

Ad-Soyad: _____

No: _____

Mevsime Uygun Giyinelim

1. Aşağıdaki kıyafetleri mevsimlere göre gruplayalım. Numaralarını uygun bölümlere yazalım. (Aynı kıyafeti farklı mevsimler için yazabilirsiniz.)



Yaz

İlkbahar

Kış

Sonbahar

2. Aşağıda verilen cümlelerdeki boşlukları uygun ifadelerle tamamlayalım. Şifreyi çözelim.

V mevsime Y tedbirli Ç serin E kalın İ şemsiye
 G sağlıklı L ince I eldiven N koyu R şapka
 M açık S kısa A bere Ö bot Ğ yaz Z kış

- ☞ (1) bir yaşam için (2) uygun giyinmeliyiz.
- ☞ Kışın, (3) renkli ve (4) giysiler tercih etmeliyiz.
- ☞ Yazın, (5) ve (6) tutan kumaşlardan yapılmış kıyafetler giymeliyiz.
- ☞ (7) mevsiminde ayağımızın üşümemesi için (8) giymeliyiz.
- ☞ Yazın güneşten korunmak için güneş gözlüğü ve (9) kullanabiliriz.
- ☞ Bahar aylarında yağış çok olduğu için yanımızda (10) taşımamız gerekir.
- ☞ Baharda üşümeyecek ve terlemeyecek şekilde giyinmeli, ani hava değişimlerine karşı (11) olmalıyız.
- ☞ Soğuk havalarda başımızın üşümemesi için (12) ellerimizin üşümemesi için (13) takabiliriz.
- ☞ Güneş ışınlarını çok çekmemesi için (14) aylarında (15) renkli giysiler tercih etmeliyiz.
- ☞ Yaz ayları sıcak olduğu için (16) kollu giysiler giyebiliriz.

16	12	14	5	13	14	13	15	13	7	10	6	10	3
15	4	2	16	10	15	4	1	8	9	4			
1	10	11	10	3	4	5	10	15					

Ad-Soyad: _____

No: _____

1. Aşağıdaki boşlukları uygun kelimelerle dolduralım. Bulduğumuz kelimeleri bulmacaya yazarak bilmecenin cevabını bulalım.

a. _____ yerken ağızımıza küçük lokmalar almalı ve ağızımızı şapırdatmamalıyız.

b. Çevresi, vücudu, yiyecek, içecek ve giyeceklerinin temizliğine dikkat eden kişiler sağlıklı bir yaşam sürer. _____ yerlerde bizi hasta edecek mikroplar çoğalamaz.

c. _____ yaşamak için, her çeşit besinden yeteri kadar yiyerek, dengeli beslenmeliyiz.

ç. Mevsiminde tüketilen sebze ve meyvelerin _____ değeri daha yüksektir.

d. _____ yapmak; enerji harcamamızı, vücudumuzun gelişmesini ve dikkatimizin artmasını sağlar.

e. _____ mevsiminde ince ve serin tutan kumaşlardan yapılmış kıyafetler, kış mevsiminde ise kalın ve koyu renkli giysiler tercih etmeliyiz.

f. Eğitim almış, doktor, hasta bakıcı gibi sağlık çalışanları ile iş birliği içerisinde olan, hastanın tedavisini sağlamakla görevli sağlık çalışanlarına _____ denir.

