



Sayın veli çocuğunuz aşağıdaki parçayı öncelikle bir defa okusun. Ardından saat tutarak okumasını sağlayınız. Sonuçları dakika ya da saniye cinsinden aşağıdaki tabloya yazınız. Aynı parçayı sınıfta da okutacağım.

OKUMA SIRASI	OKUMA SÜRESİ
1.OKUMA	
2.OKUMA	
3.OKUMA	
4.OKUMA	

SAĐLIKLİ YAŐAM

Sađlık denilince akla öncelikle üç Őey gelir:
Temizlik, beslenme ve spor.

Sağlıklı olmak isteyen herkes yukarıdaki üç Őeye dikkat etmelidir. Temizlik bunların başında gelir. Çünkü hastalık yapan mikroplar kirli ortamları daha çok sever. O yüzden elimizi her yemekten önce ve sonra sabunla yıkamalıyız. Beslenme çok önemli ancak dengeli ve düzenli beslenmeliyiz. Her gün düzenli spor yapmayı da unutmamalıyız.

Bunlara ilave olarak aşı olmak da sağlığımızı korumanın yollarından birisidir.

Umarım sizler de yukarıda saydığımız bu kurallara dikkat edersiniz.

HEDEFLENEN SÜRE:1 dakika 15 saniye -(75 sn)