ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA OKULU

SAĞLIKLI YAŞAM VE GÜVENLİK BECERİLERİ 1

(1, 2 VE 3. KADEMELER)

DERS KİTABI

YAZARLAR

Ahmet KARATAŞ
Dilan ARGA
Hikmet Taha ACARTÜRK
Merve KARAARSLAN

DEVLET KİTAPLARI

Kitabın Basıldığı Matbaa Adı

Millî Eğitim Bakanlığı Yayınları No.: 11184
Ders Kitapları Dizisi No.: 2636

Her hakkı saklıdır ve Millî Eğitim Bakanlığına aittir. Kitabın metin, soru ve şekilleri kısmen de olsa hiçbir surette alınıp yayımlanamaz.

EDİTÖR

Beyza Elif ÇİÇEN

DİL UZMANI

Sevil CANPOLAT

GÖRSEL TASARIMCI

Burcu Hacer ŞENOL
Esin GÜRSOY
Gökhan ÇİÇEK
Öznur DARILMAZ

ÇOKLU ORTAM TASARIMCISI

Celalettin ŞİŞMAN
Hüsniye Cevahir ÖZDOĞAN
Özgür GÜRBÜZ

PROGRAM GELİŞTİRME UZMANI

Enes Malik BİLGİN

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME UZMANI

Dr. Özgül SU ÖZENİR

REHBERLİK UZMANI

Çağla AYDIN

ISBN 978-625-8894-35-6

Millî Eğitim Bakanlığı Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığının 30.06.2026 tarih ve 163344308 sayılı yazısı ile eğitim aracı olarak kabul edilmiştir. Kurulca bu kitabın kabul edilmiş olması ders kitabından yayınevi ve yazarın/yazarların sorumluluğunu kaldırmaz.

Baskı

Matbaanın Adı ve Ticaret Ünvanı
tel.: (0000) 000 00 00 Sertifika No.: 000000000



İSTİKLÂL MARŞI

Korkma, sönmez bu şafaklarda yüzen al sancak;
Sönmeden yurdumun üstünde tüten en son ocak.
O benim milletimin yıldızıdır, parlayacak;
O benimdir, o benim milletimindir ancak.

Çatma, kurban olayım, çehreni ey nazlı hilâl!
Kahraman ırkıma bir gül! Ne bu şiddet, bu celâl?
Sana olmaz dökülen kanlarımız sonra helâl.
Hakkıdır Hakk'a tapan milletimin istiklâl.

Ben ezelden beridir hür yaşadım, hür yaşarım.
Hangi çılgın bana zincir vuracakmış? Şaşarım!
Kükremiş sel gibiyim, bendimi çiğner, aşarım.
Yırtarım dağları, enginlere sığmam, taşarım.

Garbın âfâkını sarmışsa çelik zırhlı duvar,
Benim iman dolu göğsüm gibi serhaddim var.
Ulusun, korkma! Nasıl böyle bir imanı boğar,
Medeniyyet dediğin tek dişi kalmış canavar?

Arkadaş, yurduma alçakları uğratma sakın;
Siper et gövdeni, dursun bu hayâsızca akın.
Doğacaktır sana va'dettiği günler Hakk'ın;
Kim bilir, belki yarın, belki yarından da yakın.

Bastığın yerleri toprak diyerek geçme, tanı:
Düşün altındaki binlerce kefensiz yatanı.
Sen şehit oğlusun, incitme, yazıktır, atanı:
Verme, dünyaları alsan da bu cennet vatanı.

Kim bu cennet vatanın uğruna olmaz ki feda?
Şüheda fışkıracak toprağı sıksan, şüheda!
Cânı, cânânı, bütün varımı alsın da Huda,
Etmesin tek vatanımdan beni dünyada cüda.

Ruhumun senden İlâhî, şudur ancak emeli:
Değmesin mabedimin göğsüne nâmahrem eli.
Bu ezanlar -ki şehadetleri dinin temeli-
Ebedî yurdumun üstünde benim inlemeli.

O zaman vecd ile bin secde eder -varsa- taşım,
Her cerîhamdan İlâhî, boşanıp kanlı yaşım,
Fışkırır ruh-ı mücerret gibi yerden na'şım;
O zaman yükselerek arşa değer belki başım.

Dalgalan sen de şafaklar gibi ey şanlı hilâl!
Olsun artık dökülen kanlarımın hepsi helâl.
Ebediyyen sana yok, ırkıma yok izmihlâl;
Hakkıdır hür yaşamış bayrağımın hürriyyet;
Hakkıdır Hakk'a tapan milletimin istiklâl!

Mehmet Âkif Ersoy

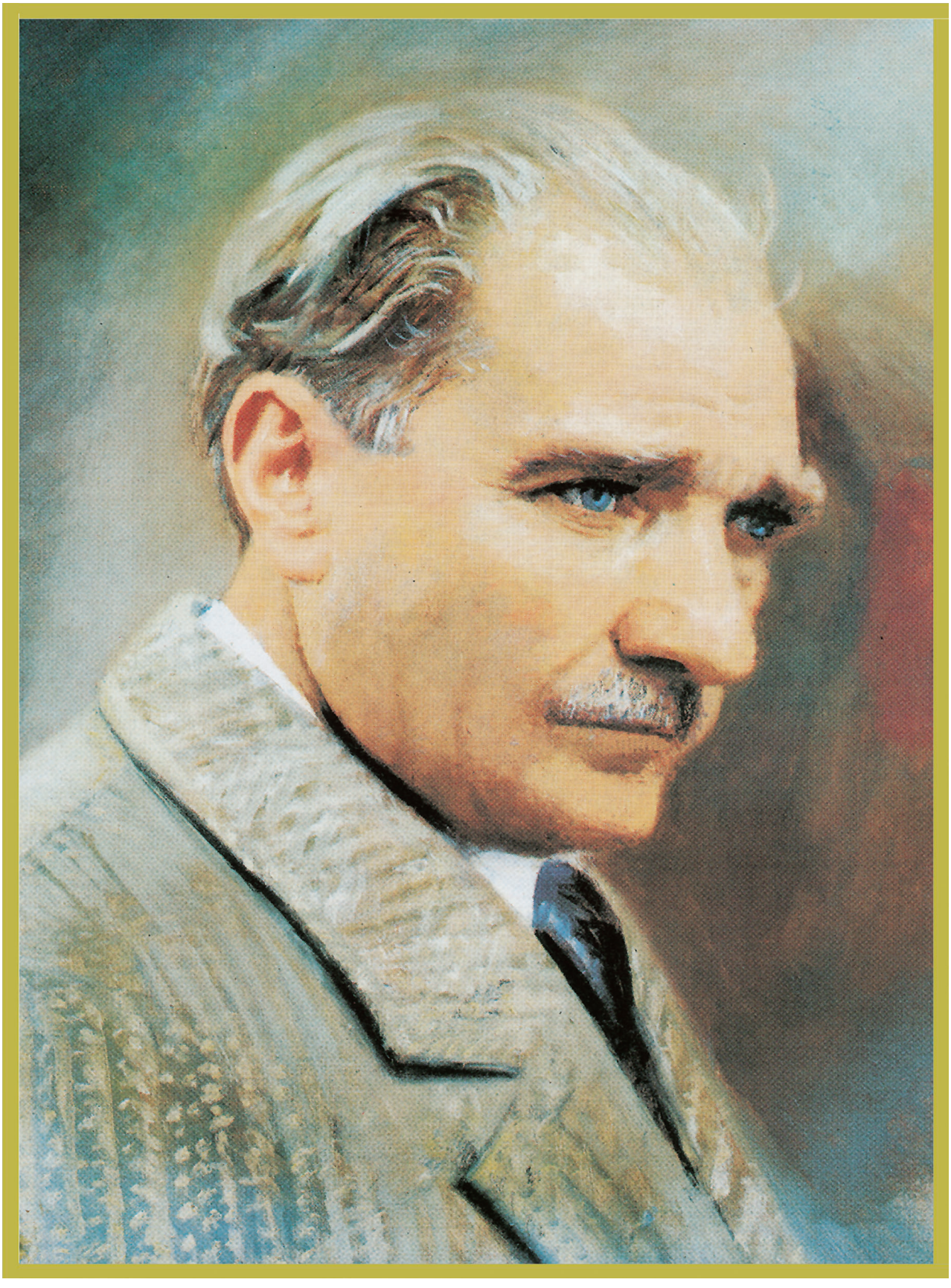
GENÇLİĞE HİTABE

Ey Türk gençliği! Birinci vazifen, Türk istiklâlini, Türk Cumhuriyetini, ilelebet muhafaza ve müdafaa etmektir.

Mevcudiyetinin ve istikbalinin yegâne temeli budur. Bu temel, senin en kıymetli hazinendir. İstikbalde dahi, seni bu hazineden mahrum etmek isteyecek dâhilî ve hâricî bedhahların olacaktır. Bir gün, istiklâl ve cumhuriyeti müdafaa mecburiyetine düşersen, vazifeye atılmak için, içinde bulunacağın vaziyetin imkân ve şeraitini düşünmeyeceksin! Bu imkân ve şerait, çok namüsait bir mahiyette tezahür edebilir. İstiklâl ve cumhuriyetine kastedecek düşmanlar, bütün dünyada emsali görülmemiş bir galibiyetin mümessili olabilirler. Cebren ve hile ile aziz vatanın bütün kaleleri zapt edilmiş, bütün tersanelerine girilmiş, bütün orduları dağıtılmış ve memleketin her köşesi bilfiil işgal edilmiş olabilir. Bütün bu şeraitten daha elîm ve daha vahim olmak üzere, memleketin dâhilinde iktidara sahip olanlar gaflet ve dalâlet ve hattâ hıyanet içinde bulunabilirler. Hattâ bu iktidar sahipleri şahsî menfaatlerini, müstevlîlerin siyasî emelleriyle tevhit edebilirler. Millet, fakr u zaruret içinde harap ve bîtap düşmüş olabilir.

Ey Türk istikbalinin evlâdı! İşte, bu ahval ve şerait içinde dahi vazifen, Türk istiklâl ve cumhuriyetini kurtarmaktır. Muhtaç olduğun kudret, damarlarındaki asil kanda mevcuttur.

Mustafa Kemal Atatürk



MUSTAFA KEMAL ATATÜRK

İÇİNDEKİLER

Kitabımızı Tanıyalım	8
1. TEMA : ÖZ BAKIM VE GÜNLÜK YAŞAM	12
1. Bölüm: Kişisel Bakımımızı ve Temizliğimizi Yapalım	13
2. Bölüm: Giyinme Becerilerimizi Geliştirelim	43
3. Bölüm: Tuvalet Alışkanlığı Kazanalım	69
4. Bölüm: Yeme İçme Davranışları Edinelim	87
Cevap Anahtarı	123
Görsel ve Genel Ağ Kaynakçası	123
Türkiye'nin Mülki İdare Bölümleri ile Kara ve Deniz Komşuları Haritası	124
Türk Dünyası Haritası	125

KİTABIMIZI TANIYALIM

Tema Numarası

Tema Adı

Bölüm Numarası

Bölüm Adı



Tema Karekodu

Tema Özeti Karekodu

Bölüm Adları

KİTABIMIZI TANIYALIM

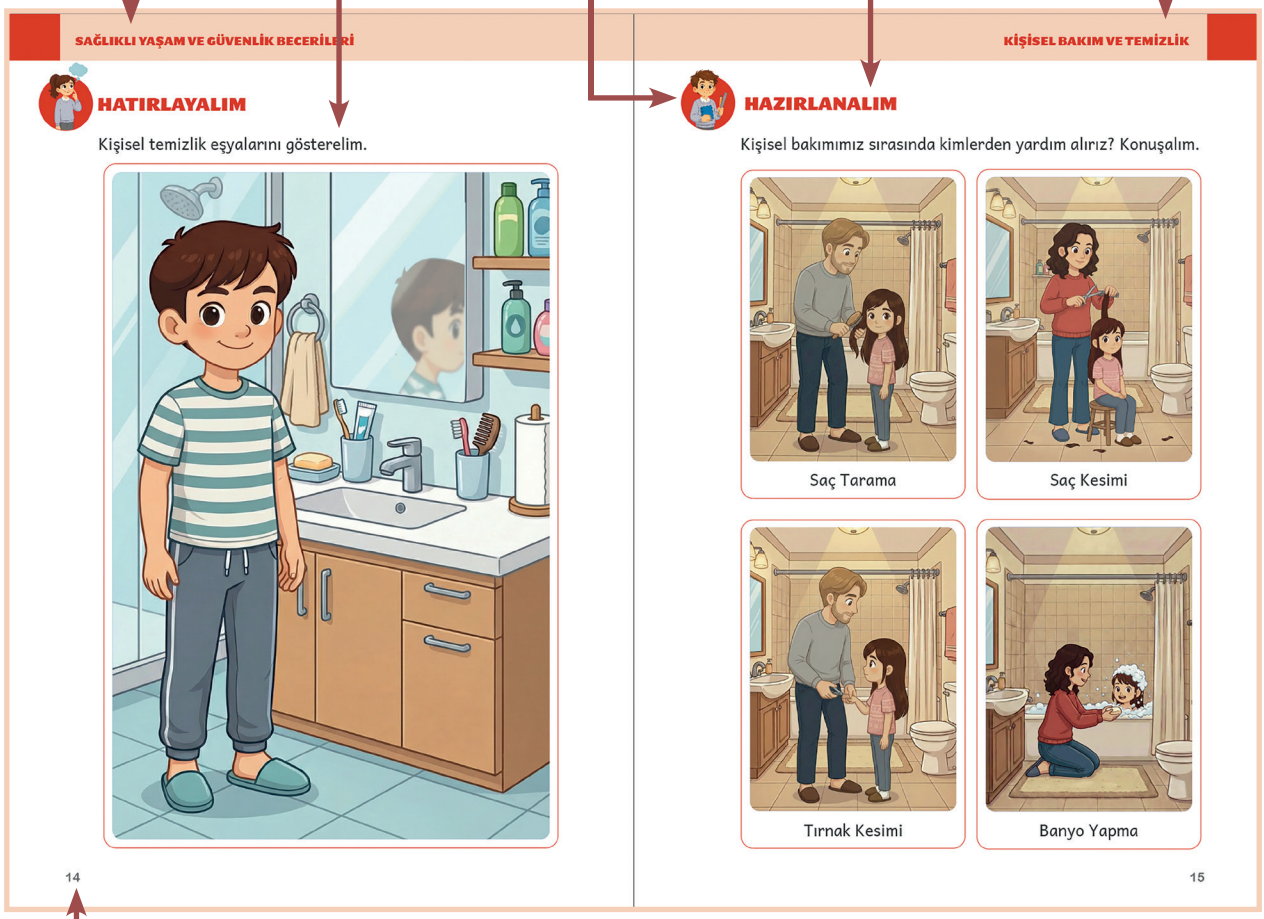
Kitap Adı

Yönerge

Öğrenme Adımı Simgesi

Öğrenme Adımı

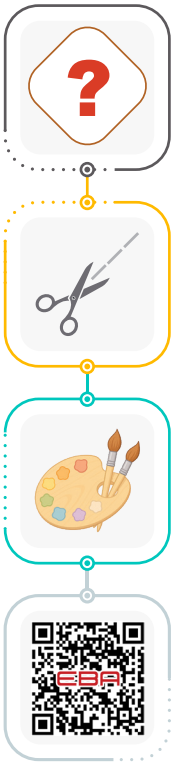
Bölüm Adı



Sayfa Numarası

KİTABIMIZI TANIYALIM

KİTAPTA KULLANILAN SİMGELERİMİZ



Üzerine düşüneceğimiz, tartışacağımız ve cevaplayacağımız soruları belirtir.

Kesme işlemi yapacağımız etkinlikleri belirtir.

Boyama ve çizim yapacağımız sanat etkinliklerini belirtir.

Tıklama ya da okutma yoluyla ulaşabileceğimiz dijital içerikleri (video, oyun, ses kaydı) belirtir.

ÖĞRENME ADIMLARIMIZ



HATIRLAYALIM

Daha önce öğrendiklerimizi hatırlayarak yeni öğreneceklerimiz için zihnimizi hazırlarız.





HAZIRLANALIM

Konuyla ilgili günlük yaşamla bağlantı kurarak öğrenmeye hazırlanırız.





ÖĞRENELİM

Konuya ilişkin yeni bilgileri öğrenir ve temel kavramları keşfederiz.





UYGULAYALIM

Öğrendiklerimizi etkinliklerle uygular, bilgimizi pekiştiririz.





DEĞERLENDİRELİM

Öğrendiklerimizi gözden geçirir, neyi, ne kadar öğrendiğimizi fark ederiz.



1. TEMA

ÖZ BAKIM VE GÜNLÜK YAŞAM

1. Bölüm
Kişisel Bakımımızı ve Temizliğimizi Yapalım

2. Bölüm
Giyinme Becerilerimizi Geliştirelim

3. Bölüm
Tuvalet Alışkanlığı Kazanalım

4. Bölüm
Yeme İçme Davranışları Edinelim

1. Tema

1. Tema Özeti

1. BÖLÜM

KİŞİSEL BAKIMIMIZI VE TEMİZLİĞİMİZİ YAPALIM





HATIRLAYALIM

Kişisel temizlik eşyalarını gösterelim.





