



# Dia do NARIZ VERMELHO

01  
JUNHO



Ideias de Atividades para  
Pré-escolar, 1º e 2º ciclo do Ensino Básico

## RIR É O MELHOR REMÉDIO!

Uma forma de divertir, educar e sensibilizar  
os alunos para a importância da  
solidariedade social



operação  
**NARIZ  
VERMELHO**  
Kit Educativo

## Queridos Educadores e Professores,

A Operação Nariz Vermelho conta com o vosso apoio para explorar este manual, onde lançamos algumas ideias e desafios para que o **DIA DO NARIZ VERMELHO** seja um dia único e memorável para toda a comunidade escolar!

O nosso propósito é, com a vossa ajuda, 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**.

Tudo isto numa mistura de alegria e brincadeira porque todos sabemos que **enquanto brincam, as crianças desenvolvem diversas capacidades cognitivas**. A divertirem-se ou a fazerem descobertas, as crianças sentem-se motivadas, recompensadas e felizes!

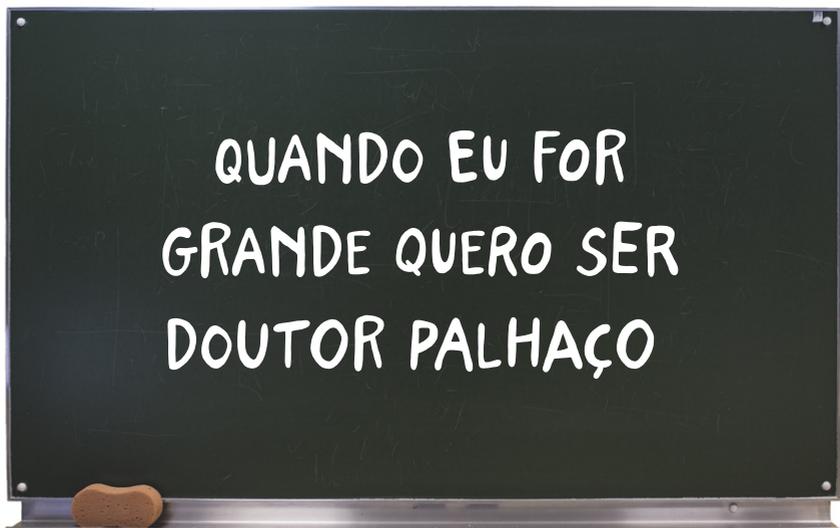
Mas por muitas ideias que possamos ter, a nossa imaginação não se equipara nem à vossa, nem à das vossas crianças! Todos os anos a ONV admira-se, maravilhada, com os resultados do trabalho desenvolvido pelas centenas de escolas que participam, desde 2008, neste dia, com todo o amor, carinho, muitos sorrisos e dedicação à nossa causa: **LEVAR ALEGRIA ÀS CRIANÇAS HOSPITALIZADAS!**

Por isso não temos dúvidas que seremos de novo surpreendidos.

**MUITO OBRIGADO POR METEREM O NARIZ POR ESTA CAUSA!**

A Operação Nariz Vermelho





Receber a visita particular de um Doutor Palhaço é uma experiência fantástica e muito especial para uma criança. Entretanto, é importante lembrarmos que um hospital não é um circo... e para poder estar perto da criança hospitalizada, este artista adapta as suas ferramentas e age em perfeita consonância com os profissionais de saúde, o ambiente hospitalar e as necessidades de cada criança. Assim, o Doutor Palhaço surge como uma profissão, um palhaço especializado em trabalhar no hospital.

**Vamos explorar, em projetos e atividades divertidas, esta nova profissão!**



## DESAFIO Nº 1

# CRIA O TEU DOUTOR PALHAÇO

Para ser um 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 garante que os seus Doutores Palhaços recebem formação específica para atuar neste contexto.

