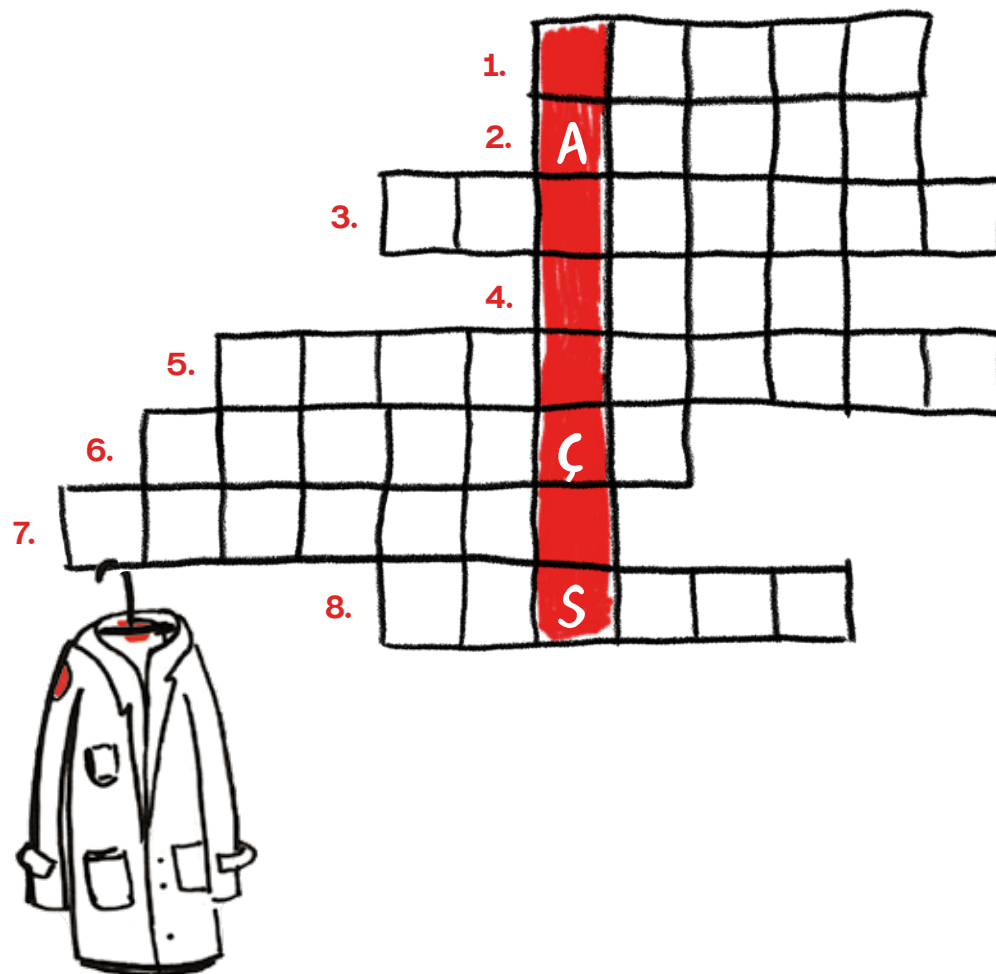
Palavras Cruzadas

Todas as **terças e quintas**, o logo de manhã, bem cedinho, o **Pacas** e a **Ana** preparam-se para mais um **dia de trabalho no hospital**.

O Pacas e a Ana chegam ao hospital, trocam de roupa, vestem a bata e transformam-se em **Doutores**...

Preenche as palavras cruzadas para descobrires a profissão do Pacas e da Ana.

1. Lugar por onde as pessoas entram e saem
2. Aquele que brinca comigo
3. O contrário de barulho
4. O dia antes de amanhã e depois de ontem
5. Riso barulhento que não tem fim
6. Pessoa em crescimento
7. O que eu tomo quando estou doente
8. Com ela, danço até me cansar



* Material retirado do nosso livro de atividades “Um dia de Visita” – Livro disponível na nossa lojinha online em narizvermelho.pt/lojinha

FICHA DE JOGO N. 2*

Sopa de Letras

Que roupa tão estranha vestem os Doutores Palhaços! Para que será que serve o nariz vermelho?

Encontra, nesta sopa de letras, as peças de roupa do trabalho dos Doutores Palhaços.



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

* Material retirado do nosso livro de atividades “Um dia de Visita” – Livro disponível na nossa lojinha online em narizvermelho.pt/lojinha

FICHA DE JOGO N. 3*

Jogo das Rimas

A cantar no corredor do hospital, os Doutores Palhaços chegam à porta do quarto e ... **SILÊNCIO**. Não ouvem sequer uma palavra. Eles espreitam e, dentro do quarto, **encontram uma menina**.

Os Doutores Palhaços observam mais um pouco e descobrem um livro na cabeceira da cama. Armam-se logo em poetas: dizem que já publicaram um livro de poesia e mostram que **são os melhores do mundo a fazer rimas**.

A menina fica curiosa e **ouve com atenção**.

Corrige a rima dos Doutores Palhaços!



PICO, PICO, SARAPICO

QUEM TE DEU

TAMANHO ~~NARIZ~~ _ _ _ _ ?

FOI A VELHA CHOCALHEIRA

A JOGAR A ~~BOLA~~ _ _ _ _ _ .

SOBRANCELHA, É REDONDA,

COMO A PULGA NA BALANÇA

DEU UM PULO

PÔS-SE EM ~~ESPAÑA~~ _ _ _ _ _

OS CAVALOS A CORRER

AS MENINAS A ~~SALTAR~~ _ _ _ _ _

QUAL SERÁ A MAIS BONITA

QUE SE VAI ~~RIR~~ _ _ _ _ _ ?