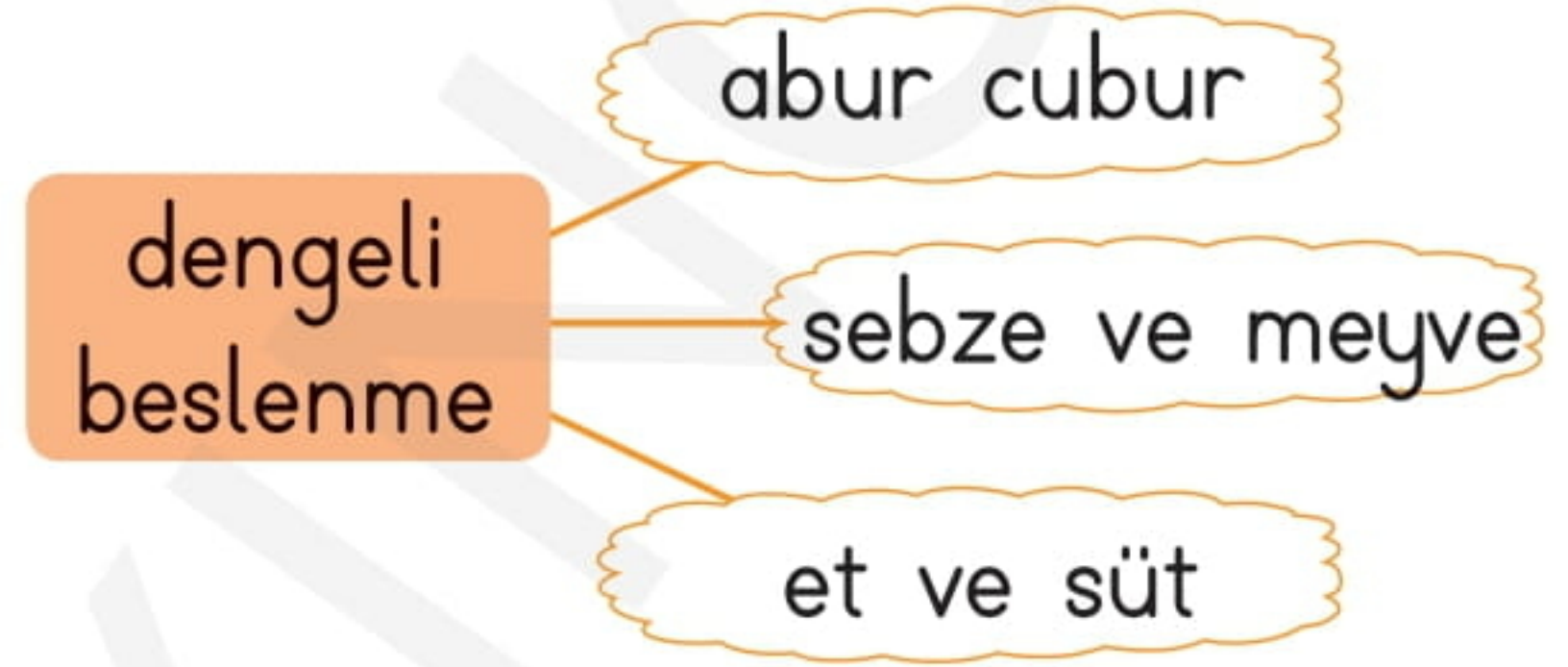
