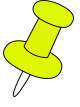




3.SINIF HAYAT BİLGİSİ SAĞLIĞIMI KORUYORUM - 1

AD - SOYAD:



Aşağıdaki görseller ile sağlıklı olmak için yapmamız gerekenleri eşleştirelim.



Dengeli Beslenme

Mevsime Uygun Giyinme

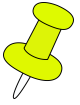
Yeterli Uyku



Ağız ve Diş Temizliği

Kişisel Hijyen

Spor Yapma



Aşağıda verilen durumlar için uygun kutucuğu işaretleyelim.

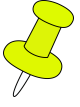
Durum	Sağlığını Korur	Sağlığına Zarar Verir
Yeterince uyumak		
Sürekli paketli yiyeceklerle beslenmek		
Ellerimizi yıkamak		
Dişlerimizi düzenli fırçalamak		
Çok geç yatmak		
Gün boyunca hiç hareket etmemek		
Hava durumuna uygun giyinmek		
Yeterli su içmek		



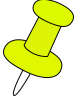
3.SINIF HAYAT BİLGİSİ

SAĞLIĞIMI KORUYORUM - 2

AD - SOYAD:

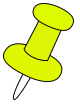


Kendimize sağlıklı ve dengeli bir öğün hazırlayalım.
Tabağımıza koyacağımız besinleri çizelim veya yazalım.



Aşağıdaki durumlar dişlerimizin dostu mu, düşmanı mı bularak işaretleyelim.

Durum	Dişlerimin Dostu	Dişlerimin Düşmanı
Dişlerimi düzenli fırçalamak		
Çok sık şekerli yiyecek tüketmek		
Diş fırçamı başkasıyla paylaşmak		
Diş hekimi kontrollerine gitmek		
Dişlerimi fırçalamadan uyumak		
Ağız ve diş temizliğime dikkat etmek		



“Asya sabah geç uyandığı için kahvaltı yapmadan okula gidiyor. Teneffüslerde su yerine sürekli şekerli içecek tercih ediyor. Akşam eve geldiğinde uzun süre ekran karşısında oturuyor ve gece geç yatıyor.”

Asya'nın değiştirmesi gereken davranışları yazalım.

- 1-
- 2-
- 3-
- 4-
- 5-