

İkinci Dönem

Hayat Bilgisi

1

 **tudem**[®]



1.SINIF HAYAT BİLGİSİ KAZANIM ODAKLI HBA

©Tudem Eğitim Hiz. San. ve Tic. AŞ
1476/1 Sokak No: 10/51 Alsancak / Konak / İZMİR

YAZARLAR: Tudem Yazı Kurulu
DİZGİ VE GRAFİK: Tudem Grafik Ekibi

BASKI VE CİLT: Ertem Basım Yayın Dağıtım San. Tic. Ltd. Şti.
Eskişehir Yolu 40. km Başkent OSB 22. Cadde No: 6 Malıköy / ANKARA
0 312 284 18 14

ISBN: 978-605-9493-65-9
YAYINEVİ SERTİFİKA NO: 45041
MATBAA SERTİFİKA NO: 16031

Tüm hakları saklıdır.
Bu yayının hiçbir bölümü, telif hakkı sahibinin önceden yazılı izni olmaksızın tekrar üretilemez, bir erişim sisteminde tutulamaz, herhangi bir biçimde elektronik, mekanik, fotokopi, kayıt ya da diğer yollarla iletilemez.

www.tudem.com

Sevgili Öğrenciler,

Hayat Bilgisinin toplum hayatındaki öneminden yola çıkarak hazırlanan bu kitapta, Hayat Bilgisini seveceğiniz ve anlayacağınız bir dille anlattık. Bu kitapta sağlığını korumaktan güvenli yaşamaya, ülkemiz ve değerlerimizden doğanın ve çevrenin düzenine kadar ihtiyaç duyduğunuz bilgileri bulabileceksiniz.

Her ünitenin içinde kazanımlarla ilgili;

- ★ özet konu anlatımı,
- ★ eğlenceli alıştırmalar ve etkinlikler

Kısa yanıtli sorular, boşluk doldurmalar, doğru yanlış çalışmaları, bulmacalar, eşleştirme sorularıyla Hayat Bilgisini öğrenirken eğleneceksiniz.

Başarılarınızın artarak devam etmesi dileği ile...

Yazı Kurulu



Kazanım Odaklı

: Hepsi 1 Arada

Kısa Bilgi Alanları

Değişen tasarımı daha kolay akılda kalan özet bilgi alanlarından oluştu.

Bol Alıştırma

Bireysel ve pekiştirici alışırmalar kazanımların yerleşmesine daha fazla katkı sağlıyor.

Kazanım Odaklı

Kısa bilgi, alışırma ve problem alanları kazanımlara göre düzenlendi.

Örnek Çözümler

Alıştırmalarda örnek çözümlere yer verildi.

Sorular

Sorular konularına göre düzenlendi.

ÜNİTE - SAĞLIKLI HAYAT

| | |
|--|----|
| Etkinlik: Kişisel Bakımım..... | 6 |
| Sağlığımızı Koruyalım..... | 7 |
| Etkinlik: Nereye Gitmeli?..... | 8 |
| Mevsimplere Göre Sebze ve Meyveler | 9 |
| Etkinlik: Mevsim Pazarı | 10 |
| Nasıl Tüketmeliyiz? | 11 |
| Etkinlik: Hangisini Yıkayalım?..... | 12 |
| Mutfakta Ben de Varım | 13 |
| Etkinlik: Benim Tarifim | 14 |
| Etkinlik: Beslenme..... | 15 |
| Etkinlik: Kitle İletişim Araçları..... | 16 |
| Kavrama Testi - 1 | 17 |
| Kavrama Testi - 2..... | 19 |
| Kavrama Testi - 3..... | 21 |

