**... / … / 2018**

**HAYAT BİLGİSİ DERSİ GÜNLÜK DERS PLANI**

**(HAFTA 16)**

**BÖLÜM I:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Süre:** | 40 + 40 + 40 |
| **DERS** | HAYAT BİLGİSİ |
| **SINIF** | 3 |
| **ÜNİTE** | Sağlıklı Hayat |
| **KONU** | Dengeli ve Düzenli Beslenme |

**BÖLÜM II:**

|  |  |
| --- | --- |
| KAZANIMLAR | HB.3.3.3. Sağlığını korumak için mevsimlere özgü yiyeceklerle beslenir.  HB.3.3.4. Sağlığını korumak için yeterli ve dengeli beslenir. |
| ÖĞRENME-ÖĞRETME YÖNTEMVE TEKNİKLERİ | Anlatım, tümevarım, inceleme, soru cevap |
| KULLANILAN EĞİTİM TEKNOLOJİLERİ ARAÇ VE GEREÇLER | Bilgisayar, akıllı tahta, ders kitabı |
| **DERS ALANI** | Sınıf |
| **ETKİNLİK SÜRECİ** | |
| 1. Ders kitabındaki görseller inceletilir. Metinler okutulur. Okunanlardan hareketle sağlığımızı korumak için nelere dikkat etmemiz gerektiği sorulur. 2. Büyümek, gelişmek ve sağlığımızı korumak için dengeli ve düzenli beslenmemiz gerektiği, bunun da vücudumuz için gerekli besinleri yeterli miktarda ve uygun zamanlarda tüketmek demek olduğu belirtilir. 3. Bir günde kahvaltı, öğle ve akşam yemeği olmak üzere üç öğün yememiz gerektiği, bunların yanında ara öğünlerimizi de ihmal etmememiz gerektiği belirtilir. 4. Öğünlerimizde her çeşit besinlerden tüketmeye özen göstermemiz gerektiği, beslenmemizde kullandığımız sebze ve meyvelerin, mevsimine uygun olanları seçmemiz gerektiği belirtilir. 5. Dengeli ve düzenli beslenmediğimizde hastalıklara karşı direncimizin düşebileceği, bu yüzden sık sık hasta olabileceğimiz belirtilir. 6. Ayrıca beslenirken yiyecek israfından da kaçınmamız gerektiği belirtilir. 7. Aşırı ve yanlış beslenme sonucu ortaya çıkan hastalıklardan obezite (aşırı şişmanlık), diyabet, çölyak hakkındaa bilgilendirme yapılır. 8. Ders kitabındaki etkinlik yaptırılır. 9. Ders kitabındaki çalışma yapalım bölümü yaptırılır. | |
| **Grupla Öğrenme Etkinlikleri**  **(Proje, gezi, gözlem vb.)** |  |

###### BÖLÜM III

|  |  |
| --- | --- |
| Ölçme-Değerlendirme: **Bireysel ve grupla öğrenme ölçme değerlendirmeler** | Dengeli ve düzenli beslenmek için neler yapmalıyız? Anlatınız. |

###### BÖLÜM IV

|  |  |
| --- | --- |
| **Planın Uygulanmasına**  **İlişkin Açıklamalar** | Sağlıklı büyümek için dengeli beslenmenin gerekliliği vurgulanır. Ayrıca obezite, diyabet, çölyak ve besin alerjisi gibi sağlık sorunlarına da dikkat çekilir. Yiyecek israfından kaçınmanın önemi üzerinde durulur. |

**……………………..**

**3/… Sınıf Öğretmeni**

**…/…./2018**

**………………………**

**Okul Müdürü**