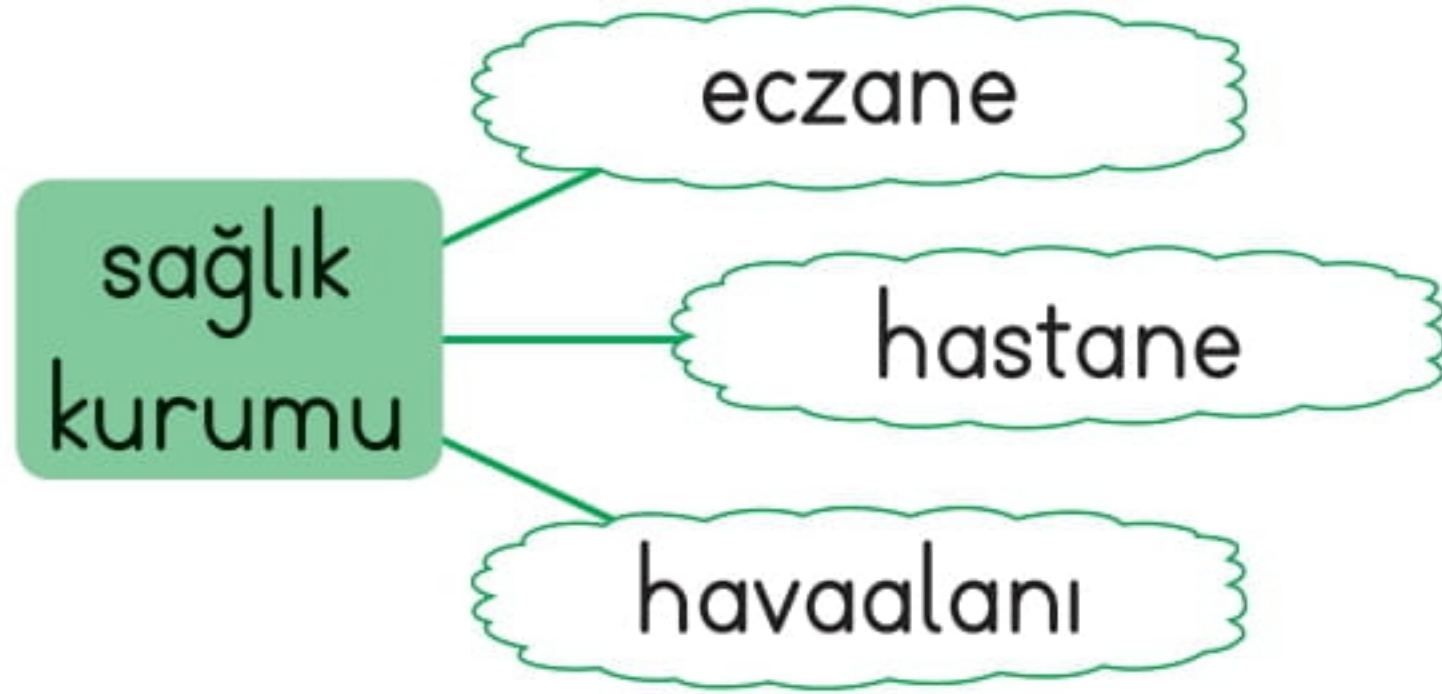
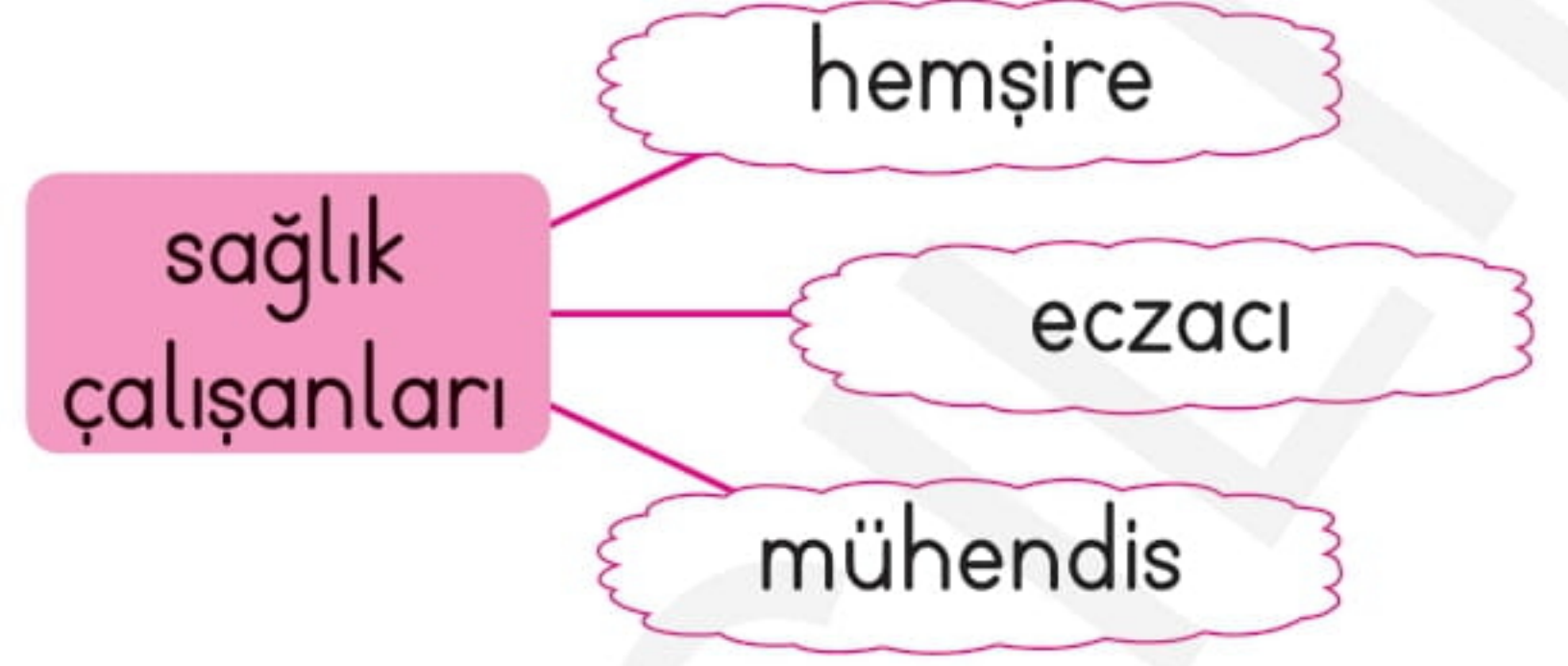