## 1º PASSO | O NOME E A ESPECIALIDADE MÉDICA

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

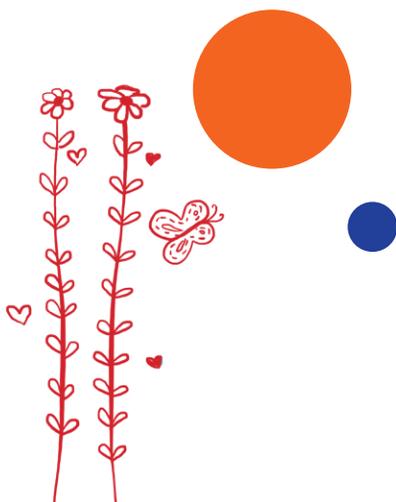
- Se a criança tem uns grandes dentes pode ser o “Dr Favolas”;
- Tem alcunha do vidrinhos? Então pode ser o “Dr Caixinhas”;

O nome também pode estar relacionado com a vida hospitalar como o da Enfermeira Compressa ou do Dr d’Agulha.

**Agora a especialidade médica do Doutor de cada criança.**

Aqui vão algumas ideias...

- Se a criança gosta de óculos escuros a sua especialidade pode ser “Oculosescurologista”;
- Usa aparelho nos dentes? Então é um “Aparelhologista”;
- Que parte do corpo gosta mais? Se for dos pés pode ser “Xulélologista” como o nosso Dr Kotonete!



ENFª ESTRELINHA

DOUTOR  
DOUTORZINHO!

DR. ESTILOSO



## 2º PASSO | A PERSONALIDADE CÓMICA

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 frente ou para trás, rabo apertado ou espetado para fora;
- Ponham os pés para dentro ou os pés para fora.

### Qual foi a posição mais divertida?

Agora peça às crianças para **DESFILAREM** pela sala e mostrar a sua postura de palhaço de hospital.



## 3º PASSO | O FIGURINO

Vão precisar de muita imaginação e alguns materiais preferencialmente reutilizados ou criados pelas crianças.

No **BAÚ DE VELHARIAS** da avó as crianças devem procurar verdadeiras relíquias. Quanto mais fora de moda melhor!

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

- Chapéu velho, ridículo ou mimoso;
- Sapato foleiro;
- Meias a condizer;
- Gravata ou laço do avô ou da avó;
- Camisa extravagante;
- Vestidinho/saia vintage ou calças largueironas, às riscas ou às bolinhas, etc.

E quanto à **maquilhagem**, não precisam de exagerar, se não assustam os pacientes, **é só um pormenor!**

*SE FORES ENFERMEIRA OU DOUTORA ESCOLHE A MALA MAIS PIROSA OU ANTIGA!*



## DESAFIO Nº 2

# A MALA DE PRIMEIROS SOCORROSOS

Os Doutores Palhaços têm um tratamento específico para cada paciente. Como os pacientes todos os dias têm disposições diferentes, o palhaço de hospital não pode preparar o seu trabalho através do ensaio. Quando entra num quarto para fazer uma visita, só pode dispor da sua sensibilidade, dos truques que tráz na mala e da sua capacidade de improvisar.

## 1º PASSO | PINTAR A MALA

A mala é a companheira das consultas do Doutor, essencial porque contém todos os instrumentos para receitar alegria!

As crianças podem levar para casa e recortar, dobrar e colar a maquete que vos oferecemos e personalizar a sua mala de Doutor Palhaço com **MUITO ESTILO!**



## 2º PASSO | OS INSTRUMENTOS DO DOUTOR PALHAÇO

Os Doutores Palhaços fazem transfusões de batido de chocolate, fazem "radioterapia" com um rádio de ouvir música, fazem transplantes de narizes, dão anestésias com chulé...

Nesta brincadeira, onde a doença e os tratamentos são transformados, a criança tem a oportunidade de ver o tratamento de outra maneira, de também ela dar injeções e fazer tratamentos.

Vamos fazer com as crianças uns instrumentos ainda mais especiais porque não haverá 2 iguais!