ÜNİTE - GÜVENLİ HAYAT

| | |
|---|----|
| Kaza Geliyorum Demez | 24 |
| Etkinlik: Ev Kazaları | 25 |
| Kurallara Uyalım..... | 26 |
| Etkinlik: Bir Yol Kullanıcısı Olarak..... | 27 |
| Ulaşım Araçlarında Güvenlik | 28 |
| Etkinlik: Önce Güvenlik | 29 |
| Hayır Diyebilirim | 30 |
| Etkinlik: Kırıcı Olmadan..... | 31 |
| Acil Durumlar | 32 |
| Etkinlik: Sözcük Avı..... | 33 |
| Teknoloji | 34 |
| Etkinlik: Bulmacayı Çözelim..... | 35 |
| Etkinlik: Benim İçin Güvenli mi? | 36 |
| Kavrama Testi - 1 | 37 |
| Kavrama Testi - 2..... | 39 |
| Kavrama Testi - 3..... | 41 |

ÜNİTE - ÜLKEMİZDE HAYAT

| | |
|--|----|
| Yaşadığım Yer | 44 |
| Etkinlik: Bizi Yönetenler | 45 |
| Ürünlerimiz | 46 |
| Etkinlik: Bizim Ürünlerimiz..... | 47 |
| Tarihî ve Turistik Zenginliklerimiz | 48 |
| Etkinlik: Tarihî mi, Turistik mi?..... | 49 |
| Ülkemiz..... | 50 |
| Etkinlik: Ülkemizin Özellikleri | 51 |
| Bayrağımız ve İstiklal Marşımız | 52 |
| Etkinlik: Bayrağımız | 53 |
| Millî Bayramlarımız ve Atatürk..... | 54 |
| Etkinlik: Atatürk'ün Hayatı | 56 |
| Bayramlarımız..... | 57 |
| Etkinlik: Bayram Geliyor..... | 58 |
| Atatürk ve Liderlik | 59 |
| Etkinlik: Millî Bayramımız Kutlu Olsun | 60 |
| Dinî Bayramlarımız..... | 61 |
| Etkinlik: Bayramlarımız | 62 |
| Kavrama Testi - 1 | 63 |
| Kavrama Testi - 2..... | 65 |
| Kavrama Testi - 3..... | 67 |

ÜNİTE - DOĞADA HAYAT

| | |
|---------------------------------------|----|
| Küçük Dostlar | 70 |
| Etkinlik: Çevremizdeki Hayvanlar..... | 71 |
| Herkesin Bir Yuvası Var | 72 |
| Etkinlik: Hayvan Dostlarım..... | 73 |
| Bitkilerimiz..... | 74 |
| Etkinlik: Çiçek Yetiştirelim | 76 |
| Bitki ve Hayvanları Koruyalım..... | 77 |
| Etkinlik: Doğayı Koruyalım | 78 |
| Çevremizi Temiz Turalım..... | 79 |
| Etkinlik: Neler Yapabilirim?..... | 80 |
| Etkinlik: Gök Cisimleri | 81 |
| Mevsimler..... | 82 |
| Etkinlik: Model Yapalım..... | 84 |
| Mevsimlerin Etkileri..... | 85 |
| Etkinlik: Her Mevsim Güzeldir..... | 86 |
| Doğa Olayları..... | 87 |
| Etkinlik: Hava Durumu | 88 |
| Kavrama Testi - 1 | 89 |
| Kavrama Testi - 2..... | 91 |
| Kavrama Testi - 3..... | 93 |

Yanıt Anahtarı

| | |
|----------------------|----|
| Yanıt Anahtarı | 95 |
|----------------------|----|

Kazanımlar**1.3. Sağlıklı Hayat**

- HB.1.3.1.** Kelimeleri anlamlarına uygun kullanır.
- HB.1.3.2.** Sağlığını korumak için alması gereken önlemleri fark eder.
- HB.1.3.3.** Sağlığı için yararlı yiyecek ve içecekleri seçer.
- HB.1.3.4.** Gün içerisinde öğünlere uygun ve dengeli beslenir.
- HB.1.3.5.** Temizlik kurallarına dikkat ederek kendisi için yiyecek hazırlar.
- HB.1.3.6.** Yemek yerken görgü kurallarına uyar.
- HB.1.3.7.** Kitle iletişim araçlarını kullanırken beden sağlığını korumaya özen gösterir.