HAZIRLANALIM

Kişisel bakımımız sırasında kimlerden yardım alırız? Konuşalım.



Saç Tarama



Saç Kesimi



Tırnak Kesimi



Banyo Yapma



ÖĞRENELİM

Sosyal öyküyü okuyalım. Görsellerdeki ve öyküdeki boşlukları dolduralım.



Benim adım ..... Bazen kişisel bakıma ihtiyaç duyarım. Saçım taranırken, saçım kesilirken, tırnaklarım kesilirken ve banyo yaparken sakin durabilirim. Annemin ve babamın söylediklerini yapabilirim. Kişisel bakım sırasında iş birliği yaptığımda annem ve babam çok mutlu olur. Banyo yapmak, saç ve tırnak bakımı yapmak iyi bir davranıştır.



UYGULAYALIM

Verilen malzemeleri kullanarak uygulama adımlarını takip edelim ve canlandırma etkinliğini yapalım.

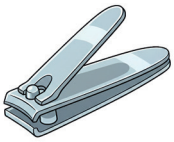
Uygulama adımları

1. Parmak görsellerini keselim. Tırnaklarımıza bant ile yapıştıralım.
2. Tırnaklarımız tırnak makası ile kesilirken iş birliği yapalım.
3. Saçlarımız tarak ile taranırken iş birliği yapalım.
4. Renkli ipleri tel toka ile saçımıza takalım. Saçımız kesilirken iş birliği yapalım.
5. Sınıfta belirlenmiş banyo alanına geçelim. Boş şampuan kutusu ve lif ile banyo yaptırılırken iş birliği yapalım.

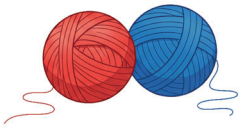
Kullanılacak Malzemeler


Makas


Bant


Tırnak makası


Tarak

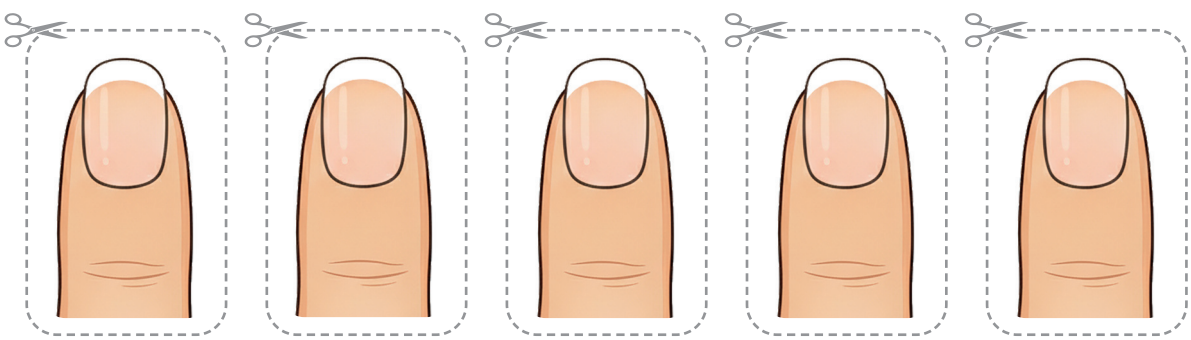

Renkli ipler


Tel toka

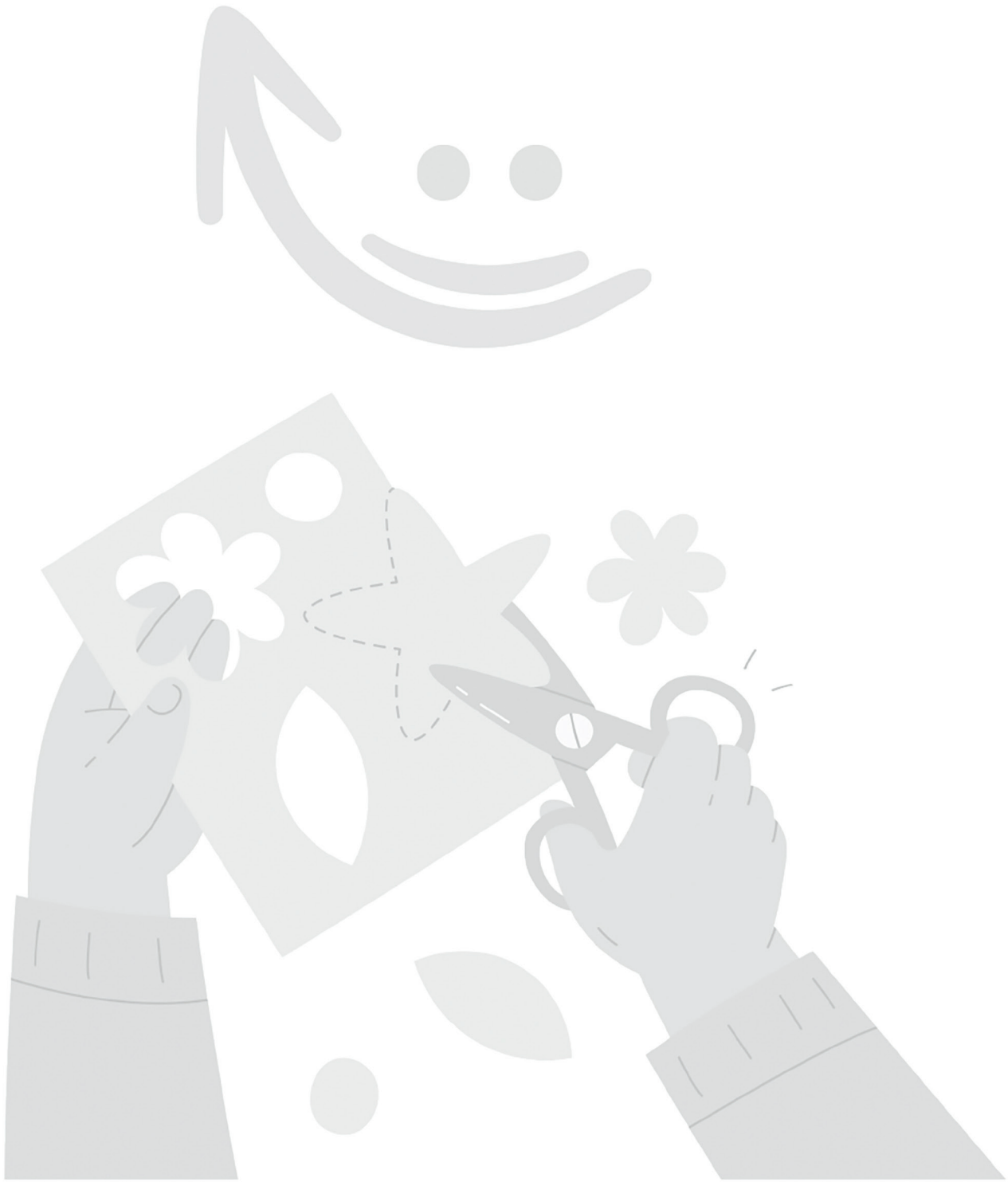

Lif



Boş şampuan kutusu



Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





DEĞERLENDİRELİM

Ailemizle birlikte kişisel bakımlarımızı yapalım. Her bakımın sonunda uygun yüzü boyayalım.



Saçım taranırken iş birliği yaptım.





Saçım kesilirken iş birliği yaptım.





Tırnağım kesilirken iş birliği yaptım.





Banyo yaptırılırken iş birliği yaptım.





HATIRLAYALIM

Kişisel temizlik eşyalarının adını söyleyelim. Bu eşyaları ne için kullanırız? Konuşalım.





HAZIRLANALIM

Yolu parmağımızla takip edelim. Yol boyunca karşımıza çıkan kişisel temizlik becerileri hakkında konuşalım.

Yüz yıkama





Diş fırçalama

Burun temizleme





El yıkama

Saç tarama



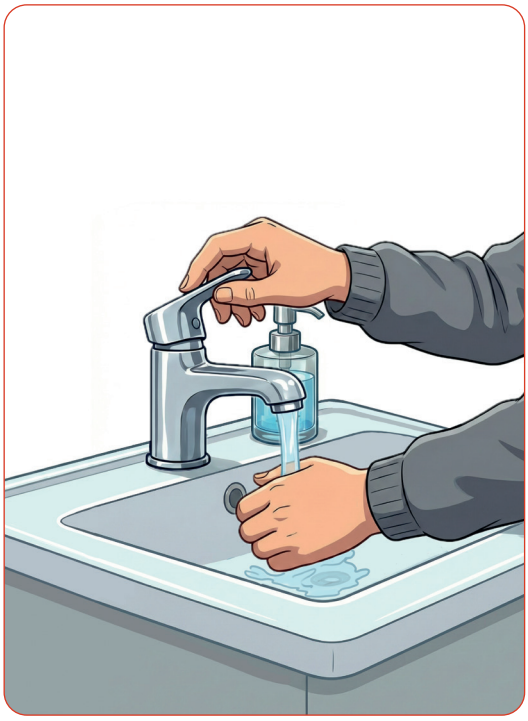


Banyo yapma



ÖĞRENELİM

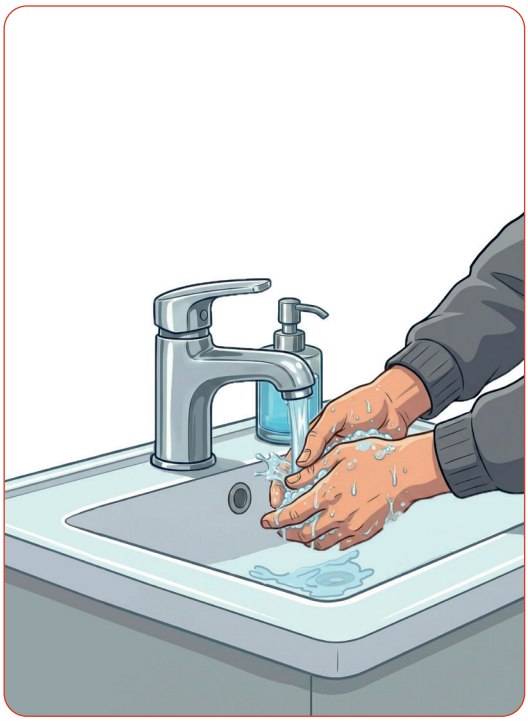
Görselleri inceleyelim. Ellerimizi yıkamayı öğrenelim.



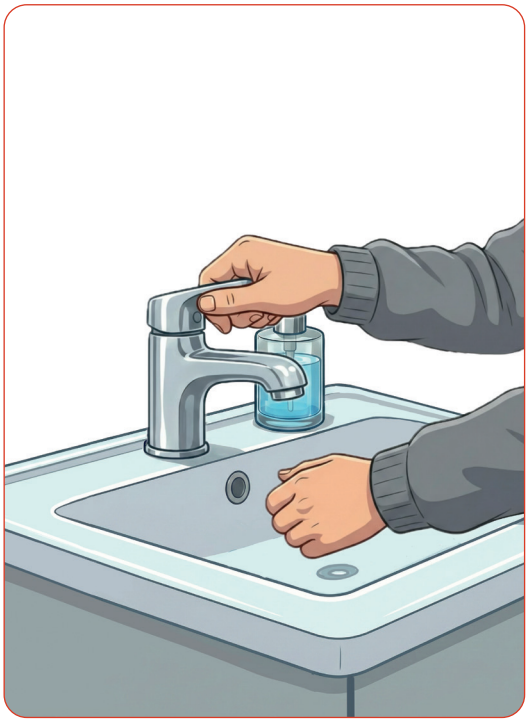
Musluğu açalım.



Sabunla ellerimizi köpürtelim.



Ellerimizi yıkayalım.

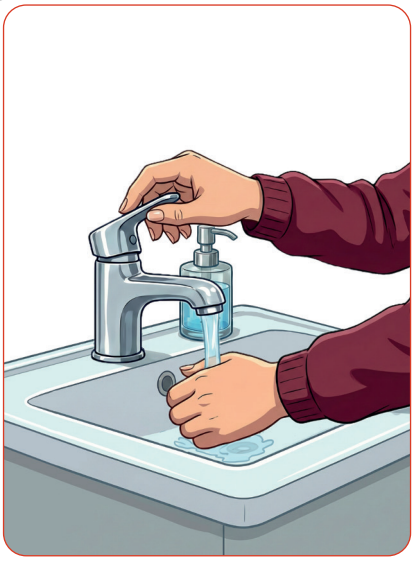


Musluğu kapatalım.



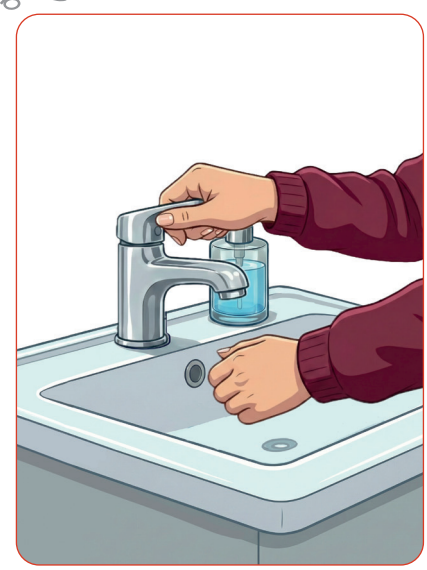
UYGULAYALIM

El yıkama adımlarını keselim. Aynanın üzerine yapıştıralım. Adımları takip ederek ellerimizi yıkayalım. Yaptıklarımızı verilen tabloda işaretleyelim.



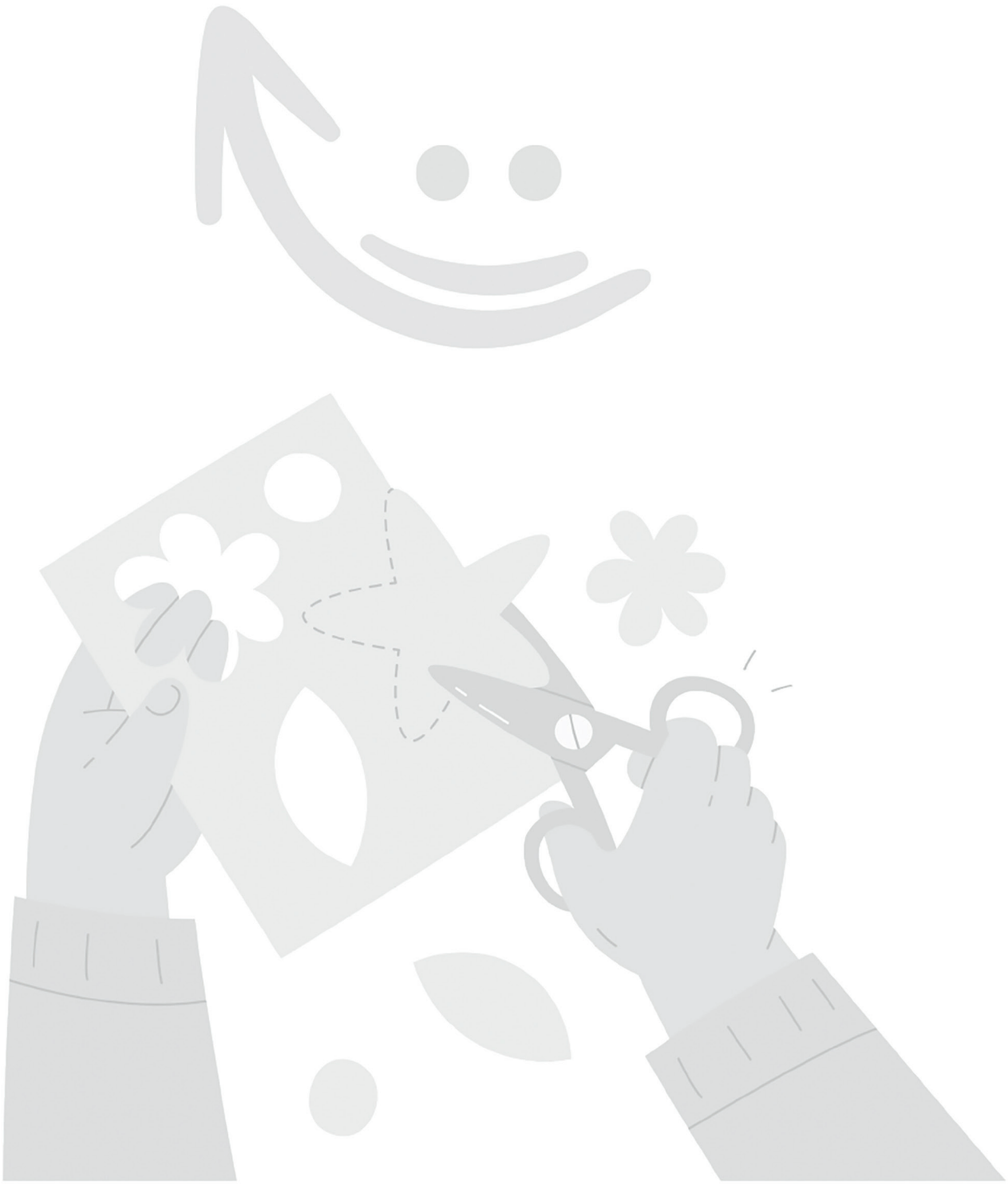






1	Musluğu açalım. ☐	2	Sabunla ellerimizi köpürtelim. ☐
3	Ellerimizi yıkayalım. ☐	4	Musluğu kapatalım. ☐

Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.