### O ESTÉTÉ-TOS-CÓPIO DE SORRISOS

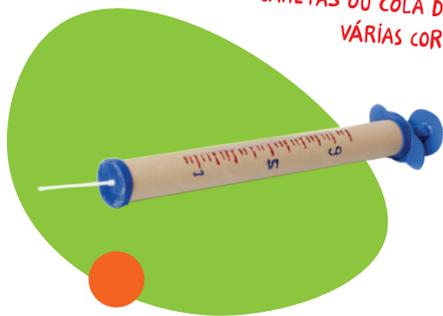
#### COMO FAZER:

- As crianças cortam uma tira de feltro e enrolam à volta da bandolete, colando à medida que enrolam. Reforçam o feltro nas extremidades da bandolete para o acabamento;
- Recortam outra tira comprida de feltro e colam uma das pontas no centro da bandolete. Na outra colam a tampa do garrafão e decoram com um coração, ou outro motivo, recortado em feltro.

1 BANDOLETE; 1 TAMPA DE UM GARRAFÃO DE ÁGUA DE 5L; CARTOLINA DE FELTRO DA COR PREFERIDA; COLA.



1 ROLO DE CARTÃO DE PAPEL DE ALUMÍNIO; 1 COTONETE; CARTOLINA EVA DA COR PREFERIDA; COLA; CANETAS OU COLA DE RELEVO EM VÁRIAS CORES.



### A INJEÇÃO DE ALEGRIA

#### COMO FAZER:

- As crianças recortam 2 círculos em feltro com o diâmetro do tubo de cartão e colam em cada uma das pontas. Numa delas colam, por cima da rodela, um cilindro de feltro com uma tampa. Na outra fazem um furo no centro do círculo e colam a ponta do cotonete no interior para ficar fixo;
- Com canetas de relevo, ou outras, desenharam as medidas no tubo.

### O TERMÓMETRO DAS GARGALHADAS

#### COMO FAZER:

- As crianças fazem o molde do termómetro num bocado de cartão. Depois basta forrá-lo com a cartolina de feltro;
- Usam canetas para tecido para fazer os números da temperatura no termómetro.

CARTÃO; CARTOLINA DE FELTRO BRANCA, CINZENTA E AMARELA; CANETAS (PRETA E VERMELHA); COLA.



## DESAFIO Nº 3

# 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 num grupo de Enfermeiros/Doutores Palhaços e noutro de Pacientes.

- Na **TRIAGEM** os Enfermeiros Palhaços avaliam o estado de saúde das gargalhadas do grupo de pacientes e verificam a temperatura com o seu **TERMÓMETRO DAS GARGALHADAS** para perceber se é grave ou não;
- **INSPIRA! EXPIRA!** De seguida os Doutores Palhaços auscultam os pacientes com o seu **ESTÉTÉ-TOS-CÓPIO DE SORRISOS**, e os pacientes param em posição de **MÚMIA PARALÍTICA** e não se podem mexer, porque enquanto somos auscultados, temos de estar sossegados;
- O primeiro paciente a mexer-se ganha um **TRATAMENTO DE CHOQUE** dos palhaços: um ataque de cócegas!

Finalizado o tratamento, os grupos trocam de lugar.

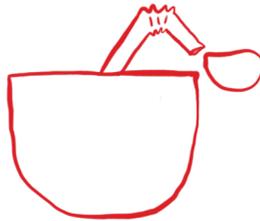
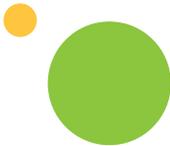


## BLOCO OPERATÓRIO: MAGIA NO AR!

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 1/2 copo de detergente da loiça;
- Cada criança deve usar uma palhinha e fazer as bolinhas de sabão, distribuindo magia!



TAÇA; ÁGUA;  
DETERGENTE;  
PALHINHAS.