● ● Etkinlik: Kişisel Bakımım

İnsanlar kişisel bakımlarını düzenli yapmalıdır. Sabah uyanınca elimizi, yüzümüzü yıkarız. Yemeklerden sonra dişlerimizi tekniğine uygun olarak fırçalarız. Kıyafetlerimizi kendimiz giymeli ve özenli kullanmalıyız.

Aşağıdaki resimleri sıraya dizin. Sıra numaralarını, dairelerin içine yazın.



Kazanım HB.1.3. : Sağlıklı Hayat

HB.1.3.1. : Kelimeleri anlamlarına uygun kullanır.



Egem'in en büyük korkusu aşı olmaktı. Bir gün okulda doktoru görünce çok korkmuştu. Aşı olacaklarını anlamıştı. Egem de aşıdan nasıl kaçacağını düşünmeye başladı. Arkadaşları sıraya girip aşı olmayı bekliyorlardı. Egem korkusuna yenik

düştü ve sıradan ayrılarak kaçtı. Artık içi rahattı, doktor canını yakamayacaktı.

Aradan günler geçti. Bir sabah Egem ateşler içinde uyanıyordu. Hastaneye gittiklerinde doktor "Aşı oldun mu?" diye sordu. Egem o zaman annesine ve doktora her şeyi anlattı. Egem, hasta olmuştu ve bir hafta okula gidemedi. Arkadaşlarından ve derslerinden uzak kaldı. Egem çok üzgündü. "Keşke korkuma yenik düşmeseydim." diye düşünüyordu. Arkadaşlarına kavuşmak için sabırsızlanıyordu.



Sorular

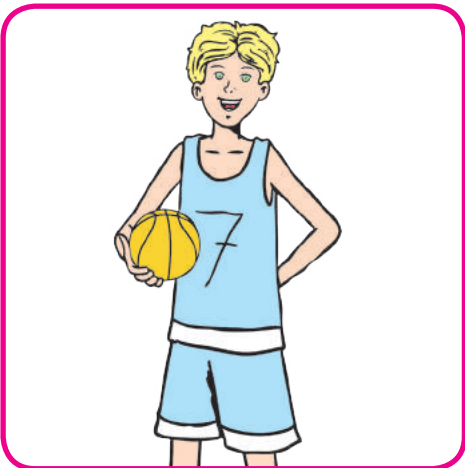
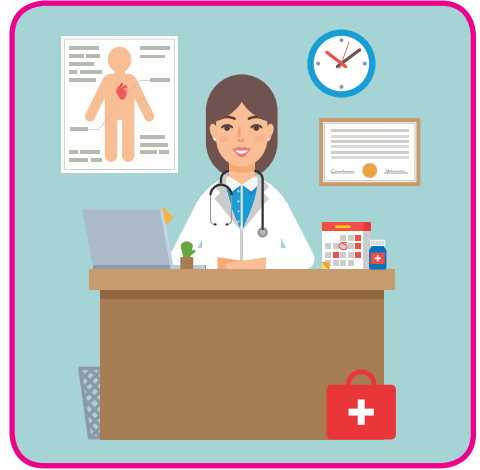
1. Egem doğru davrandı mı?
2. Egem'in yerinde sen olsaydın nasıl davranırdın?
3. "Aşı olmak" ne demek?
4. Aşı olmanın faydaları nelerdir?
5. "Korkularına yenik düşmek" ne demektir?



● ● Etkinlik: Nereye Gitmeli?

