

METNE HAZIRLIK



1. "Her şeyin başı sağlık." sözü, sizler için ne ifade etmektedir? Açıklayınız.
2. Sağlığınızı korumak için nelere dikkat ediyorsunuz? Paylaşınız.



1. "Her şeyin başı sağlık." sözü, sizler için ne ifade etmektedir? Açıklayınız.

Cevap: İnsanların hayatlarını mutlu, güzel bir şekilde geçirebilmeleri için öncelikle sağlıklı olmaları gerekmektedir. Mesela bir insan çok zengin olabilir; parası, malı mülkü her şeyi çok olabilir ama sağlığı yerinde değilse bunların hiçbirinin bir önemi yoktur.

2. Sağlığınızı korumak için nelere dikkat ediyorsunuz? Paylaşınız.

Cevap: Sağlığımı korumak için öncelikle dengeli beslenmeye çalışıyorum. Tüm öğünlerimi düzenli bir şekilde yemeye çalışıyorum. Sağlıksız gıdalardan, asitli içeceklerden, fast food ürünlerinden uzak duruyorum. Virüslerin kolay yayılabileceği kalabalık ortamlardan uzak durmaya çalışıyorum. Kişisel temizliğime dikkat ediyorum. Havanın durumuna göre giyimime dikkat ediyorum.



Şiiri, vurgu ve tonlamalara dikkat ederek okuyunuz.



SAĞLIĞIMI KORURUM

Sağlığımız önemli,
Değerini bilirim.
Uykuma, beslenmeme,
Ben çok dikkat ederim.

Sudan, sabundan kaçmam,
Yıkanmayı severim.
Terden, kirden hoşlanmam,
Tertemizdir bedenim.

Ben iyi beslenirim,
Yemeklerimi yerim.
Dişimi fırçalarım.
Akşam erken yatarım.

Mikroplardan kaçırım,
Sık sık banyo yaparım.
Ne üşür ne terlerim,
Dikkatli giyinirim.