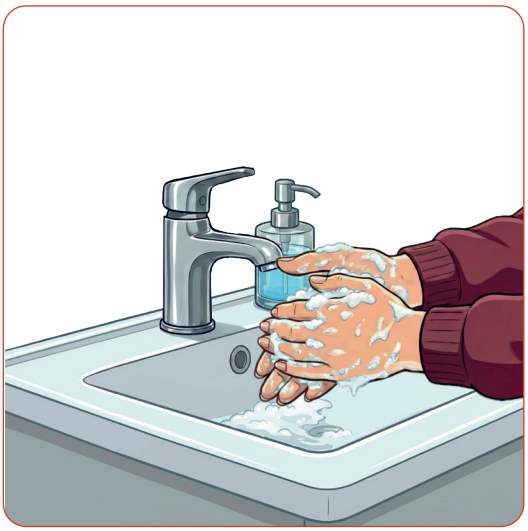


DEĞERLENDİRELİM

Ellerimizi yıkayalım. Kendimizi değerlendirelim.



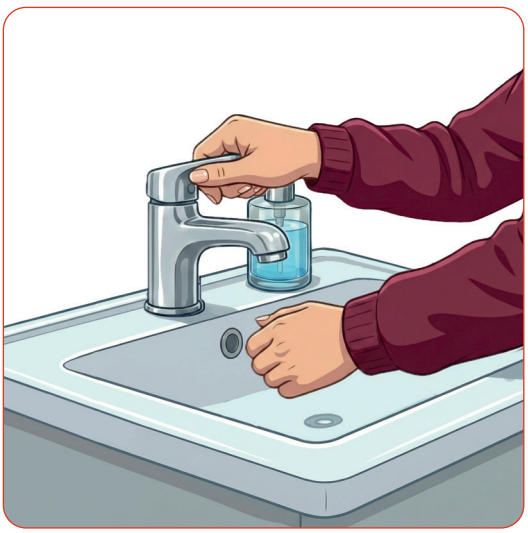
Musluğu açtım.



Sabunla ellerimi köpürttüm.



Ellerimi yıkadım.



Musluğu kapattım.



ÖĞRENELİM

Görselleri inceleyelim. Yüzümüzü yıkamayı öğrenelim.



Musluğu açalım.



Avucumuza su alalım.



Suyu yüzümüze sürelim.



Musluğu kapatalım.



UYGULAYALIM

Yüz yıkama adımlarını keselim. Aynanın üzerine yapıştıralım. Adımları takip ederek yüzümüzü yıkayalım. Yaptıklarımızı verilen tabloda işaretleyelim.



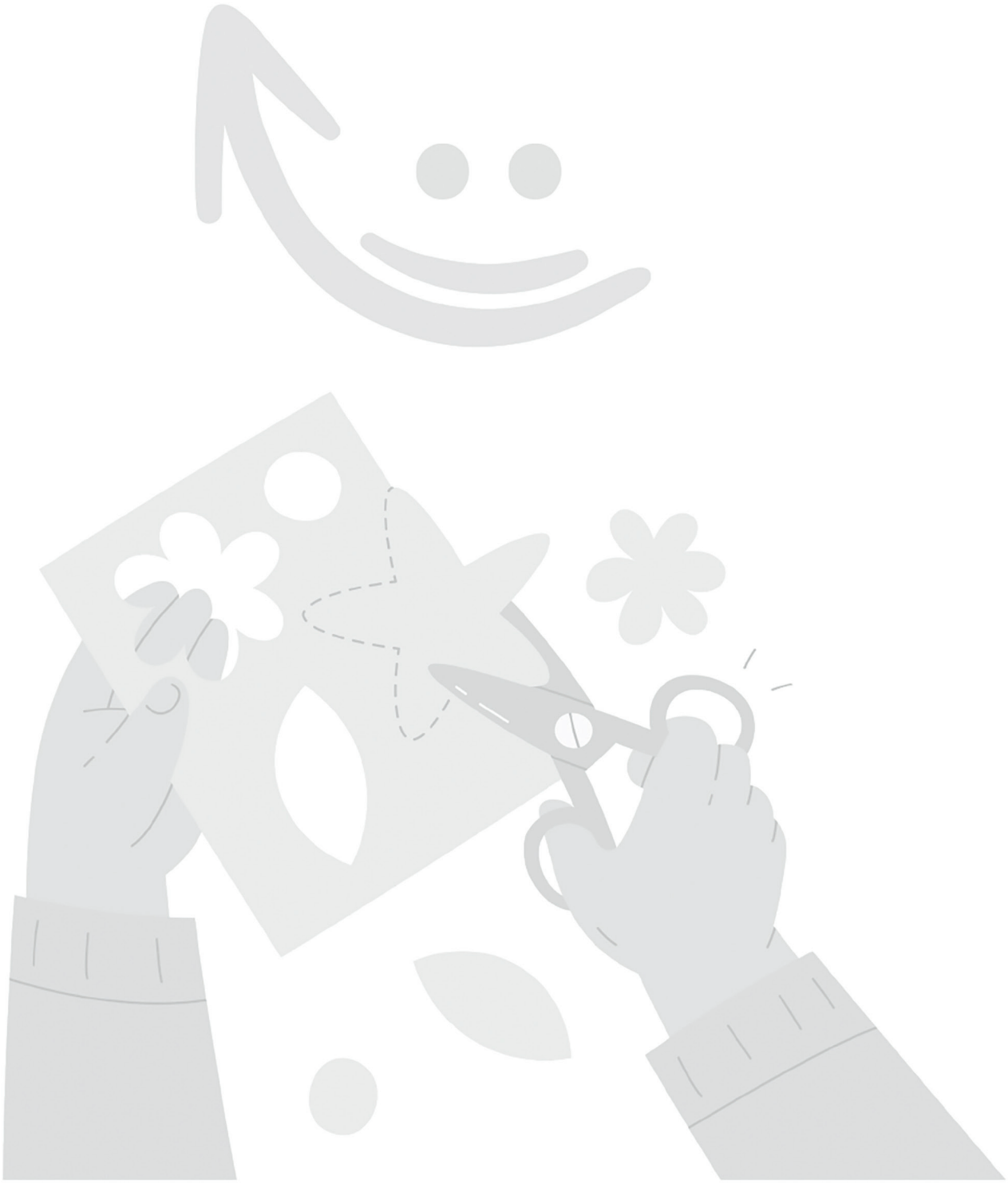






1	Musluğu açalım. ☐	2	Avucumuza su alalım. ☐
3	Suyu yüzümüze sürelim. ☐	4	Musluğu kapatalım. ☐

Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





DEĞERLENDİRELİM

Yüzümüzü yıkayalım. Kendimizi değerlendirelim.



Musluğu açtım.






Avucuma su aldım.






Suyu yüzüme sürdüm.






Musluğu kapattım.






ÖĞRENELİM

Görselleri inceleyelim. Dişlerimizi fırçalamayı öğrenelim.



Diş fırçasına macun sürelim.



Dişlerimizi fırçalayalım.



Ağzımızı su ile çalkalayalım.



Ağzımızdaki suyu tükürelim.



UYGULAYALIM

Diş fırçalama adımlarını keselim. Aynanın üzerine yapıştıralım. Adımları takip ederek dişlerimizi fırçalayalım. Yaptıklarımızı verilen tabloda işaretleyelim.



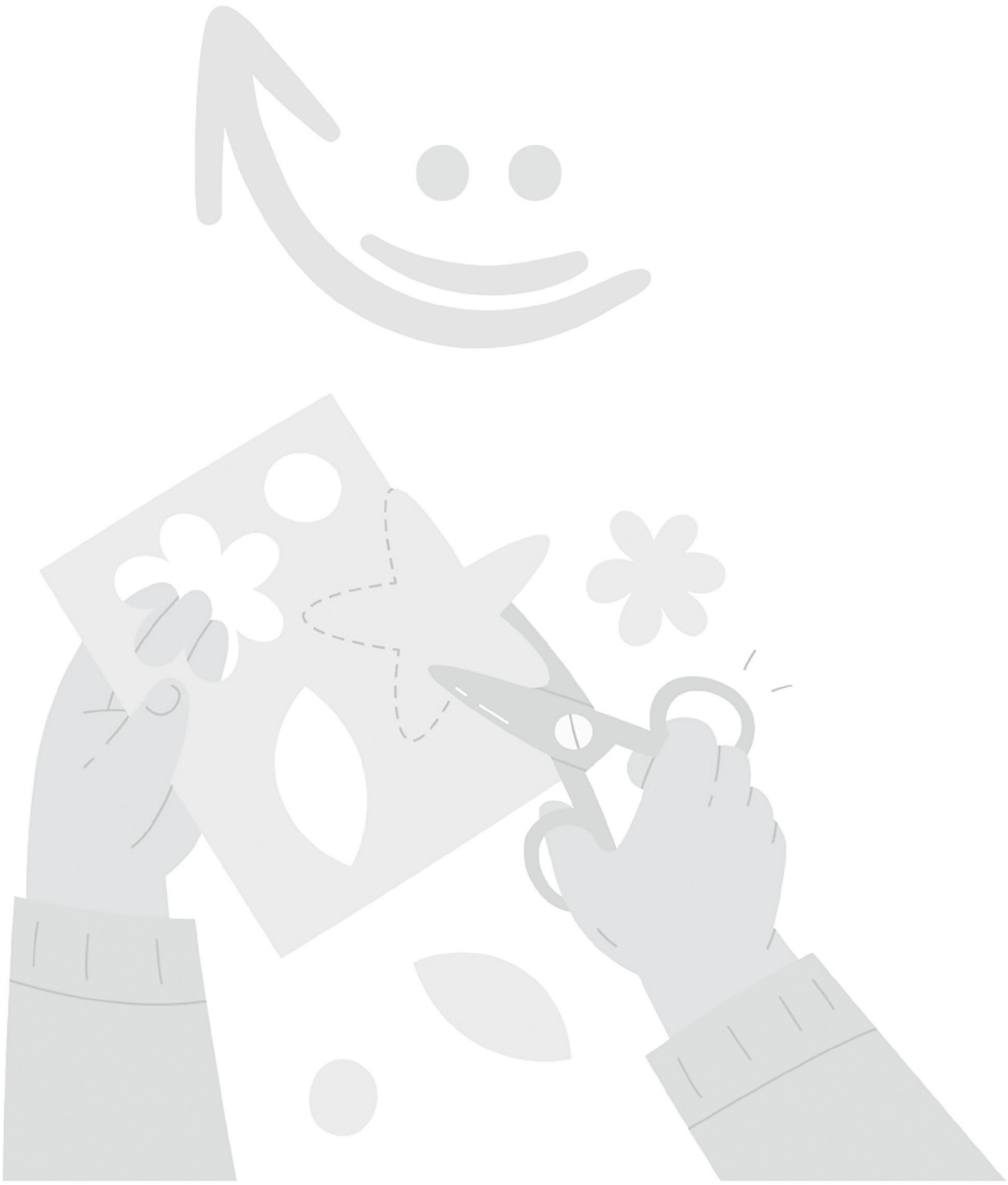






1	Diş fırçasına macun sürelim. ☐	2	Dişlerimizi fırçalayalım. ☐
3	Ağzımızı su ile çalkalayalım. ☐	4	Ağzımızdaki suyu tükürelim. ☐

Arka sayfada makasla
kesme etkinliği var.





DEĞERLENDİRELİM

Dişlerimizi fırçalayalım. Kendimizi değerlendirelim.



Diş fırçasına macun sürdüm.





Dişlerimi fırçaladım.





Ağzımı su ile çalkaladım.





Ağzımdaki suyu tükürdüm.





ÖĞRENELİM

Görselleri inceleyelim. Burnumuzu temizlemeyi öğrenelim.



Peçeteyi iki elimizle tutalım.



Peçeteyi burnumuza götürelim.



Burnumuzu hafifçe sıkarak peçeteyi aşağıya doğru çekelim.



Peçeteyi çöpe atalım.



UYGULAYALIM

Burun temizleme adımlarını keselim. Aynanın üzerine yapıştıralım. Adımları takip ederek burnumuzu temizleyelim. Yaptıklarımızı verilen tabloda işaretleyelim.



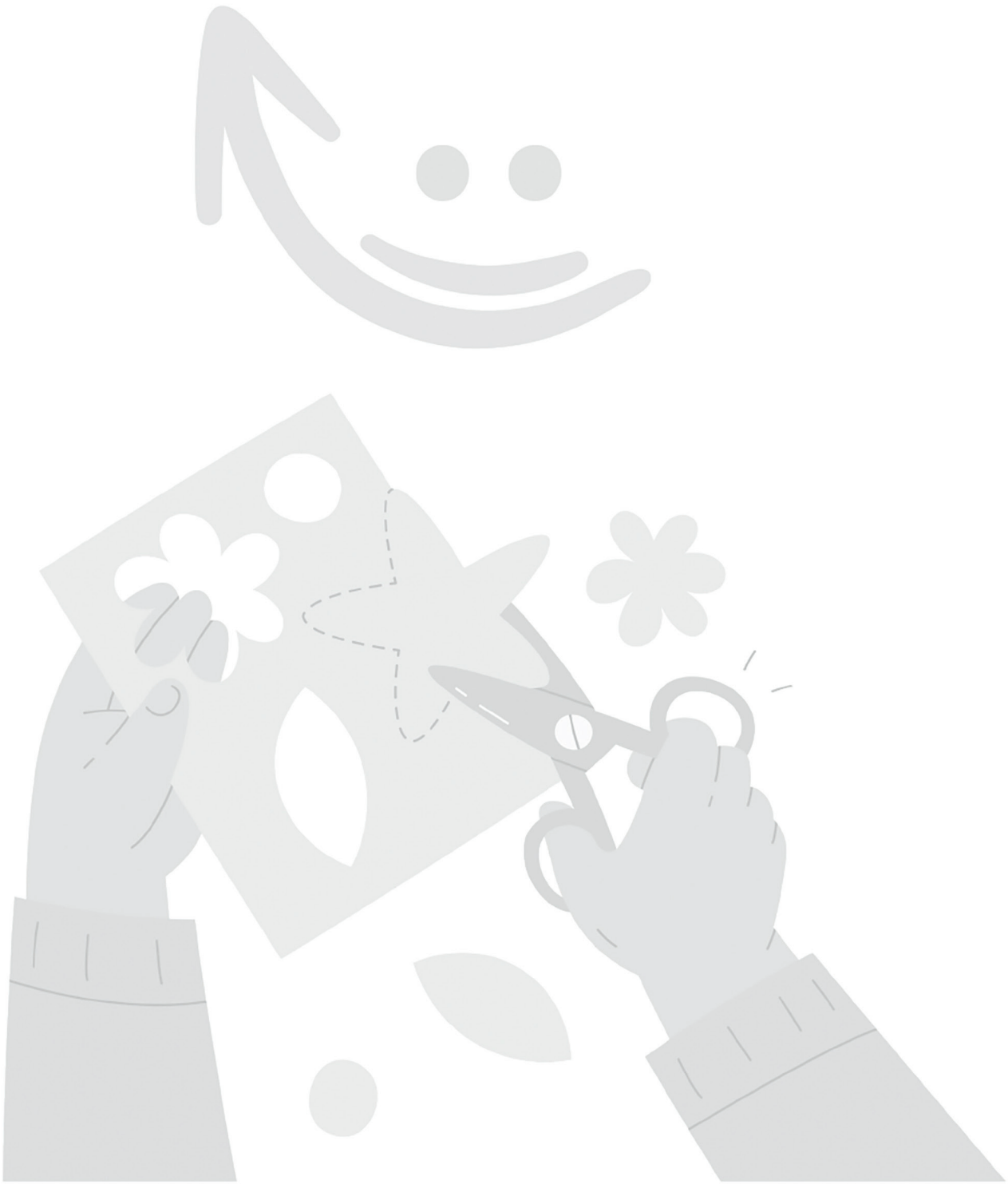






1	Peçeteyi iki elimizle tutalım. ☐	2	Peçeteyi burnumuza götürelim. ☐
3	Burnumuzu hafifçe sıkarak peçeteyi aşağıya doğru çekelim. ☐	4	Peçeteyi çöpe atalım. ☐

Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





DEĞERLENDİRELİM

Burnumuzu temizleyelim. Kendimizi değerlendirelim.



Peçeteyi iki elimle tuttum.





Peçeteyi burnuma götürdüm.





Burnumu hafifçe sıkarak peçeteyi aşağıya doğru çektim.





Peçeteyi çöpe attım.





ÖĞRENELİM

Görselleri inceleyelim. Saçlarımızı taramayı öğrenelim.



Tarağı sap kısmından tutalım.



Tarağın dişli kısmını kafa derimize koyalım.



Saçlarımızı aşağıya doğru tarayalım.



UYGULAYALIM

Saç tarama adımlarını keselim. Aynanın üzerine yapıştıralım. Adımları takip ederek saçımızı tarayalım. Yaptıklarımızı verilen tabloda işaretleyelim.