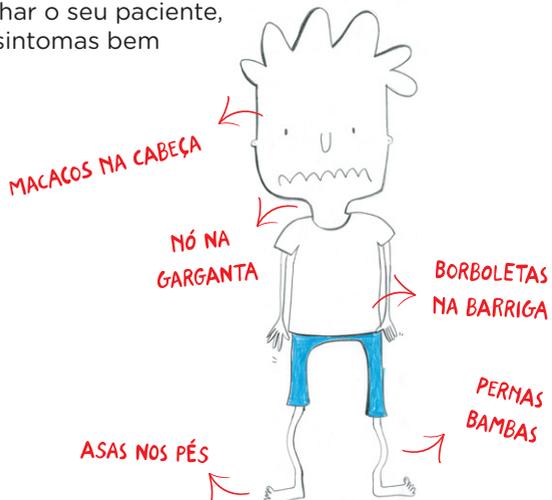
## UNIDADE DE CUIDADOS INTENSIVOS: CHIUU!!

Vamos devagarinho! Este lugar é 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, por ex:



Depois de registados os sintomas, a doença deverá receber o seu nome. Neste caso trata-se de uma **PAIXONITE AGUDA!**

## ORTOPEDIA: COÇA, COÇA

Até chegar à 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 2 grupos: um de pacientes e outro de Doutores Palhaços.

- Os pacientes têm o braço partido e os Doutores têm que o ligar com uma **LIGADURA FEITA DE PAPEL HIGIÉNICO** que podem decorar com desenhos de melhoras;
- Os pacientes não conseguem mexer a mão direita (ou esquerda se forem canhotos) e têm de escrever uma **MENSAGEM DE MELHORAS** com a outra mão.
- O gesso faz muita **COMICHÃO** e os pacientes não se podem coçar;
- Todos fazem uma fila e coçam as costas uns dos outros.

### A RADIOGRAFIA DA PALHAÇADA

#### COMO FAZER:

- As crianças utilizam uma imagem à escala de uma parte do esqueleto à escolha - 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.

SEPARADOR DE PLÁSTICO OU FOLHA DE ACETATO COM COR; IMAGEM DE UMA PARTE DO ESQUELETO; CANETA DA ACETATO BRANCA E PRETA PARA CONTORNO.



## 2º PASSO | LÁ FORA

### CAÇA AOS SORRISOS:

Uma caça ao tesouro muito especial! Que maior riqueza há do que a de um **SORRISO**?

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

**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 ao sorriso, por ex. começada por "**Sorrir é ...**";
- A seguir vão colá-lo num mural em papel, afixado na escola, que recolherá todos os **SORRISOS DA ESCOLA**.

DESENHOS OU FOTOGRAFIAS DE SORRISOS EM PAPÉIS DE CORES SORTIDAS; CANETAS COLORIDAS.



## TI-NÓ-NI UMA 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.

### COMO FAZER:

- As crianças colam as tampas da caixa para dentro, reforçando assim o seu interior;
- Pintam a caixa e colam 2 CDs na frente e 2 copos na traseira a fazer de faróis;
- Em cada lateral colam os pratos de papel a fazer de rodas e aplicam meia rolha colada ao centro de cada uma.

### COMO JOGAR:

- Dividir a sala em equipas;
- A corrida realiza-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 a linha de chegada, aí chegando passa a ambulância à segunda dupla que deve regressar ao ponto de partida;
- A equipa vencedora recebe uma enorme **SALVA DE PALMAS** e devolve as palmas aos seus “concorrentes”.

CAIXA MÉDIA DE CARTÃO;  
TESOURA; FITA-COLA/COLA;  
2 CDS VELHOS; 4 COPOS E 4  
PRATOS DESCARTÁVEIS;  
ROLHAS; MARCADORES;  
TINTA E PINCÉIS.



## COMO APOIAR A NOSSA MISSÃO

Convidamos educadores, professores, pais e crianças a explorarem, em sala de aula ou em família, estas e outras atividades divertidas no jogo de tabuleiro **RIR É O MELHOR REMÉDIO?** feito em parceria com a **SCIENCE4YOU**.

O jogo está elaborado de acordo com as **métricas curriculares** das disciplinas de **Estudo do Meio** e **Ciências da Natureza** do **1º ciclo** e **6º ano do 2º ciclo**.



Todas as receitas revertem a favor da nossa missão.

[www.narizvermelho.pt/lojinha](http://www.narizvermelho.pt/lojinha)

