






Görevleri	BEŞ DUYU ORGANIMIZ	Sağlığı için neler yapmalı?
<p>Görme duyu organımızdır. Çevremizdeki varlıkların rengini, şeklini, büyüklüğünü, hareketlerini gözümüzle algılarız.</p>	<p>1  GÖZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Aşırı sıcaktan, tozdan, rüzgardan korumalıyız. * Kirli ellerimizle gözlerimize dokunmamalıyız. * Uzun süre televizyon, tablet, bilgisayara çok yakından bakmamalıyız. * Kitap okurken mesafemiz 30 cm olmalıdır.
<p>İşitme duyu organımızdır. Çevremizdeki seslerini kulaklarımız ile algılarız. Kulaklarımız ayrıca vücudun dengesini sağlar.</p>	<p>2  KULAK</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Gürültülü ortamlarda durmamalı, yüksek sesle müzik dinlememeliyiz. * Temizliğine dikkat etmeli, sivri uçlu cisimler ile kulağımızı kurcalamamalıyız. * Kulağımız ile bir problem yaşadığımız da doktora gitmeliyiz.
<p>Koku alma duyu organımızdır. Çevremizdeki varlıkların kokusunu burnumuzla algılarız. Aynı zamanda burnumuz ile nefes alırız. Soluduğumuz havanın temizlenmesini ve ısınmasını sağlar.</p>	<p>3  BURUN</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Burun temizliğine dikkat etmeliyiz. * Burnumuza hiçbir şey sokmamalıyız. * Bilmediğimiz maddeleri koklamamalıyız. * Burun kıllarımızı koparmamalıyız.
<p>Tat alma duyu organımızdır. Yediğimiz besinlerin tatlı, acı, tuzlu ve ekşi olduğunu dilimizle algılarız. Dilimiz konuşmamıza da yardımcı olur.</p>	<p>4  DİL</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Aşırı sıcak ve soğuk yiyecek ve içecekler tüketmemeliyiz. * Ağız temizliğine dikkat etmeliyiz. * Bilmediğimiz maddelerin tadına bakmamalıyız.
<p>Dokunma duyu organımızdır. Varlıkların sıcak, soğuk, sert, yumuşak pürüzlü pürüzsüz olduğunu derimiz ile algılarız. Tüm vücudumuzu kaplar.</p>	<p>5  DERİ</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Düzenli olarak banyo yapmalıyız. * Çok sıcaktan ve çok soğuktan korunmalıyız. * Aşırı sıcak havalarda uzun süre güneş altında kalmamalıyız.