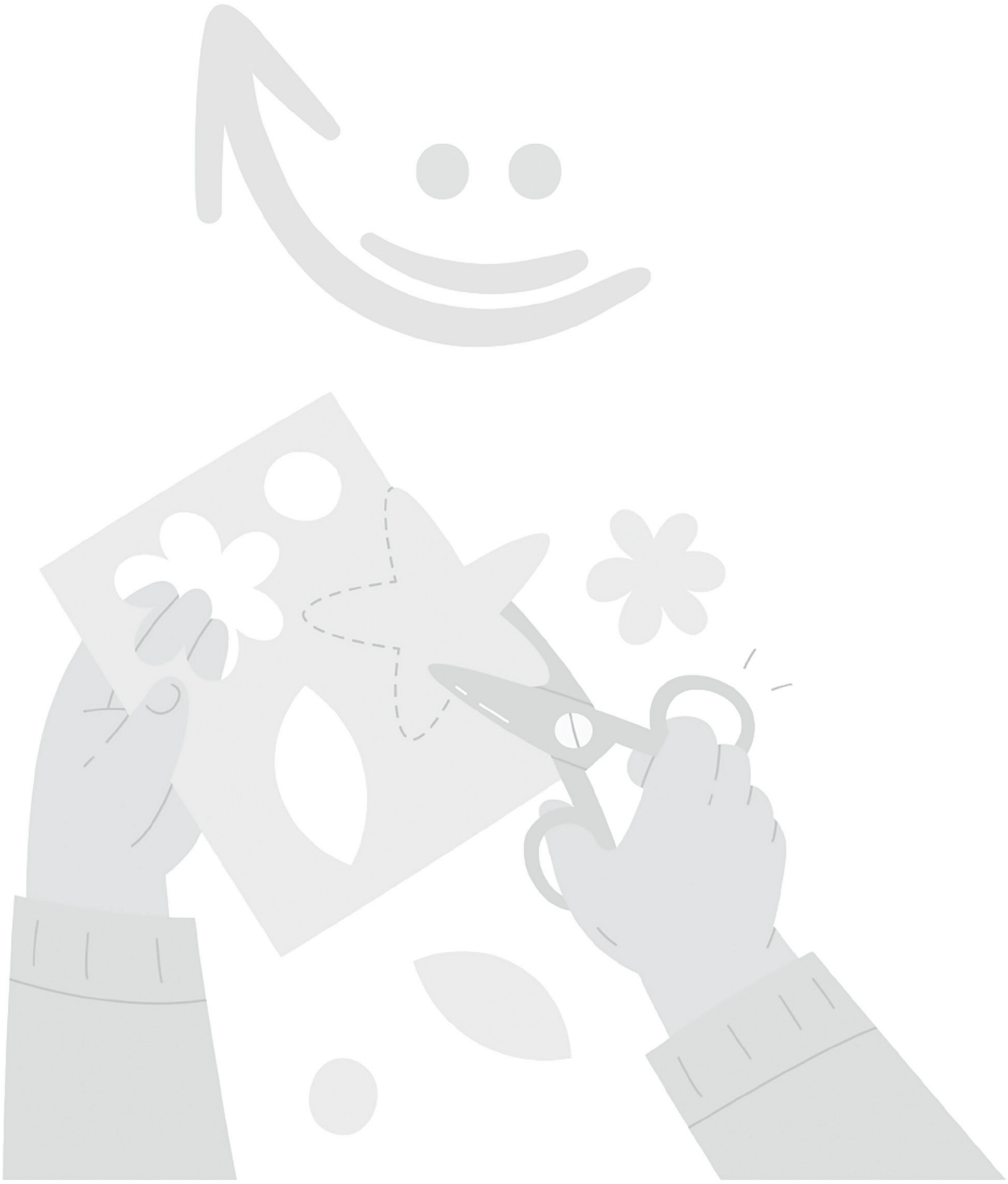


1 Tarağı sap kısmından tutalım. ☐

2 Tarağın dişli kısmını kafa derimize koyalım. ☐

3 Saçlarımızı aşağıya doğru tarayalım. ☐

Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





DEĞERLENDİRELİM

Saçımızı tarayalım. Kendimizi değerlendirelim.



Tarağı sap kısmından tuttum.






Tarağın dişli kısmını kafa derime koydum.






Saçlarımı aşağıya doğru taradım.






DEĞERLENDİRELİM

Verilen görseli boyayalım.





Bölüm Sonu Değerlendirme Aracı Beceri Analizi Veri Kayıt Formu

2. BÖLÜM

GİYİNME BECERİLERİMİZİ GELİŞTİRELİM





HATIRLAYALIM

Verilen görsellerden giysi olanları işaretleyelim.















HAZIRLANALIM

Bugün hangi kıyafetleri giydin? Konuşalım.





ÖĞRENELİM

Çocuklar hangi kıyafetleri nasıl giyiyorlar? Görselleri inceleyelim.









ÖĞRENELİM

Çocuklar hangi kıyafetleri nasıl çıkarıyorlar? Görselleri inceleyelim.









UYGULAYALIM

Grup oluşturalım. Her gruba bir kukla alalım. Birimiz kuklaya giysileri giydirirken diğerimiz yönlendirelim.



DEĞERLENDİRELİM

Sırayla kazağımızı, montumuzu ve ayakkabımızı çıkarıp giyelim. Kendimizi değerlendirelim.



Kazağımı bağımsız olarak çıkardım.



Kazağımı bağımsız olarak giydim.



Montumu bağımsız olarak çıkardım.



Montumu bağımsız olarak giydim.



Ayakkabımı bağımsız olarak çıkardım.



Ayakkabımı bağımsız olarak giydim.



ÖĞRENELİM

Verilen görseli inceleyelim. Çocuk hangi giysileri giymiş?



Soğuk havalarda siz nasıl giyiniyorsunuz?



UYGULAYALIM

Verilen görselleri keselim. Uygun yerlere yapıştırarak çocuğu dışarı çıkmaya hazırlayalım.



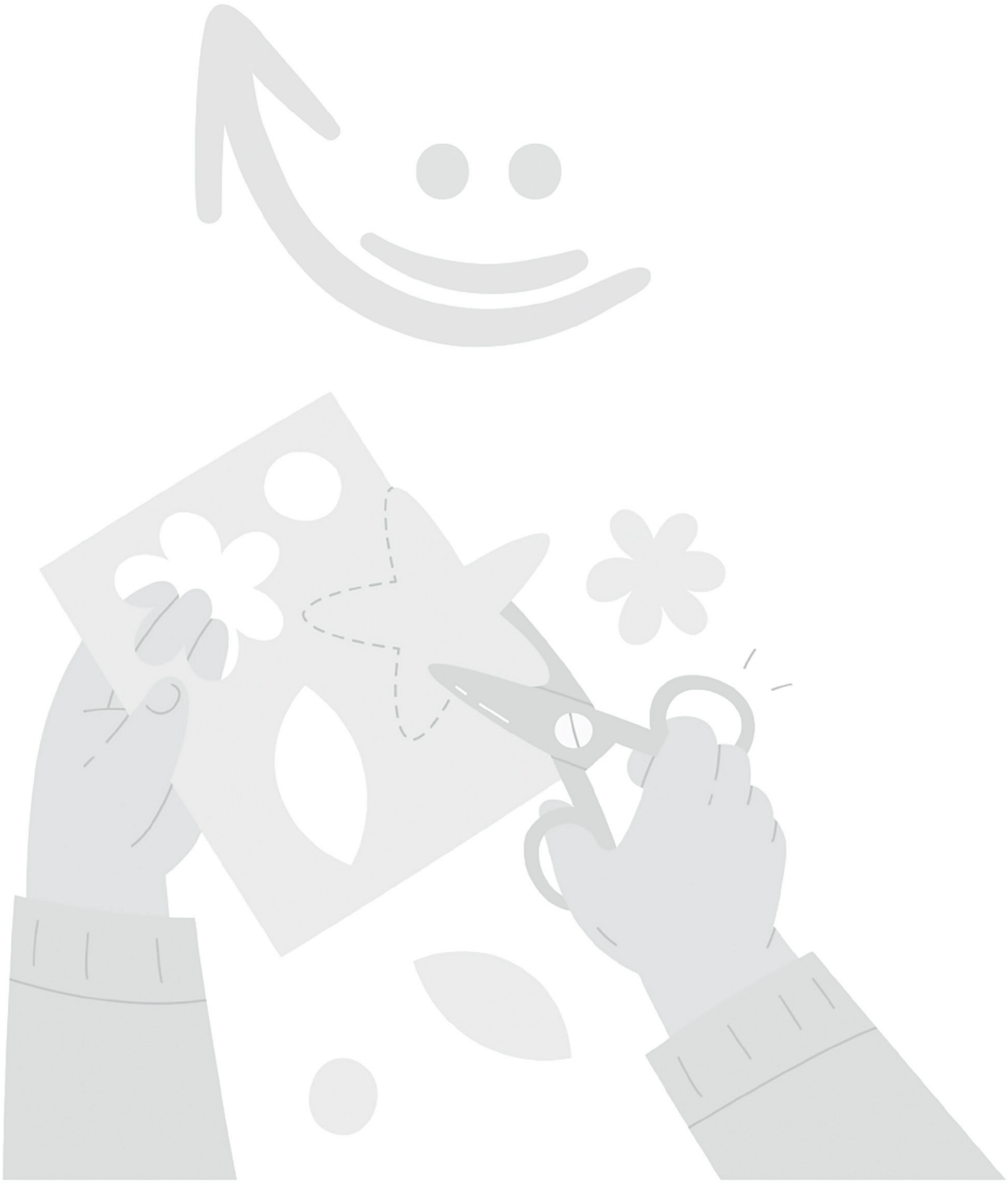






Biz de montumuzu giyelim. Atkımızı ve beremizi takalım.

Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





DEĞERLENDİRELİM

Sırayla atkımızı ve beremizi, eldivenimizi giyip çıkaralım. Kendimizi değerlendirelim.



Atkımı taktım.



Atkımı çıkardım.



Beremi giydim.



Beremi çıkardım.



Eldivenimi giydim.



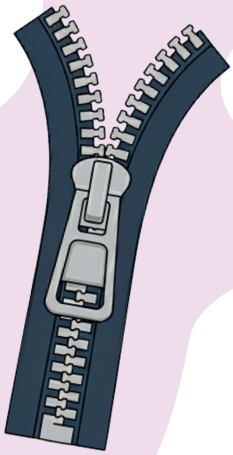
Eldivenimi çıkardım.

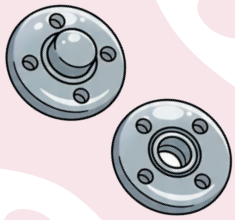


ÖĞRENELİM

Verilen videoyu izleyelim. Görselleri inceleyelim. Bu aparatlar hangi kıyafetlerimizde var? Kıyafetlerimizdeki düğme, fermuar ve çıtçıtları sırayla açıp kapatalım.







Giyinme Becerileri Videosu



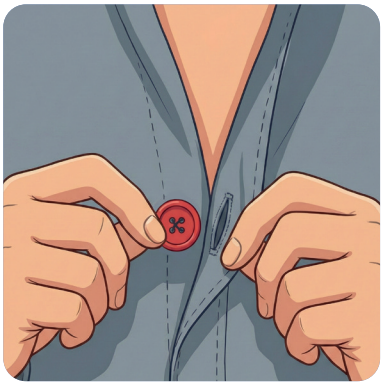
UYGULAYALIM

Sınıfımızda oluşturulan düğme, fermuar ve çıtçıt köşelerine gidelim. Sırayla açalım ve kapatalım.

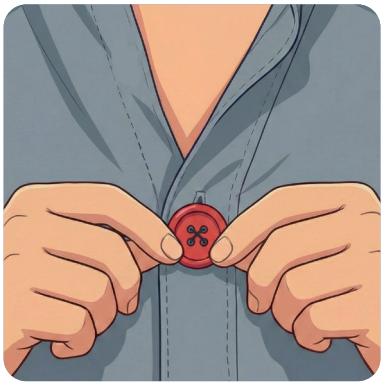


DEĞERLENDİRELİM

Sırayla düğme, fermuar ve çıtçıt açıp kapatalım. Kendimizi değerlendirelim.



Düğmeyi açtım.



Düğmeyi kapattım.



Fermuarı açtım.



Fermuarı kapattım.



Çıtçıtı açtım.

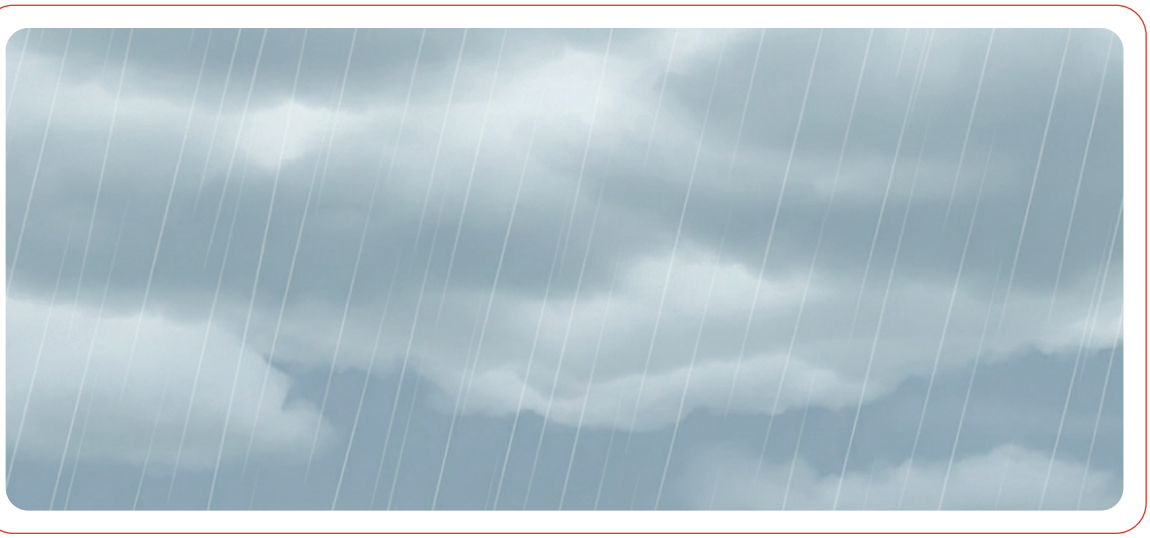


Çıtçıtı kapattım.



HATIRLAYALIM

Görsellerin hangi hava durumunu gösterdiğini söyleyelim.









HAZIRLANALIM

Görselleri inceleyelim. Bu havalarda ne giyeriz? Konuşalım.









ÖĞRENELİM

Karlı hava durumuna uygun kıyafet ve eşyaları öğrenelim.



Mont



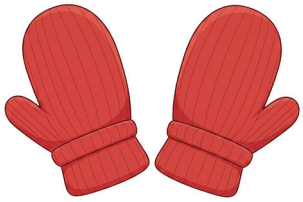
Kazak



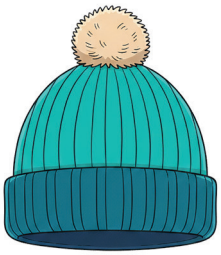
Bot



Atkı



Eldiven



Bere

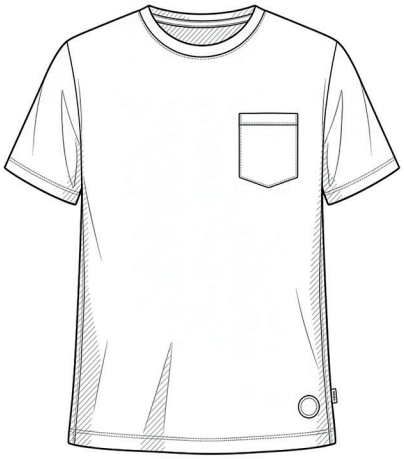


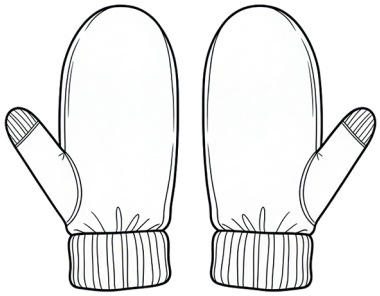
UYGULAYALIM

Karlı hava durumuna uygun kullanılan kıyafet ve eşyaları boyayalım.

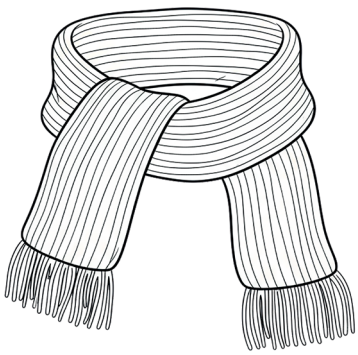










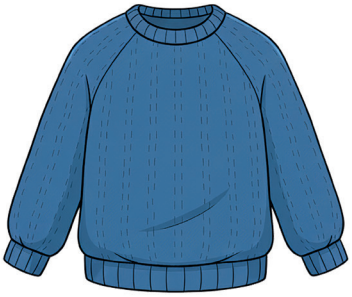


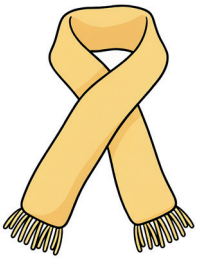




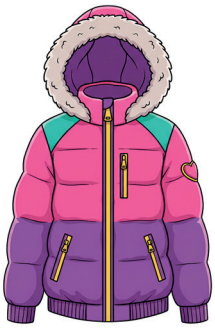
DEĞERLENDİRELİM

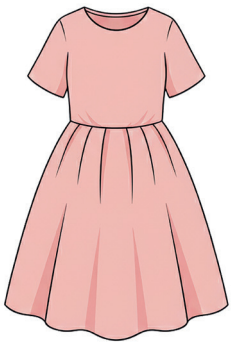
Verilen görsellerden karlı hava durumuna uygun olan kıyafet ve eşyaları işaretleyelim.