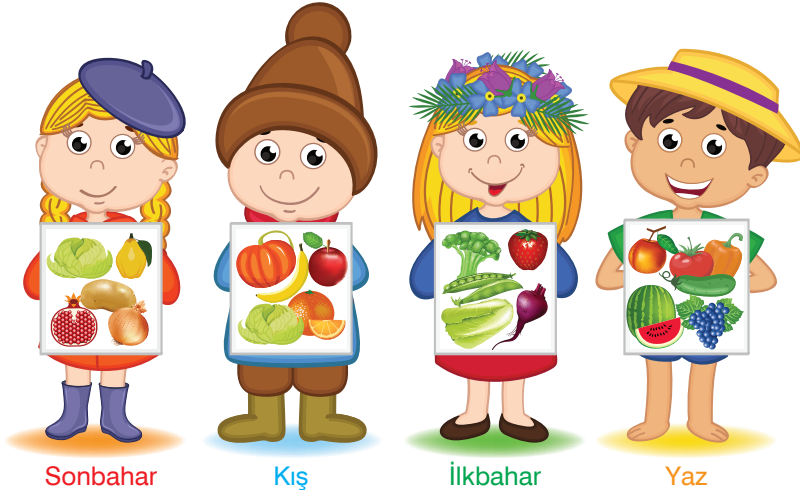
ÜNİTE // Sağlıklı Hayat

Aşağıdaki öğrenciler nereye gitmelidir? Öğrencilerin gitmesi gereken yerleri oklarla eşleştirin.



Kazanım: HB.1.3. Sağlıklı Hayat

HB.1.3.2. : Sağlığını korumak için alması gereken önlemleri fark eder.



Canlıların temel ihtiyaçlarından biri de beslenmedir. İnsanların büyümesi ve gelişmesi için dengeli ve düzenli beslenmesi gerekir. Bunun için tükettiğimiz yiyecekler doğal ve sağlıklı olmalıdır. Doğal ve sağlıklı ürünler mevsiminde tarlalarda yetişen sebze ve meyvelerdir.

Günümüzde camdan, naylondan yapılan seralarda mevsiminin dışında da sebze ve meyve yetiştirilmektedir. Dondurularak veya konserve yapılarak mevsiminin dışında tüketilen ürünler de vardır. Sağlığını düşünen bilinçli tüketici içinde bulunduğu mevsimin sebze ve meyvelerini tüketmeyi tercih eder.

Mevsimine göre en çok sevdiğim meyveler:

Sonbahar:

Kış:

İlkbahar:

Yaz:

Mevsimine göre en çok sevdiğim sebzeler:

Sonbahar:

Kış:

İlkbahar:

Yaz:

● ● Etkinlik: Mevsim Pazarı

ÜNİTE // Sağlıklı Hayat

Sebze ve meyveleri yetiştiği mevsimlere göre işaretleyin.