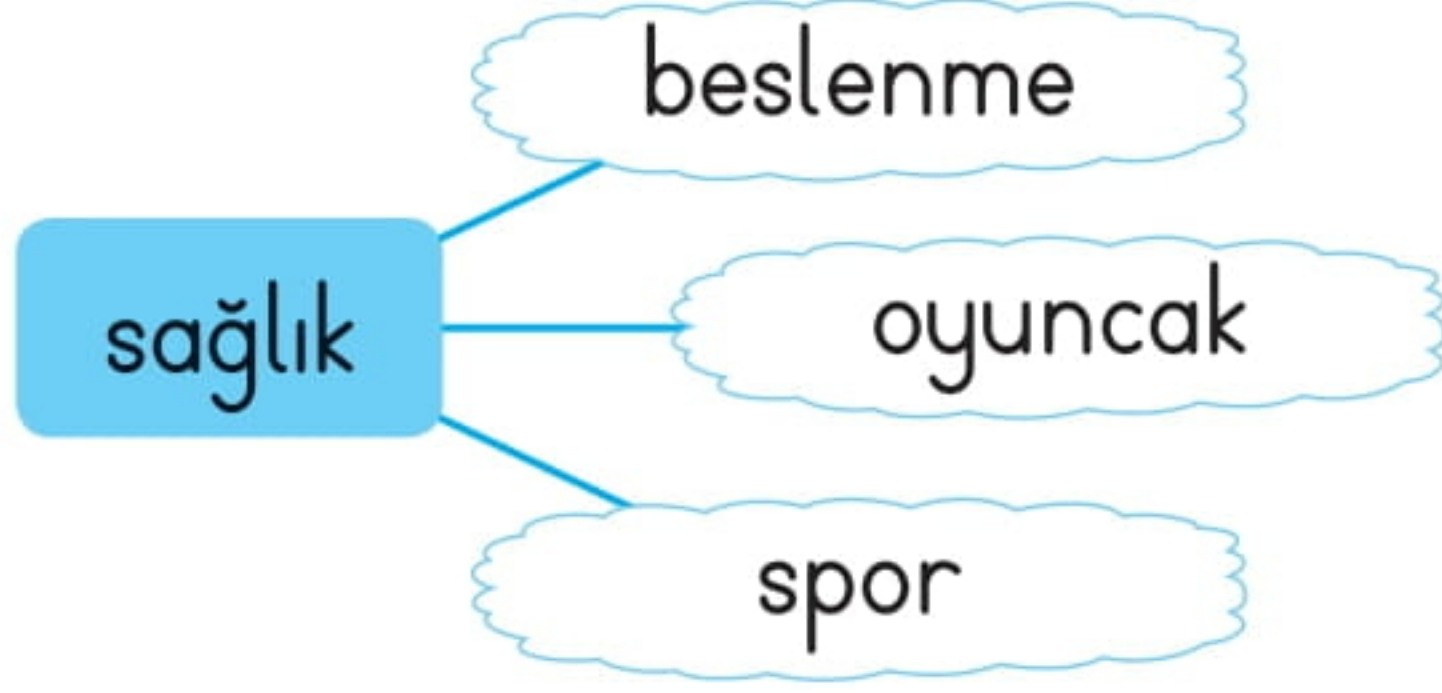