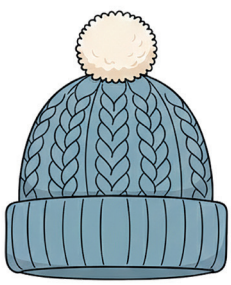
















ÖĞRENELİM

Güneşli hava durumuna uygun kıyafet ve eşyaları öğrenelim.



Güneş gözlüğü



Spor ayakkabı



Terlik



Elbise



Tişört



Şort



Şapka



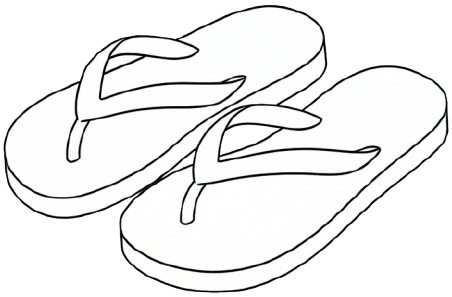
Pantolon

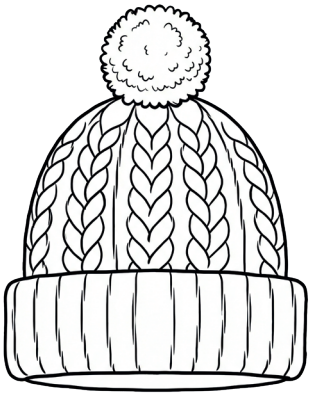


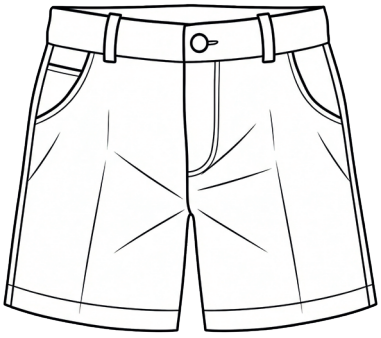
UYGULAYALIM

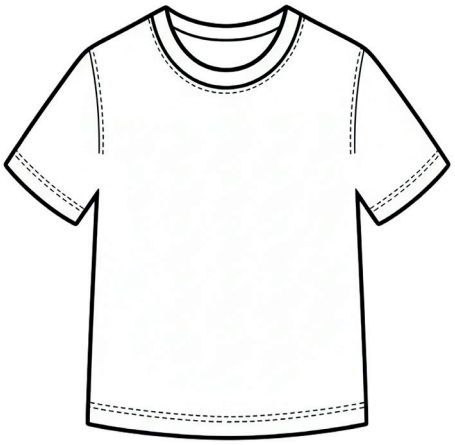
Güneşli hava durumuna uygun kıyafet ve eşyaları boyayalım.



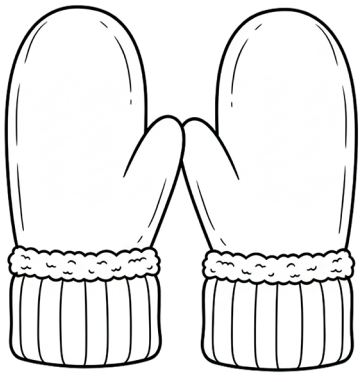














DEĞERLENDİRELİM

Verilen görsellerden güneşli hava durumuna uygun olan kıyafet ve eşyaları işaretleyelim.

















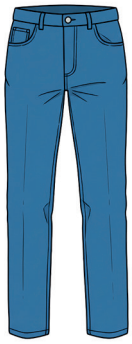


ÖĞRENELİM

Yağmurlu hava durumuna uygun kıyafet ve eşyaları öğrenelim.



Yağmur botu



Pantolon



Şemsiye



Kapüşonlu kazak



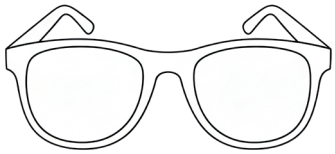
Yağmurluk



UYGULAYALIM

Yağmurlu hava durumuna uygun kullanılan kıyafet ve eşyaları boyayalım.

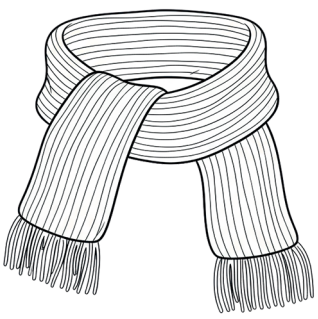














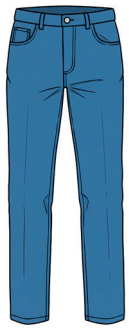


DEĞERLENDİRELİM

Verilen görsellerden yağmurlu hava durumuna uygun olan kıyafet ve eşyaları işaretleyelim.















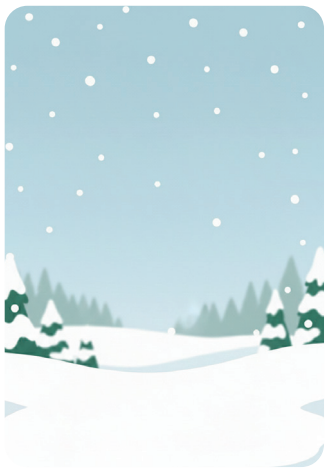




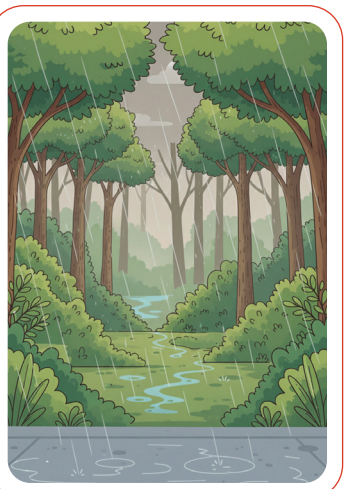
DEĞERLENDİRELİM

Görsellerde verilen çocukların kıyafetlerini inceleyerek, uygun hava durumu görselleri ile eşleştirelim.

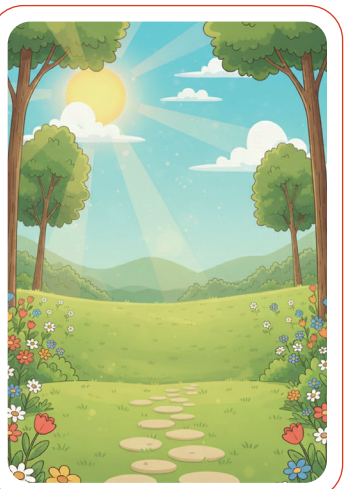












Bölüm Sonu Değerlendirme Aracı Kontrol Listesi

3. BÖLÜM

TUVALET ALIŞKANLIĞI KAZANALIM

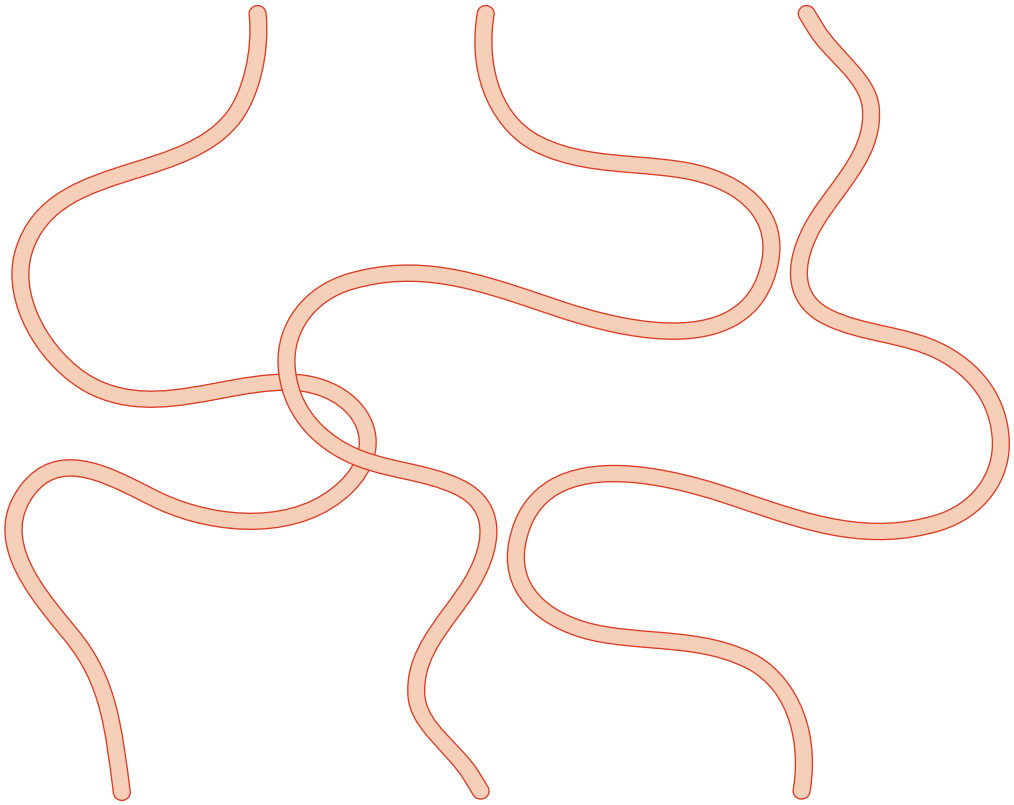




HATIRLAYALIM

Verilen görseli inceleyelim. Uygun yolu kullanarak çocuğu tuvalete ulaştıralım.













HATIRLAYALIM

Tuvaletin geldiğinde ne yaparsın? Konuşalım.





HAZIRLANALIM

Tuvaleti gelen çocuğu inceleyelim. Sorular ile ilgili konuşalım.





ÖĞRENELİM

Tuvaletimiz geldiğinde nasıl ifade edebileceğimizi öğrenelim.

Tuvaletim geldi.

Tuvalete gitmek istiyorum.



Tuvaletimizin geldiğini sözel olarak ifade edebiliriz.



Elimizi karnımıza koyarak tuvaletimizin geldiğini vücut hareketlerimizle ifade edebiliriz.



ÖĞRENELİM

Tuvaletimiz geldiğinde nasıl ifade edebileceğimizi öğrenelim.



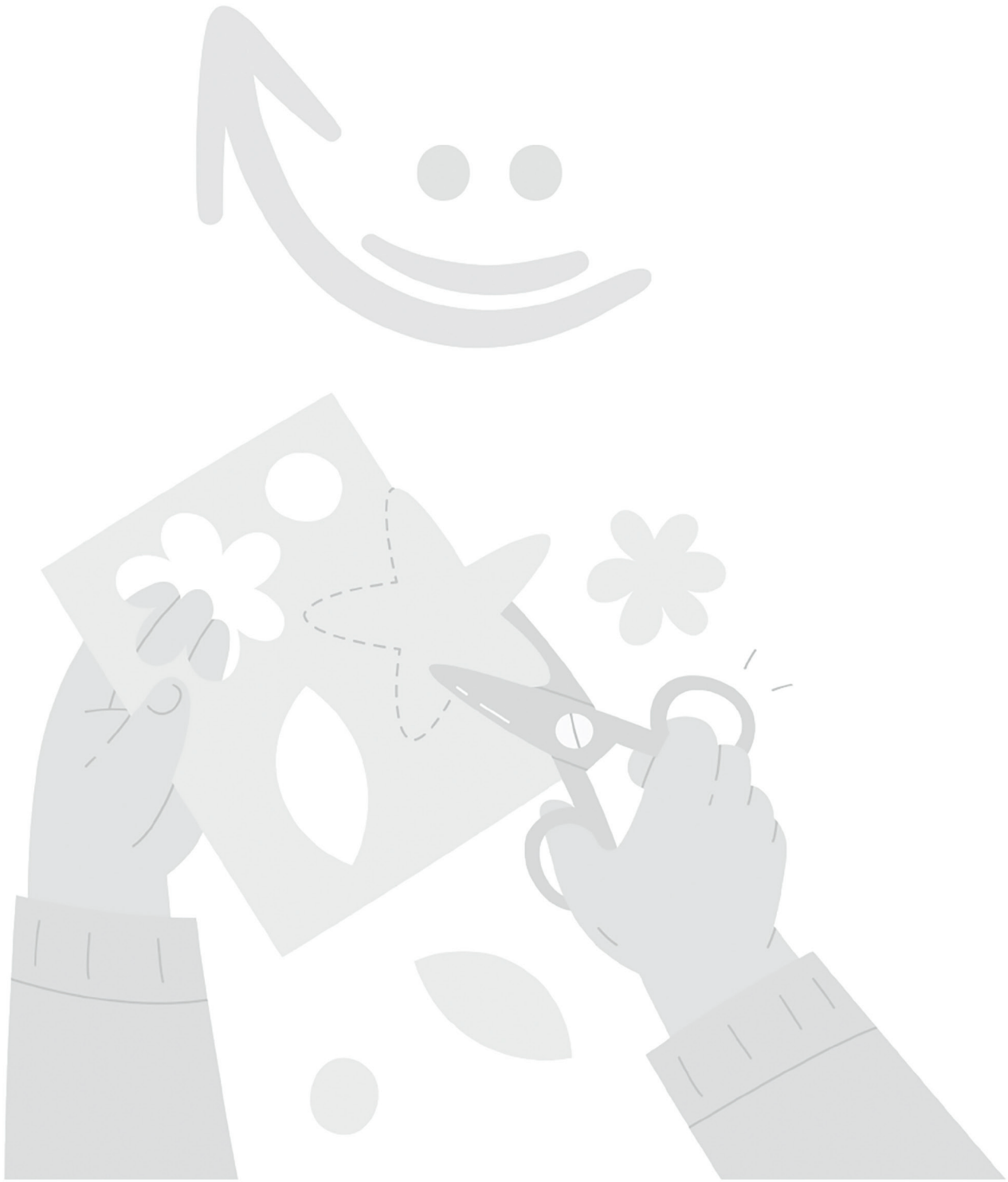


UYGULAYALIM

Verilen tuvalet görselini sınıfımızın kapısına yapıştıralım. Tuvaletimiz geldiğinde bu görseli gösterelim.



Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





UYGULAYALIM

Tuvaletimizin geldiğini vücut hareketlerimizle ifade edelim ve söyleyelim.





DEĞERLENDİRELİM

Tuvalete gitmek istiyorsan bunu nasıl anlatırsın? İşaretleyelim.



☐



☐



☐



ÖĞRENELİM

Tuvaletimizi yaparken nasıl yardım talep edebileceğimizi öğrenelim.





ÖĞRENELİM

Tuvaleti kullanma adımlarını inceleyelim.



Tuvaletimiz geldiğinde uygun şekilde ifade edelim.



Tuvalete gidelim.



Tuvalet için gerekiyorsa yardım isteyelim.



Tuvaleti temiz kullanalım.



UYGULAYALIM

Tuvalet kullanma görsellerini keselim. Kestiğimiz görselleri 1'den 4'e kadar sıralayalım. Tuvaleti uygun şekilde kullanmak için gereken davranışları söyleyelim.