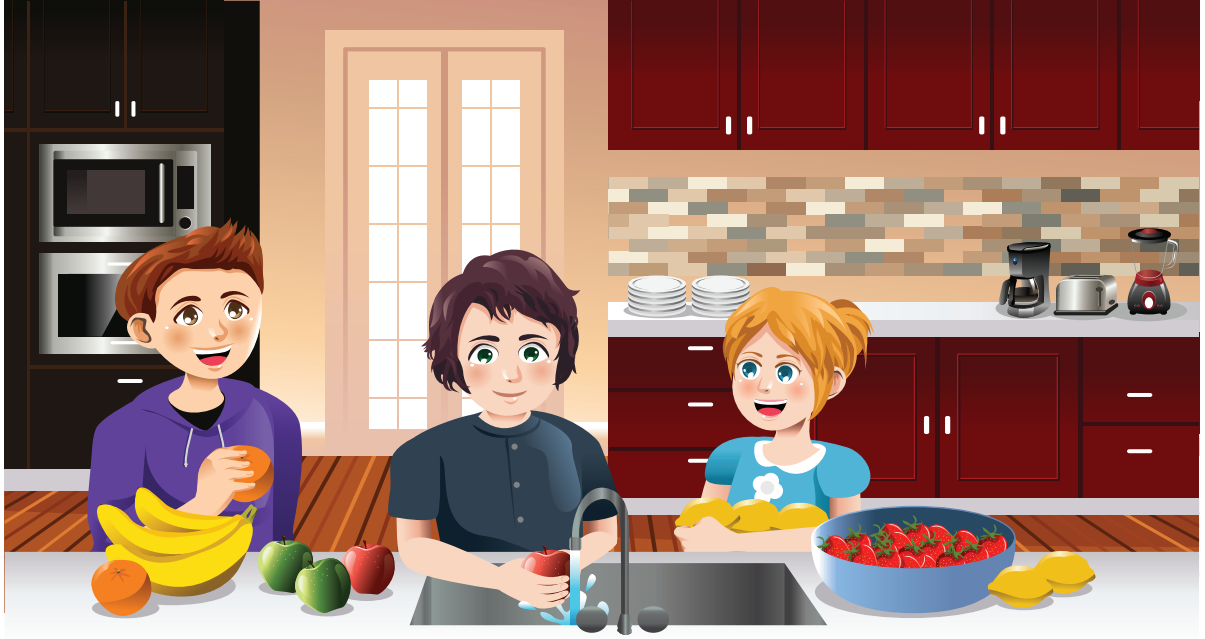
| | <i>Sonbahar</i> | <i>Kış</i> | <i>İlkbahar</i> | <i>Yaz</i> |
|-------------|-----------------|------------|-----------------|------------|
| Balkabağı | | | | |
| Marul | | | | |
| Portakal | | | | |
| Karpuz | | | | |
| Enginar | | | | |
| Patlıcan | | | | |
| Pırasa | | | | |
| Karnabahar | | | | |
| Taze fındık | | | | |
| Muz | | | | |
| Kereviz | | | | |
| Çilek | | | | |
| Mandalina | | | | |

Kazanım: HB.1.3. Sağlıklı Hayat

HB.1.3.3. : Sağlığı için yararlı yiyecek ve içecekleri seçer.

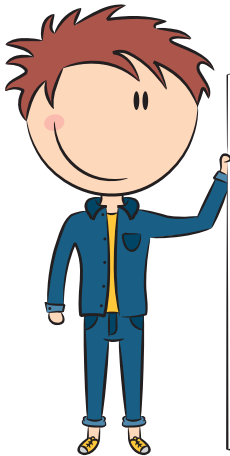
Çiftçinin tarlasında yetiştirdiği sebze ve meyvelerin evimize kadar gelmesini sağlayan birçok kişi vardır. Yetiştirdiği yerde tozlanan, pazar veya marketten alırken birçok kişi tarafından ellenen meyve ve sebzelerimiz mikroplanır.

Sofraya oturmadan önce ve sonra ellerimizi yıkadığımız gibi meyvelerimizi ovalayarak, sebzelerimizi de bol suda yıkamalıyız.



Sebze ve meyvelerimizi yıkarken suyu fazla israf etmeye dikkat etmeliyiz.

Doğru olan ifadelerin başına (D), yanlış olanların başına (Y) getirerek işaretleyin.



1. () Meyveleri yıkamadan yemek zararlıdır.
2. () Sebzeler pişirildiği için yıkanmaz.
3. () Ellerimizi sadece yemekten sonra yıkamalıyız.
4. () Sebze ve meyveleri yıkamadan yememeliyiz.

● ● Etkinlik: Hangisini Yıkayalım?

ÜNİTE // Sağlıklı Hayat

Aşağıda yarım bırakılan cümleleri tamamlayın.



Ömer kopardığı meyveyi yıkamalı. Çünkü

.....
.....



Poşetli aldığımız yiyecekleri yıkamayız. Çünkü

.....
.....



Annem pazardan aldığı sebzeleri pişirmeden önce yıkar. Çünkü

.....
.....



Kabuğunu soyarak yediğimiz meyveleri de yıkamalıyız. Çünkü

.....
.....

Kazanım: HB.1.3. Sağlıklı Hayat

HB.1.3.2. : Sağlığını korumak için alması gereken önlemleri fark eder.

