

1.Sınıf Hayat Bilgisi Konu Özetleri

3.Ünite : Sağlıklı Hayat
Konu : Kişisel Bakım

Kişisel bakımımızı düzenli yapmalıyız. Kişisel bakımımızı yaparken elektrik, su, sabun gibi kaynakları tutumlu kullanmalıyız.

- Her sabah kalkar kalkmaz elimizi yüzümüzü yıkamalıyız.
- Her sabah saçlarımızı taramalı, kızlar tokalarını takmalıdır.
- Her yemekten önce ve sonra ellerimizi yıkamalıyız.
- Kıyafetlerimizi özenli kullanmalıyız.
- Yemeklerden sonra ve yatmadan evvel dişlerimizi arkadan öne doğru ve dairesel hareketlerle fırçalamalıyız
- Sık sık banyo yapmalıyız.
- Yemek yerken peçete kullanmalıyız.
- Uzayınca tırnaklarımızı kesmeliyiz.