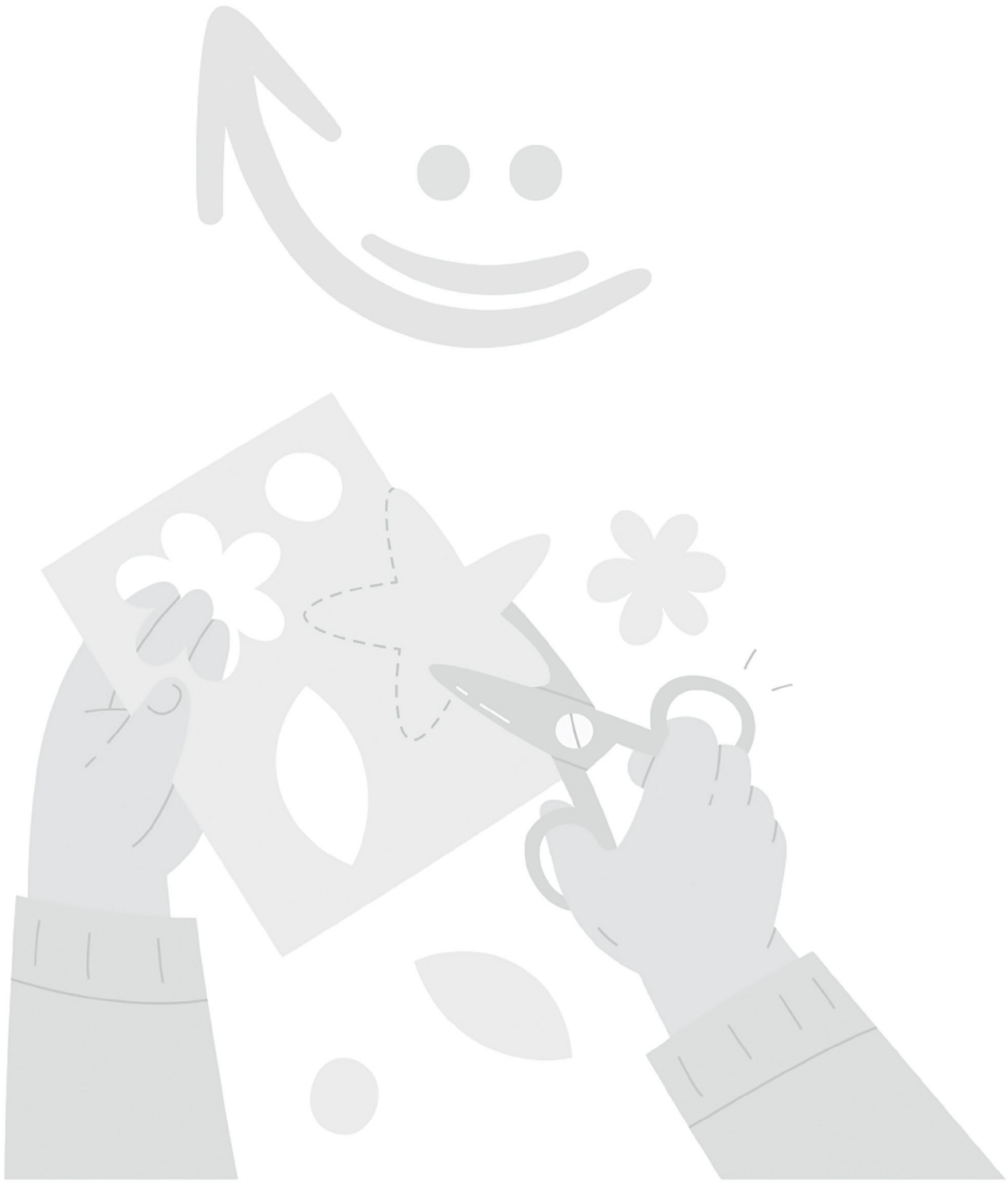








Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





UYGULAYALIM

Tuvalet kullanma görsellerini keselim. Kestiğimiz görselleri 1'den 4'e kadar sıralayalım. Tuvaleti uygun şekilde kullanmak için gereken davranışları söyleyelim.

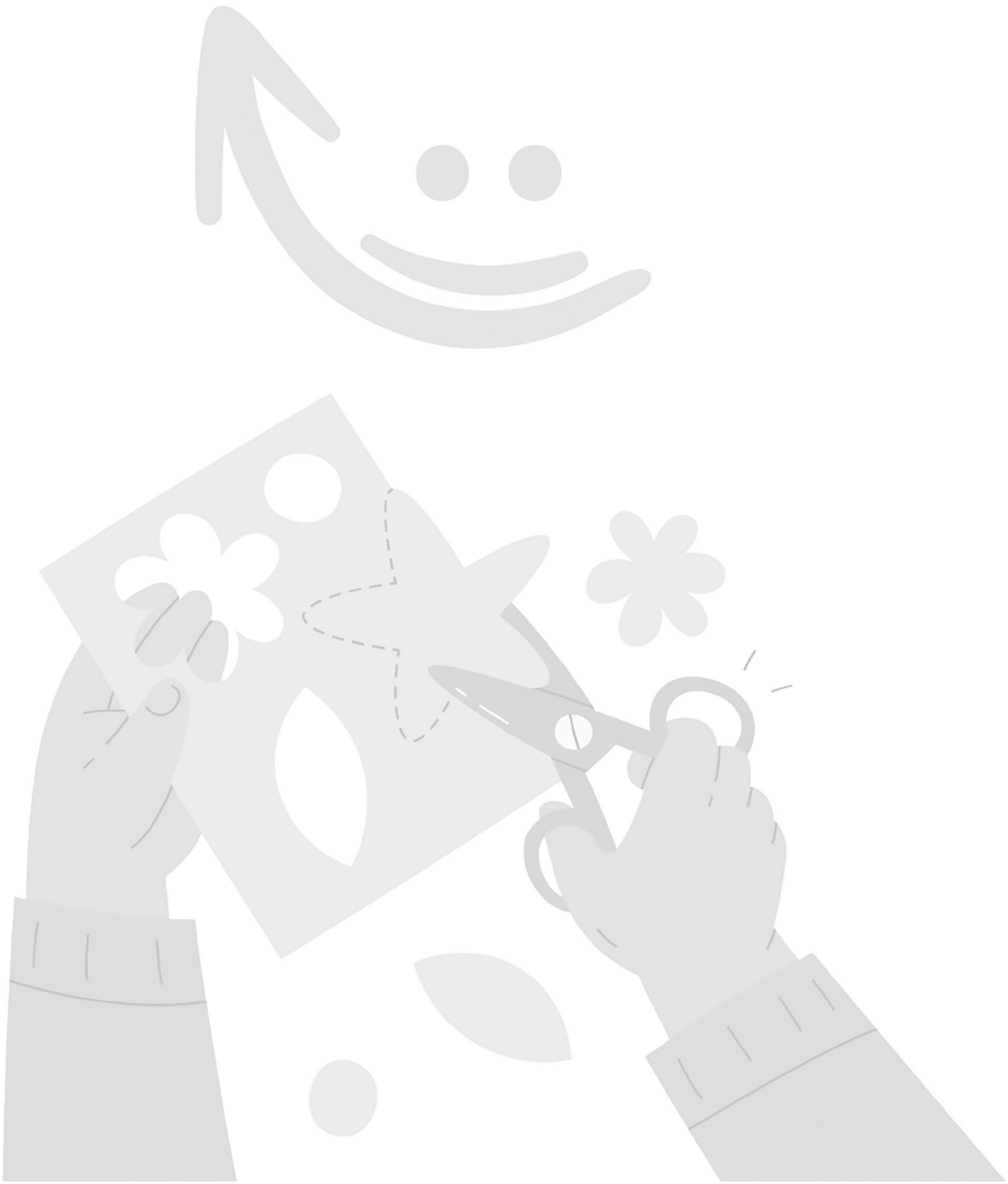








Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





DEĞERLENDİRELİM

Tuvalete gidelim. Kendimizi değerlendirelim.



Tuvaletim geldiğinde uygun şekilde ifade ettim.



Tuvalete gittim.



Tuvalet için gerektiğinde yardım istedim.



Tuvaleti temiz kullandım.

Bölüm Sonu Değerlendirme Aracı Beceri Analizi Veri Kayıt Formu



DEĞERLENDİRELİM

Tuvaletimizin geldiğini nasıl ifade edeceğimizi işaretleyelim.



Tuvaletim geldi. ☐



Eve gitmek istiyorum. ☐



Bahçeye çıkalım. ☐



Tuvalete gitmek istiyorum. ☐

4. BÖLÜM

YEME İÇME DAVRANIŞLARI EDİNELİM





HATIRLAYALIM

Parmaklarımızı kullanarak ponponları bir kaseden diğerine taşıyalım.

Gerekli malzemeler

- 2 Kase
- Renkli ponponlar





HATIRLAYALIM

Plastik kaşık kullanarak nohutları bir kaseden diğerine taşıyalım.

Gerekli malzemeler

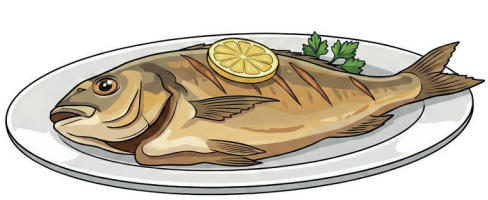
- Plastik kaşık
- 2 kase
- Nohut





HAZIRLANALIM

Verilen sorular üzerine sohbet edelim.



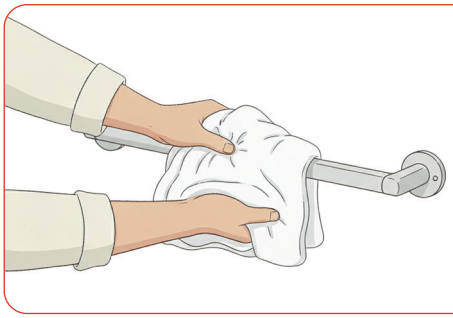


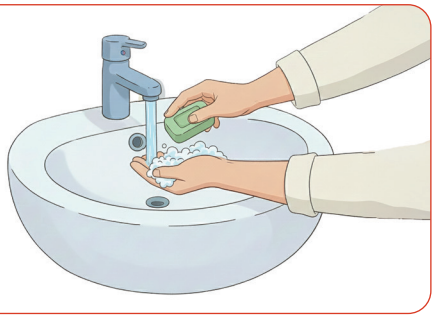
Ne yemeyi seversin?





Suyu ne ile içersin?





Yemeğe başlamadan önce ne yaparsın?





Çorbayı ne ile içersin?



ÖĞRENELİM

Parmaklarımızla atıştırmalık yemeyi öğrenelim.



Baş ve işaret parmağımızla yiyeceği tutalım.



Yiyeceği ağzımıza götürelim.



ÖĞRENELİM

Yemek yerken ve içecek içerken bazı araçlar kullanırız. Bunlar çatal, kaşık, bıçak ve bardaktır. Bu araçları nasıl kullanacağımızı öğrenelim.





ÖĞRENELİM

Kaşıkla yemek yemeyi öğrenelim.



Kaşığı, sapı avucumuzun içinde kalacak şekilde tutalım.



Kaşığı yemeğin içine daldıralım.



Kaşıkla yemekten bir miktar alalım.



Kaşığı ağzımıza doğru götürelim.



Yemeği ağzımıza koyalım.



ÖĞRENELİM

Çatalla yemek yemeyi öğrenelim.



Çatalı parmaklarımızın arasına yerleştirerek tutalım ve sivri ucunu yemeğe doğru çevirelim.



Çatalı yiyeceğe batıralım.



Çatalı ağzımıza doğru götürelim.



Yiyeceği ağzımıza koyalım.



ÖĞRENELİM

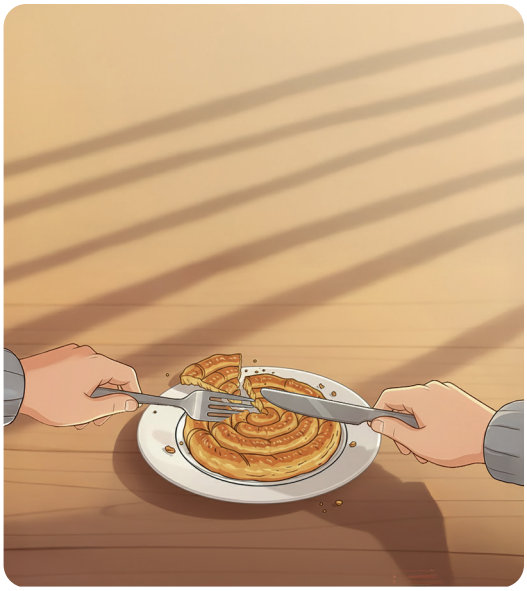
Çatal ve bıçakla yemek yemeyi öğrenelim.



Çatal ve bıçağı tutalım.



Çatalı yiyeceğe batıralım.



Bıçakla yiyeceği keselim.



Çataldaki yiyeceği ağzımıza götürelim.



ÖĞRENELİM

Bardakla içecek içmeyi öğrenelim.



Bardağı tutalım.



Bardağı ağzımıza doğru götürelim.



Bardağın ucunu ağzımıza değdirelim.



Başımızı hafifçe geriye doğru kaldıralım.



Bardaktan bir miktar sıvı içelim.



UYGULAYALIM

Parmaklarımızı kullanarak atıştırmalık yiyelim.





UYGULAYALIM

Çatal kullanarak yemek yiyelim.



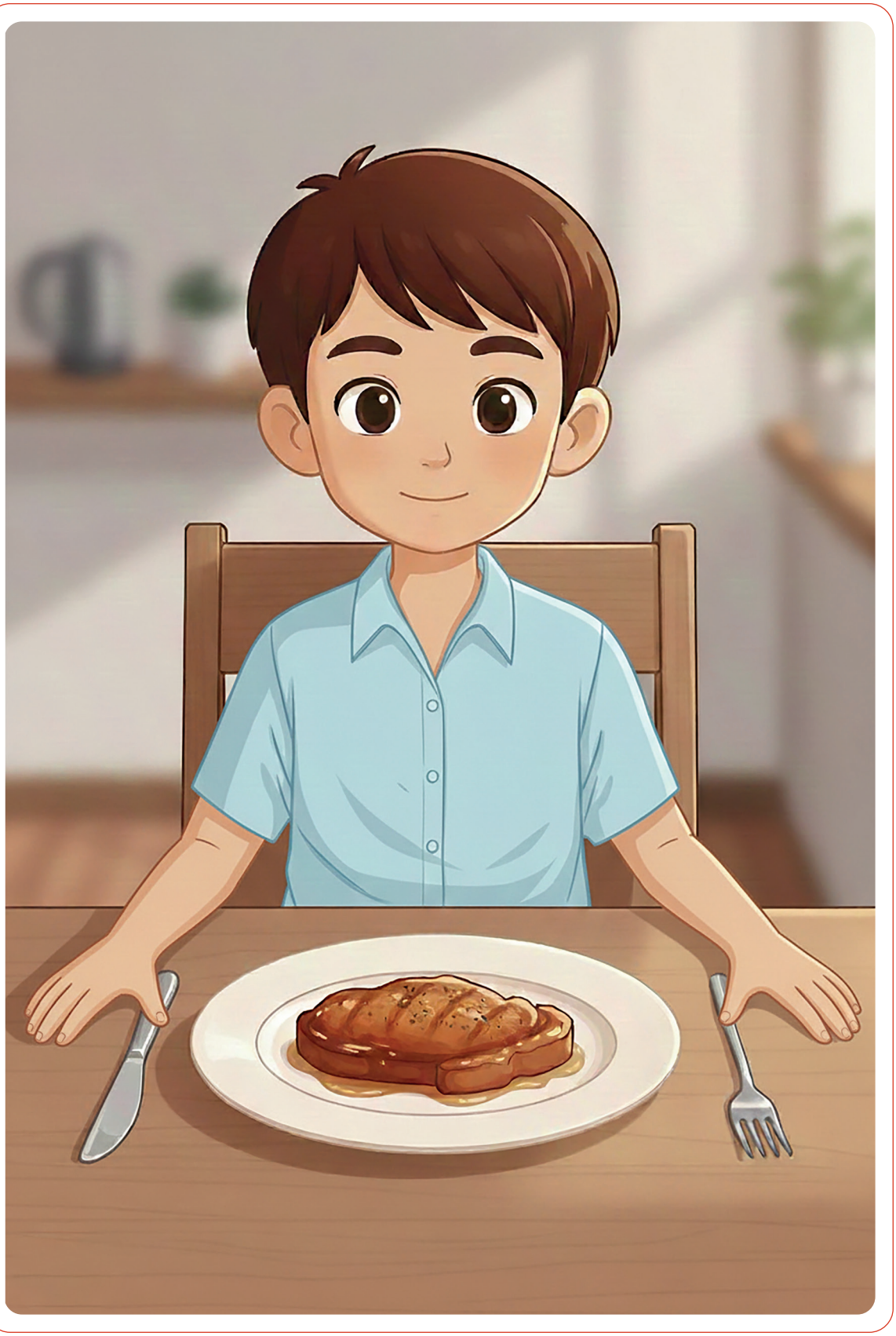
UYGULAYALIM

Oyun hamurunu çatal ve bıçak kullanarak görseldeki gibi keselim.



UYGULAYALIM

Çatal ve bıçak ile yemek yiyelim.





UYGULAYALIM

Bardaktan içecek içelim.



DEĞERLENDİRELİM

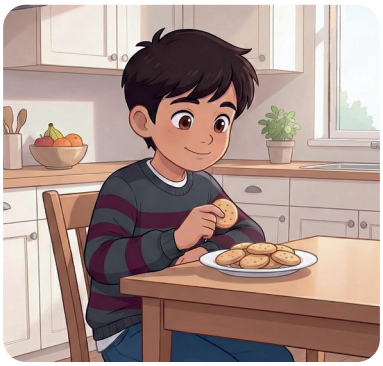
Yeme ve içme araçlarının olduğu bir piknik sepeti hazırlayalım. Sırayla sepetten bir araç seçelim. Seçtiğimiz aracın nasıl kullanıldığını arkadaşlarımıza gösterelim. Biz de arkadaşlarımızı taklit edelim.





DEĞERLENDİRELİM

Kendimizi değerlendirelim.



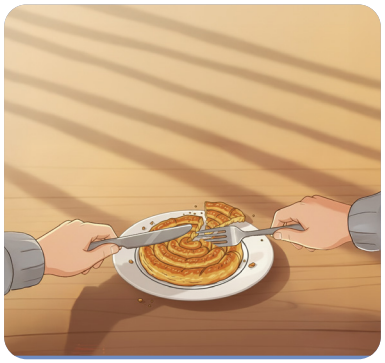
Parmaklarımı kullanarak atıştırmalık yedim.



Kaşık ile yemek yedim.



Çatal ile yemek yedim.



Çatal ve bıçak ile yemek yedim.

