

SAĞLIKLI ALIŞKANLIKLAR



Hatırlayalım

➤ Metni okuyalım.

Hayat Bilgisi Dersimiz

Bugün öğretmenimiz derse başlayacakken sıra arkadaşım Semih'ten komik bir mide gurultusu geldi. Öğretmenimiz "Aramızda kahvaltı etmemiş bir arkadaşınız var galiba." dedi. Hepimiz çok güldük. Biz hep birlikte gülünce Hale bir anda ayağa kalkıp bir yandan da gözlerini ovuşturarak "Ne oluyor?" diye seslendi. Öğretmenimiz "Anlaşıldı çocuklar. Dersimizin konusu tam bugüne göre sağlıklı büyüme ve gelişme ile alışkanlıklarımız arasındaki ilişki. Semih kahvaltısını etmemiş, Hale de yeterince uyumamış."

(Komisyon)

Soruları cevaplayalım.

1. Semih ve Hale sağlıklı büyüme ve gelişmeyle ilgili gerekenleri yapıyorlar mı? Nedenini söyleyelim.

Hayır, yapmıyorlar. Çünkü Semih sabah kahvaltısını yapmamıştır ve karnı guruldamaktadır; Hale ise yeterince uyumadığı için derste uykulu kalmış ve gözlerini ovuşturmaktadır.

2. Sağlıklı büyüme ve gelişme için neler yapıyorsunuz? Zihin haritasındaki boş bırakılan yerlere yazalım.