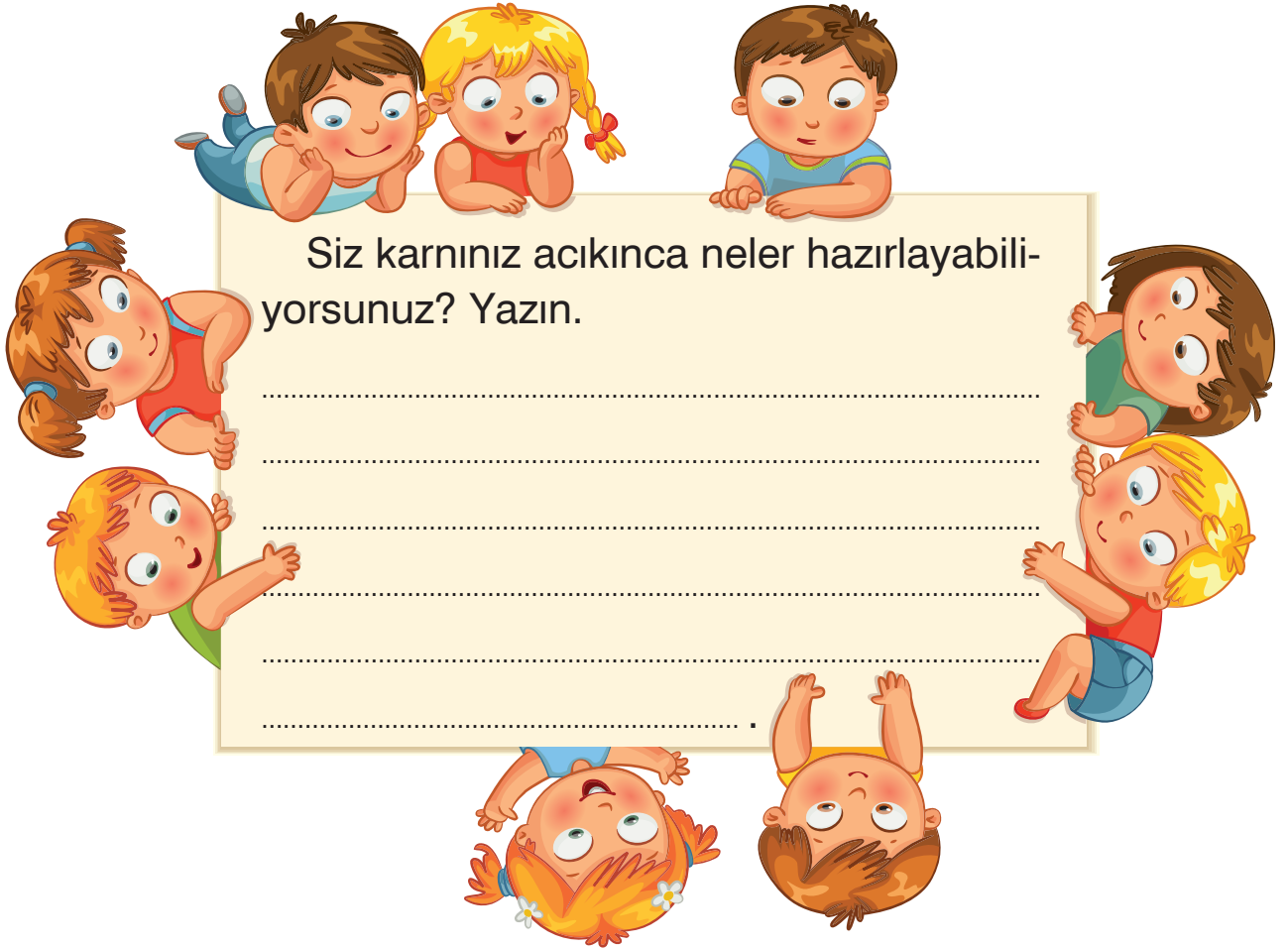
HB.1.3.5. : Temizlik kurallarına dikkat ederek kendisi için yiyecek hazırlar.