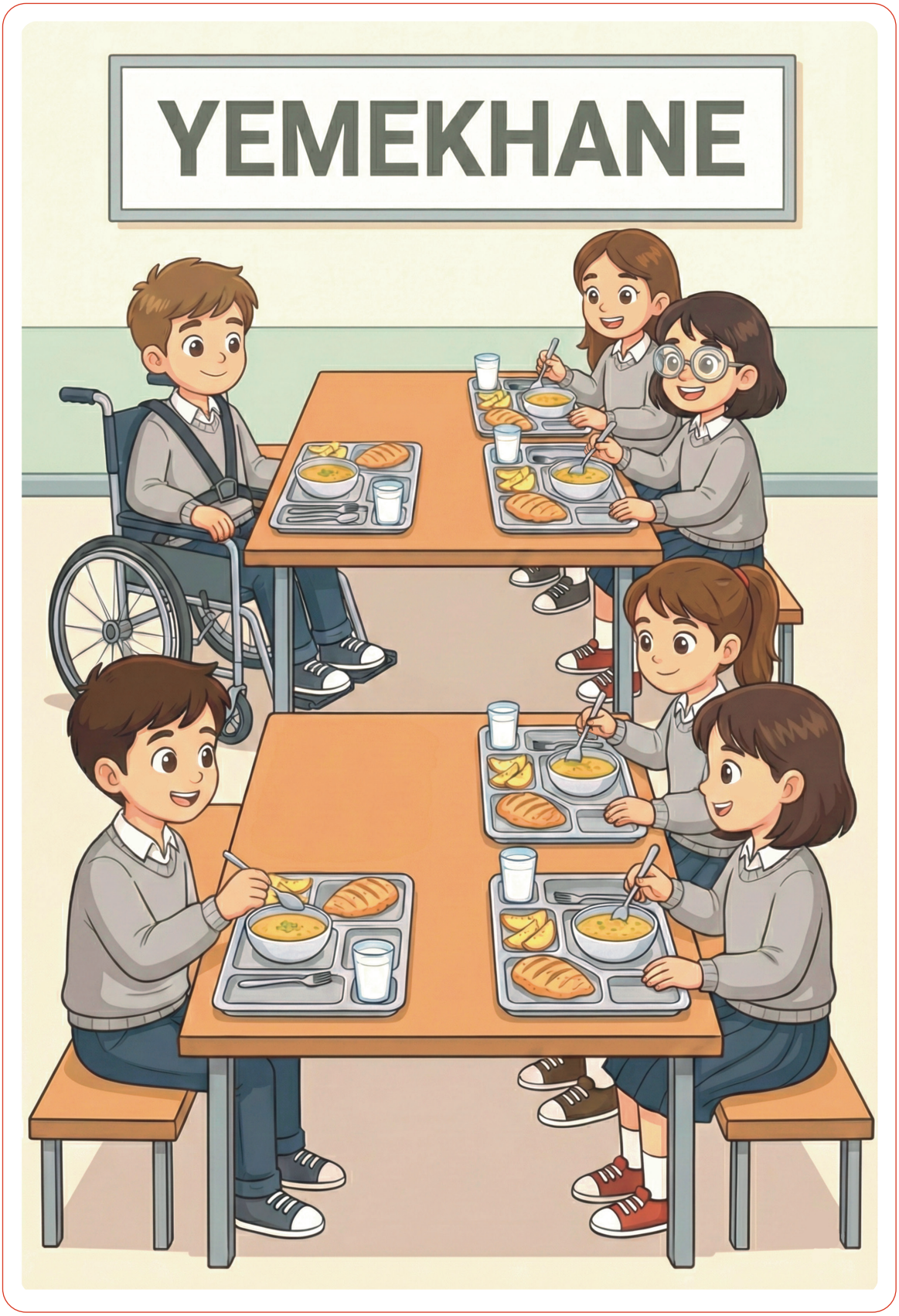


Bardak ile içecek içtim.



DEĞERLENDİRELİM

Beslenme saatinde yemeklerimizi yiyelim, içeceklerimizi içelim.





ÖĞRENELİM

Sürahiden bardağa içecek doldurmayı öğrenelim.



Sürahiyi sapından tutalım.



Sürahiyi kaldıralım.



Sürahideki sıvıyı yavaşça bardağın içine dökelim.



Bardak dolunca sürahiyi masaya koyalım.



UYGULAYALIM



Sürahiden bardağa içecek dolduralım.



Bardaklara meyve suyu doldurarak arkadaşlarımıza ikram edelim.



DEĞERLENDİRELİM

Sürahiden bardağa içecek dolduralım. Kendimizi değerlendirelim.



Sürahiyi sapından tuttum.



Sürahiyi kaldırdım.



Sürahideki sıvıyı yavaşça bardağın içine döktüm.

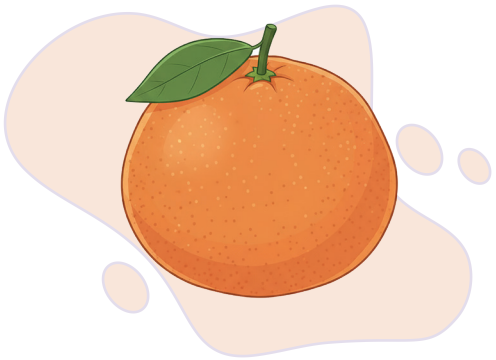


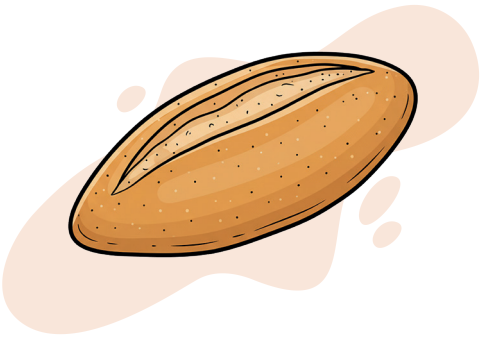
Bardak dolunca sürahiyi masaya koydum.

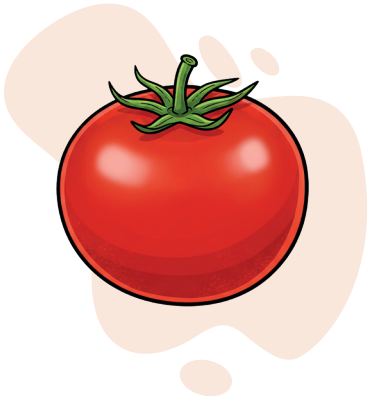


HATIRLAYALIM

Yiyecek olan görselleri gösterelim. İsimlerini söyleyelim.

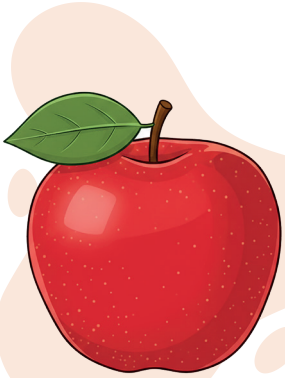










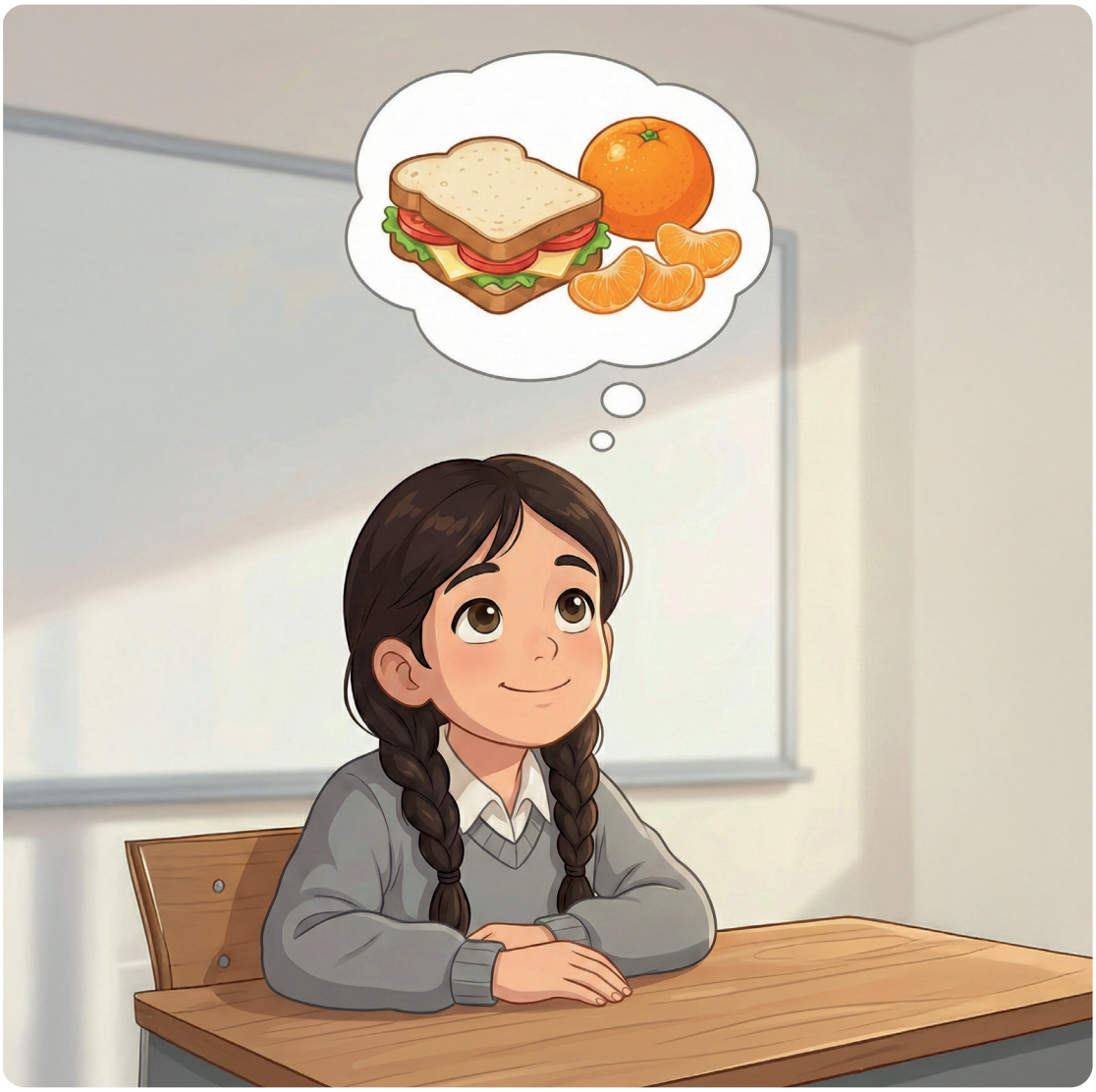




HAZIRLANALIM

ASLI ACIKTI

Bugün okulda Aslı'nın karnı çok acıktı. Sandviç yapmak istedi ama aynı anda canı mandalina da çekti. Aslı neyi önce yapması gerektiğini düşündü. Meyvesini mi yıkamalıydı yoksa ekmeğine bir şeyler sürerek sandviçine mi başlamalıydı? Aslı doğru sıralamayı bulmak için adımları hatırlamaya çalıştı.

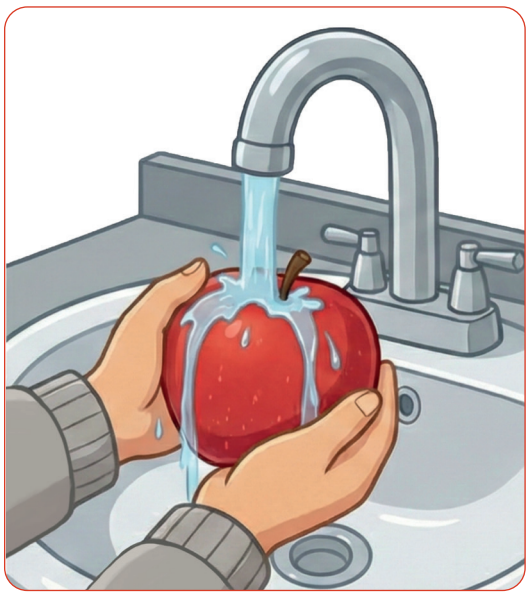


1. Aslı önce ne yapmalı?
2. Aslı meyvesini neden yıkamalı?
3. Sandviç hazırlamak için hangi malzemeleri kullanmalı?



ÖĞRENELİM

Meyveleri yemeden önce yıkamalıyız. Nasıl yıkayacağımızı öğrenelim.



Elmayı suyun altına tutalım.



Elmayı yıkayalım.



Elmayı havlu veya peçeteyle kurulayalım.



ÖĞRENELİM

Bazı meyveleri yemeden önce soymalıyız. Nasıl soyacağımızı öğrenelim.



Mandalinanın üst kısmından baş parmağımızla kabuğu kaldıralım.



Kabuğu yavaşça yukarıdan aşağı doğru çekelim.



Mandalinanın geri kalan kabuklarını parmaklarımızla soyup çıkaralım.

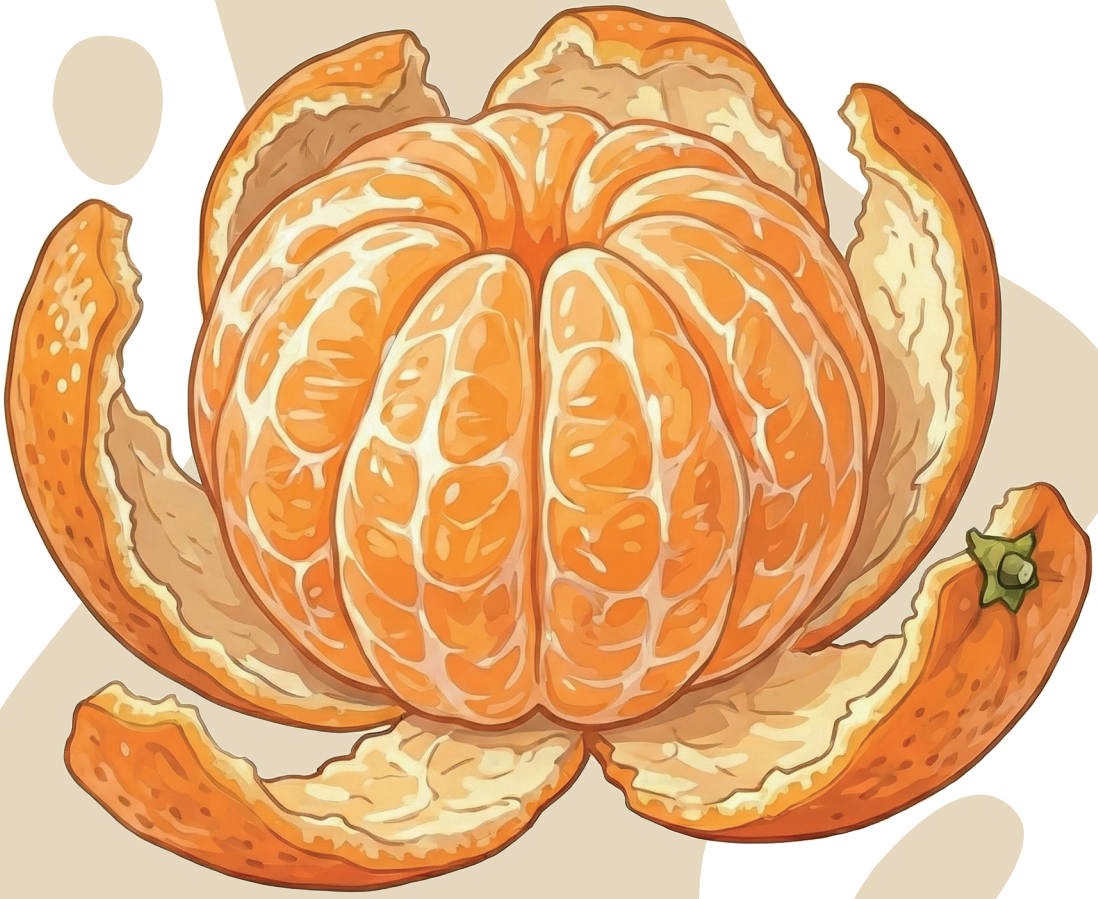


Kabukları çöp kutusuna atalım.



UYGULAYALIM

Meyvelerimizi yıkıyalım. Yıkadığımız meyveleri elimizle soyalım ve yiyelim.





DEĞERLENDİRELİM

Sınıfça hazırlayacağımız meyve sepeti için meyvelerimizi hazırlayalım ve yerleştirelim. Sepetimiz dolduğunda meyveleri birlikte yiyelim.





ÖĞRENELİM

Bıçak kullanarak sürülebilir yiyecekleri ekmeğe sürmeyi öğrenelim.



Bir elimizle ekmeği tutalım.



Diğer elimizle bıçağı tutalım.



Bıçağın ucuna bir miktar sürülebilecek yiyecek alalım.



Sürülebilir yiyeceği ekmek üzerine ileri-geri hareketlerle yayalım.



UYGULAYALIM

Sürülebilir yiyeceği ekmeğe sürme basamaklarını keselim. Kestiğimiz görselleri uygun sıralama ile sıralayalım. Sırayı takip ederek sürülebilir yiyeceği ekmeğimize sürelim.



