



1 Sağlığımızı korumak için yapmamız gereken davranışların kutucuklarını işaretleyelim.

- ☐ Dişlerimizi düzenli fırçalamak
- ☐ Gece geç saatlere kadar uyanık kalmak
- ☐ Mevsime uygun giysiler giymek
- ☐ Öğünleri atıştırmalıklarla geçiştirmek
- ☐ Yemekten önce ellerimizi yıkamak
- ☐ Düzenli spor yapmak
- ☐ Ortak kullanım alanlarını kirli bırakmak
- ☐ Yeterli ve dengeli beslenmek
- ☐ Düzenli ve yeterli uyumak
- ☐ Gün boyu hareketsiz kalmak

2 Görselleri ilgili açıklamalarla eşleştirelim.



○



○



○



○



○



○



○

○

Ortak alanları
temiz tutma

○

Spor
yapma

○

Düzenli
uyku

○

Mevsimine
uygun
giyinme

○

Dişlerimizi
düzenli
fırçalama

○

Düzenli
beslenme

○

Ellerimizi
yıkma

3 Cümlelerdeki boşlukları uygun kelimelerle tamamlayalım.

mevsime

temiz

dengeli

dişlerimizi

sabunla

uyumalıyız

spor

plan

- Sağlıklı büyümek için yeterli ve beslenmeliyiz.
- Dinlenmiş uyanmak için düzenli ve yeterli
- Vücudumuzu güçlendirmek için düzenli yapmalıyız.
- Giysilerimizi uygun seçmeliyiz.
- Ellerimizi su ve yıkamalıyız.
- Çürüklerden korunmak için düzenli fırçalamalıyız.
- Ortak kullanım alanlarını tutmalıyız.
- Sağlıksız alışkanlıklarımızı değiştirmek için bir yapmalıyız.

4 Cümleleri okuyup doğru ve yanlış davrananların isimlerini noktalı yerlere yazalım.

Ada, düzenli ve yeterli uyar.

Ali, öğünlerini cips yiyerek geçirir.

İpek, ellerini sabunla yıkar.

Ela, düzenli spor yapar.

Efe, sınıfta çöplerini yere atar.

Can, karlı havada ince giysiler giyer.

Doğru Davrananlar

Yanlış Davrananlar