Yardım alabileceğiniz herhangi bir büyüğünüzün olmadığı durumlarda güvenliğinizi için;

1. Kesici aletleri kullanmayın.
2. Ocak ve fırın gibi yangın çıkmasına neden olacak ev aletlerini kullanmayın.
3. Temizliğe özen gösterin.

Kendimiz için peynir, zeytin, tereyağı ve ekmekten oluşan mini bir kahvaltı hazırlayabiliriz.



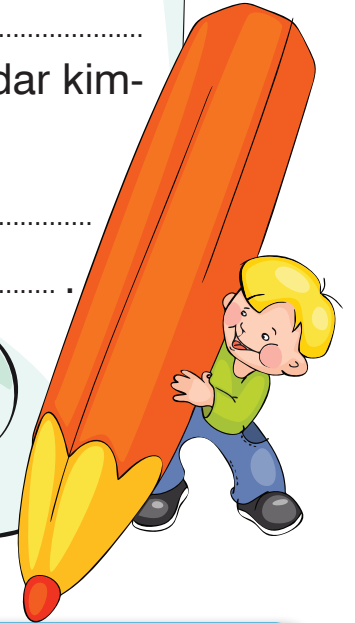
Kendiniz için hazırlayabildiğiniz bir yiyeceğin tarifini yazın.

Malzemeler

1.
2.
3.
4.
5.

Hazırlanışı

Bu hazırladığın yiyeceği bugüne kadar kimlere ikram ettin?



Kazanım: HB.1.3. Sağlıklı Hayat

HB.1.3.5. : Temizlik kurallarına dikkat ederek kendisi için yiyecek hazırlar.

1. Aşağıdakilerden hangisi bitkisel besindir?

- A) Barbunya
- B) Tavuk eti
- C) Pirzola

2. Doğal ve sağlıklı ürünler mevsiminde tarlalarda yetişen sebze ve meyvelerdir.

Verilen bilgiye göre kış mevsiminde aşağıdaki ürünlerden hangisini tüketmemiz yanlıştır?

- A) Ispanak
- B) Portakal
- C) Domates

3.



Ülkemizde mevsiminin dışında sebze ve meyveler yetiştirilmektedir.

Öğretmenin cümlesindeki boşluğa aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir?

- A) tarlada
- B) serada
- C) bağda

4. 1. Şeftali
2. Karpuz
3. Nar

Verilenlerden hangileri yaz mevsiminde yetişen meyveler arasındadır?

- A) 1 ve 2
- B) 2 ve 3
- C) 1, 2 ve 3

5. Aşağıdaki araçlardan hangisinde sebze ve meyvelerimizi uzun süre bozulmadan saklayabiliriz?

A)



B)



C)



6. Aşağıdaki yiyecek gruplarından hangisi diğerlerinden daha sağlıklıdır?

- A) Meyve suyu, çikolata
- B) Peynir, zeytin ve yumurta
- C) Cips, çilekli dondurma




7. Aşağıdaki davranışlardan hangisi yanlıştır?

- A) Televizyonu uzaktan izleriz.
- B) Bilgisayarda saatlerce oyun oynarız.
- C) İnternette tanımadığımız kişiye bilgi vermeyiz.

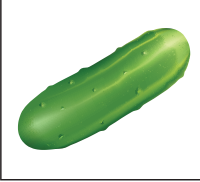

8. Aşağıdaki davranışlardan hangisi doğrudur?

- A) Meyveleri yıkayarak yemek
- B) Kabuğu soyulan meyveleri yıkamadan yemek
- C) Ağaçtan kopardığımız meyveleri yıkamadan yemek

9. Aşağıdaki davranışlardan hangisi doğrudur?

- A)  Ellerimi sadece yemekten sonra yıkarım.
- B)  Ellerimi sadece yemekten önce yıkarım.
- C)  Ellerimi hem yemekten önce hem de sonra yıkarım.

10. Aşağıdaki sebzelerden hangisi kış mevsiminin sebzelerindedir?

- A) 
- B) 
- C) 