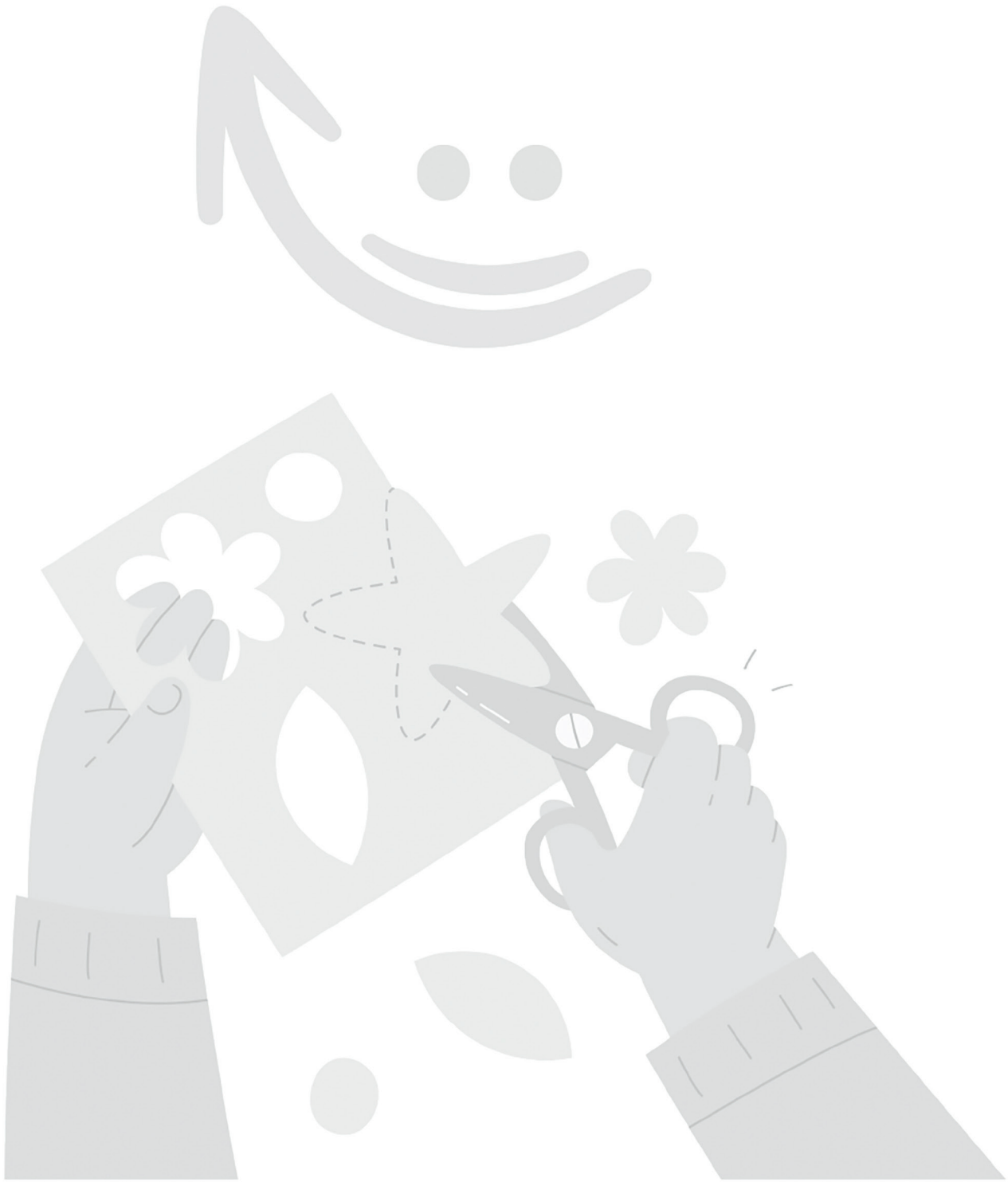






1. Bir elimizle ekmeği tutalım. ☐
2. Diğer elimizle bıçağı tutalım. ☐
3. Bıçağın ucuna bir miktar sürülebilecek yiyecek alalım. ☐
4. Yiyeceği ekmeğin üzerine ileri-geri hareketlerle yayalım. ☐

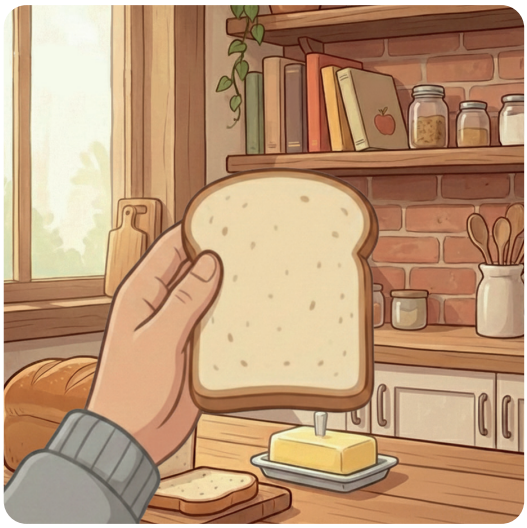
Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





DEĞERLENDİRELİM

Sürülebilir yiyeceği ekmeğe sürelim. Kendimizi değerlendirelim.



Bir elimle ekmeği tuttum.



Diğer elimle bıçağı tuttum.



Bıçağın ucuna bir miktar sürülebilecek yiyecek aldım.



Sürülebilir yiyeceği ekmeğin üzerine ileri-geri hareketlerle yaydım.



ÖĞRENELİM

Sandviç hazırlamayı öğrenelim.



Ekmeği elimize alalım.



Ekmeği ikiye ayıralım veya arasını bıçakla keselim.



Ekmek arasına konulacak malzemeleri ekmeğin içine yerleştirelim.

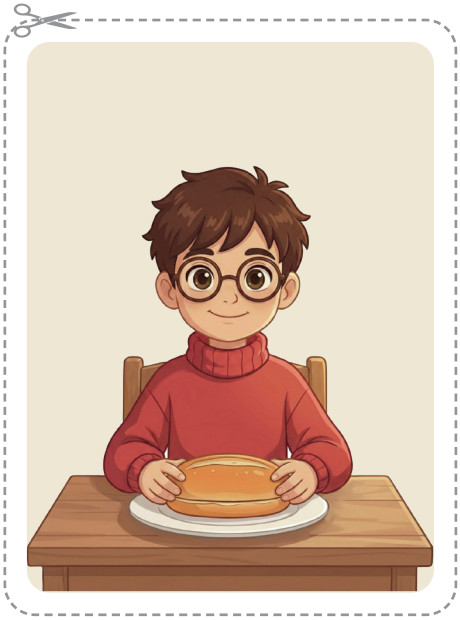


Ekmeği kapatalım.



UYGULAYALIM

Sandviç hazırlama basamaklarının görsellerini keselim. Kestiğimiz görselleri uygun sıralama ile sıralayalım. Sırayı takip ederek sandviç hazırlayalım.



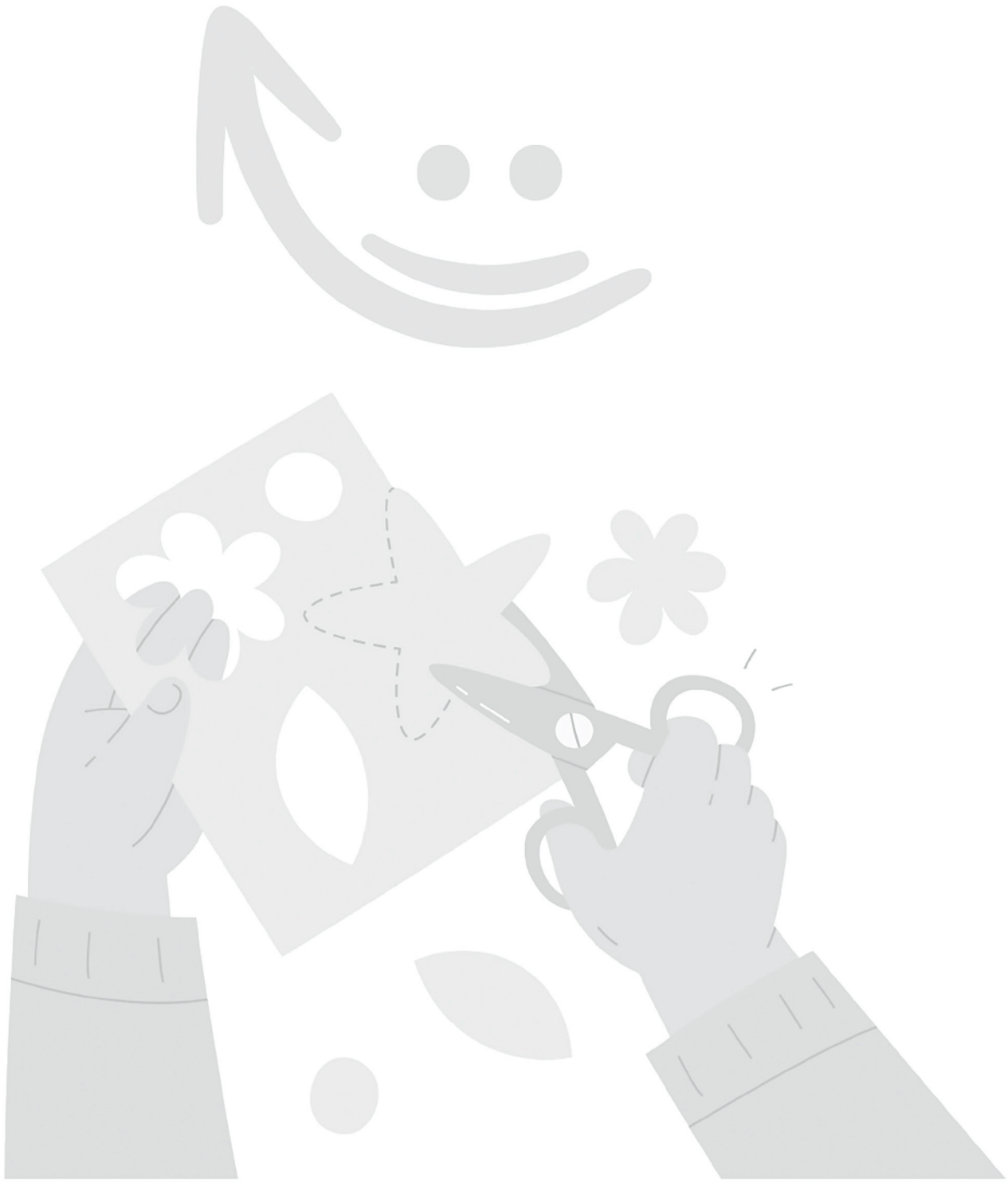






1. Ekmeği elimize alalım. ☐
2. Ekmeği ikiye ayıralım veya arasını bıçakla keselim. ☐
3. Ekmek arasına konulacak malzemeleri ekmeğin içine yerleştirelim. ☐
4. Ekmeği kapatalım. ☐

Arka sayfada makasla kesme etkinliği var.





DEĞERLENDİRELİM

Performans Görevi

Sevdiğimiz malzemeleri kullanarak bir sandviç hazırlayalım. Hazırladığımız sandviçi yemeden önce sınıfta arkadaşlarımıza tanıtalım.

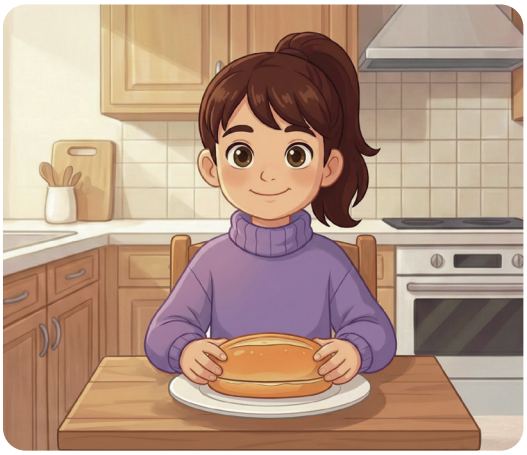


Performans Görevi Değerlendirme Kontrol Listesi



DEĞERLENDİRELİM

Kendimizi değerlendirelim.



Ekmeği elime aldım.



Ekmeği ikiye ayırdım veya yarısını bıçakla kestim.



Ekmek arasına konulacak malzemeleri ekmeğin içine yerleştirdim.



Ekmeği kapattım.

Bölüm Sonu Değerlendirme Aracı Kontrol Listesi

CEVAP ANAHTARI

GÖRSEL VE GENEL AĞ KAYNAKÇASI



TÜRKİYE'NİN MÜLKİ İDARE BÖLÜMLERİ İLE KARA VE DENİZ KOMŞULARI HARİTASI

BAŞKENT • Ankara
İL MERKEZİ • Elâzığ
GÖL
ÜLKE SINIRI
ÖZERK BÖLGE SINIRI
AKARSU

0 50 100 200 300 400 km

Harita Genel Müdürlüğü tarafından üretilmiştir.


TÜRK DÜNYASI HARİTASI
Bağımsız Türk Devletleri
Türk Cumhuriyetleri, Türk Bölgeleri
Türk Toplulukları
0 250 500 1.000 1.500 2.000 km
TÜRK CUMHURİYETLERİ, TÜRK BÖLGELERİ
1 GAGAVUZ YERİ
2 KARAÇAY-ÇERKESYA
3 KABARDİN-BALKARYA C.
4 DAĞISTAN C.
5 ÇUVAŞİSTAN C.
6 TATARİSTAN C.
7 BAŞKURT C.
8 KARAKALPAKİSTAN C.
9 ALTAY C.
10 HAKASYA C.
TÜRK TOPLULUKLARI
a Avrupa'daki Türkler
b Kosova Türkleri
c Yunanistan Türkleri
ç Bulgaristan Türkleri
d Romanya Türkleri
e Suriye Türkmenleri
f Irak Türkmenleri
g İran Türkleri
h Afganistan Türkmenleri
ı Pakistan Türkmenleri
i Hindistan Türkmenleri
j Çin H. C. Türkleri
k Moğolistan Türkleri
l Rusya Federasyonu Türkleri
ÜLKE KISALTMALARI
ARNAVUTLUK ARN
BELÇİKA BEL
BOSNA - HERSEK BH
GÜNEY KIBRIS RUM YÖNETİMİ GKRY
HIRVATİSTAN HRV
İSVİÇRE İSV
KARADAĞ KRD
KOSOVA KSV
KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ KKTC
KUZEY MAKEDONYA KMKD
LİHTENŞTAYN LİH
SIRBİSTAN SRB
RUSYA FEDERASYONU
KAZAKİSTAN
TÜRKİYE
İRAN
AFGANİSTAN
PAKİSTAN
HİNDİSTAN
ÇİN HALK CUMHURİYETİ
MOĞOLİSTAN
SAHA (YAKUT) C.
TUVA C.
SİNCAN UYGUR ÖZERK BÖLGESİ
UKRAYNA
BELARUS
POLONYA
ALMANYA
FRANSA
İSPANYA
İTALYA
YUNANİSTAN
ROMANYA
BULGARİSTAN
SURİYE
IRAK
SUUDİ ARABİSTAN
MISIR
LİBYA
CEZAYİR
TUNUS
FAS
NİJER
ÇAD
SUDAN
YEMEN
UMMAN
ÖZBEKİSTAN
TÜRKMENİSTAN
KIRGIZİSTAN
TACİKİSTAN
AZERBAYCAN
GÜRCİSTAN
BANGLADEŞ
Norveç Denizi
Barents Denizi
Kara Denizi
Bering Denizi
Ohotsk Denizi
Kuzey Denizi
Baltık Denizi
Akdeniz
Karadeniz
Hazar Denizi
Kızıldeniz
Umman Denizi
Yemen Denizi
Moskova
Astana
Taşkent
Bişkek
Aşkabat
Duşanbe
Kabil
İslamabad
Yeni Delhi
Pekin
Ulanbator
Ankara
Bakü
Tahran
Bağdat
Riyad
Doha
Abu Dabi
Muskat
Dakka
Sana
Kahire
Amman
Şam
Lefkoşa
Trablus
Tunus
Cezayir
Madrid
Lizbon
Paris
Berlin
Varşova
Minsk
Kiev
Helsinki
Stokholm
Oslo
Kopenhag
Amsterdam
Londra
Dublin
Brüksel
Belgrad
Sofya
Bükreş
Budapeşte
Viyana
Prag
Tiflis
Erivan
Taşkent
Hotan N.
Sarımsık G.
Balkaş G.
Aral G.
Hazar G.
Ladoga G.
Onega G.
Beyaz Deniz
Baykal G.
Hulun G.
Ural N.
Irtiş N.
Ob N.
Lena N.
Yenisey N.
Indigirka N.
Kolyma N.
Pechora N.
Usa N.
Dvina N.
Volga N.
Don N.
Dinyeper N.
Dinyester N.
Tuna N.
Ren N.
Elbe N.
Vistül N.
Fırat N.
Dicle N.
Nil N.
Sarı N.
Hint Okyanusu
Kuzey Kutup Bölgesi
Tarafsız Bölge
Cebelitarık B.
Mançe Denizi
Tiren Denizi
Adriyatik Denizi
Ege Denizi
Kırım Y.C.
Hürmüz B.
Aden Körfezi
Bering B.
Kuzey Kutup Bölgesi
30°B 20°B 10°B 0° 10°D 20°D 30°D 40°D 50°D 60°D 80°D 100°D 120°D 130°D 140°D 150°D 160°D 170°D 180°
40°K 30°K 20°K 10°K
30°D 40°D 50°D 60°D 70°D 80°D 90°D 100°D 110°D 120°D
50°K 40°K 30°K 20°K 10°K