Bir yer biliyorum, sağlıklıdan çok hastası var.



f.			M		R	
c.		Ğ		K		
d.				R		
b.					Z	
e.						
ç.	B					
a.					K	

2. Aşağıdaki kavramların ilişkili olduğu kelimeler etraflarına yazılmıştır. İlgili olmayan kelimeleri bulup boyayalım ya da işaretleyelim.



3. Aşağıda verilen cümlelerden bazıları doğru, bazıları yanlıştır. Hediye kutusunun olduğu cümleden başlayarak, okları takip edelim. Hediyeğin hangi çocuğun olduğunu bulalım.



Spor yapmak; enerji harcamamıza ve kaslarımızın güçsüzleşmesine neden olur.

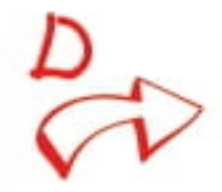
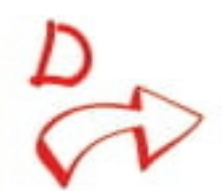
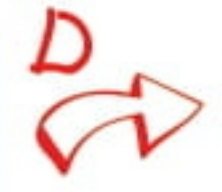
Ağzımızda yemek varken konuşmamalıyız.

Aile içinde herkes aynı diş fırçasını kullanır.

Dışarıdan eve geldiğimizde ellerimizi yıkamalıyız.

Sağlıklı yaşamak için evimizi ve çevremizi temiz tutmalıyız.

Tırnaklarımızı küçük bıçakla kesmeliyiz.



Ad-Soyad: _____

No: _____



1. Aşağıdakilerden hangisi vücudumuzun ihtiyaç duyduğu her türlü besinden yeterli miktarda yemeyi ifade eder?

- A) Büyüme
- B) Dengeli beslenme
- C) Gelişme

2. Kahvaltı günün en önemli öğünüdür. Aşağıdakilerden hangisi iyi bir kahvaltı ile güne başlamanın bize sağladığı faydalarından biri değildir?

- A) Güçlü oluruz.
- B) Çalışmalarımızdaki verimimiz artar.
- C) Hızlı kilo alırız.

3. Aşağıdakilerden hangisi yemek yerken uymamız gereken görgü kurallarından biri değildir?

- A) Yemeğe hep birlikte başlamak
- B) Ağızımızda yemek varken konuşmamak
- C) Tabağımızı yiyebileceğimizden fazla doldurmak

4. Aşağıdakilerden hangisi vücudumuzun en temel ihtiyacıdır?

- A) Su
- B) Süt
- C) Yumurta

5. ⇒ Sofradan kalkarken "....." demeliyiz.

⇒ Yemeği hazırlayanlara "....." demeliyiz.

Yukarıdaki cümlelerde boş bırakılan yerlere aşağıdakilerden hangisi getirilemez?

- A) Müsadenizle
- B) Ellerine sağlık
- C) Afiyet olsun

6. Sağlığımızı korumayla ilgili aşağıdaki çocuklardan hangisinin söylediği doğrudur?



A) Bol bol meyve ve sebze yemeliyiz.



B) Açıkta satılan gıdaları yemeliyiz.



C) Şekerleme ve şekerli içecekleri çok tüketmeliyiz.

7. Sağlıklı büyüme ve gelişme için spor yapmak önemlidir. Spor yaparken aşağıdakilerden hangisine dikkat etmemiz gerekir?

- A) Yaptığımız sporun yorucu olmasına
- B) Çok fazla enerji harcamaya
- C) Yaşımıza ve vücudumuza uygun bir spor yapmaya

8. Aşağıdakilerden hangisi diş sağlığımız için yapmamız gerekenlerden biri değildir?

- A) Her yemekten sonra ve yatmadan önce dişlerimizi fırçalamalıyız.
- B) Sert kabuklu yiyecekleri dişimizle kırmalıyız.
- C) Düzenli olarak diş doktoruna gitmeliyiz.

9. Aşağıdakilerden hangisi kişisel temizliğimizle ilgili değildir?

- A) Meyve ve sebzeleri bol su ile yıkamak.
- B) Saçlarımızı her gün düzenli olarak taramak.
- C) Dışarıdan eve geldiğimizde ellerimizi yıkamak.

10.♥ Beslenme

- ♥ Spor
- ♥ Uyku
- ♥ Teknoloji
- ♥ Çevre temizliği
- ♥ Kişisel bakım
- ♥ Okul başarısı

Yukarıdakilerden kaç tanesi sağlıklı büyüme ve gelişmemizle doğrudan ilgilidir?

- A) 3
- B) 4
- C) 5

11. Çevreye zarar vermemek için çöpleri çöp kutusuna atmamız gerekir. Aşağıdakilerden hangisi doğaya bırakılan atık suların ve çöplerin zararlarından değildir?

- A) Deniz canlılarının beslenmesini sağlar.
- B) Çevremizi kirletir.
- C) İçme sularına karışarak hasta olmamıza neden olabilir.

12. Doktorun reçeteye yazdığı ilaçları hazırlayan ve bu ilaçların nasıl kullanılacağını anlatan sağlık çalışanı aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Doktor
- B) Eczacı
- C) Hemşire