

Duyu organlarımızın sağlığına dikkat etmemiz gerekir.

İşitme		<ul style="list-style-type: none">– Yüksek sesli müzik dinlememeliyiz.– Gürültülü ortamlardan uzak durmalıyız.– Kulak içerisine keskin, sert ve delici cisimler değdirmemeliyiz.– Kulaklarda işitme kaybı, ağrı ya da yoğun akıntı olduğunda doktora danışmalıyız.
Koklama		<ul style="list-style-type: none">– Burun kılları pis havayı süzer bu nedenle burun kıllarımızı koparmamalıyız.– Burnumuzu temiz tutmalıyız.– Sigara gibi zararlı maddelerin kullanıldığı ortamlarda bulunmamalıyız.– Burun kanaması meydana geldiğinde burundaki deliklerin üzerini hafif şekilde sıkmalıyız.
Görme		<ul style="list-style-type: none">– Televizyon, telefon ve bilgisayar gibi ekranlara çok uzun süre bakmamalıyız.– Gözlerimizi güneş ışınlarından korumalıyız.– Ellerimiz temiz değilken gözlerimize dokunmamalıyız.– Göz sağlığına faydalı yiyecekler tüketmeliyiz. Örneğin; balık ve havuç.
Tatma		<ul style="list-style-type: none">– Gaz ve asit barındıran içecekler tüketmemeliyiz.– Aşırı sıcak ve aşırı soğuk besinler tüketmemeliyiz.– Diş ve ağız bakımına önem göstermeliyiz.
Dokunma		<ul style="list-style-type: none">– Cildimizi temiz tutmak için belli aralıklar duş almalıyız.– Güneş ışınlarından korunmalıyız.– Sıcak ve soğuk havalara uygun kıyafetler giymeliyiz.– Cildimize kimyasal maddeleri temas ettirmemeliyiz.

Etkinlik 1

Aşağıda verilen ifadelerden doğru olanların başına D yanlış olanların başına Y yazalım.

- (...) Duyu organlarımızın sağlığına dikkat etmemiz gerekir.
- (...) Kulağımızı herhangi bir çöple temizleyebiliriz.
- (...) Burnumuzu burun içindeki kılları kopararak temizleyebiliriz.
- (...) Yüksek sesli müzik dinlememeliyiz.
- (...) Kulağımızdan akıntı geldiğinde doktora danışmalıyız.
- (...) Sigara gibi zararlı maddelerin kullanıldığı ortamlarda bulunmamalıyız.
- (...) Gürültülü ortamlar işitme sağlığınıza zarar vermez.
- (...) Burun kanaması meydana geldiğinde burundaki deliklerin üzerini hafif şekilde sıkmalıyız.
- (...) Televizyon, telefon ve bilgisayar gibi ekranları daha net görmek için çok yakından bakmalıyız.
- (...) Ellerimiz temiz değilken gözlerimize dokunabiliriz.



Etkinlik 2

Aşağıda verilen noktalı yerleri pembe kutucuklardaki kelimelerle dolduralım

doktora

koparmamalıyız

ağız bakımına

uzak

bakmamalıyız

kimyasal

sıkmalıyız

- 1) Gürültülü ortamlardan durmalıyız.
- 2) Kulaklarda işitme kaybı, ağrı ya da yoğun akıntı olduğunda danışmalıyız.
- 3) Burun kılları pis havayı süzer bu nedenle burun kıllarımızı
- 4) Burun kanaması meydana geldiğinde burundaki deliklerin üzerini hafif şekilde
- 5) Televizyon, telefon ve bilgisayar gibi ekranlara çok uzun süre
- 6) Diş ve önem göstermeliyiz.
- 7) Cildimize maddeleri temas ettirmemeliyiz.



Etkinlik 3

Yan tarafta verilen ifadeler hangi duyu organının sağlığı ile ilgilidir eşleştiriniz.

- Cildimizi temiz tutmak için belli aralıklar duş almalıyız.
- Burun kılları pis havayı süzer bu nedenle burun kıllarımızı koparmamalıyız.
- İşitme kaybı, ağrı ya da yoğun akıntı olduğunda doktora danışmalıyız.
- Ellerimiz temiz değilken gözlerimize dokunmamalıyız.
- Sigara gibi zararlı maddelerin kullanıldığı ortamlarda bulunmamalıyız
- Gaz ve asit barındıran içecekler tüketmemeliyiz.
- Yüksek sesli müzik dinlememeliyiz.
- Sıcak ve soğuk havalara uygun kıyafetler giymeliyiz.
- Havuç balık gibi yiyecekler bu duyu organının sağlığı için önemlidir.
- Kanama meydana geldiğinde deliklerin üzerini hafif şekilde sıkmalıyız.

