

<b>ÜNİTE</b>	<b>Konu</b>	<b>Kazanımlar</b>
		<p data-bbox="626 898 1029 940">1.1.1. Sağlık kavramını açıklar.</p> <p data-bbox="626 1318 1117 1402">1.1.2. Çevresel etmenlerin kişi ve toplum sağlığına etkilerini analiz eder.</p>

1.1.3. Sağlık hizmetlerinden yararlanma yollarını açıklar.

1.1.4. Hasta hakları ve sorumluluklarını açıklar.

## 1.1. Kişisel ve Toplumsal Sağlık

1.1.5. Akılcı ilaç kullanımının önemini açıklar.

1.1.6 Sağlıklı yaşam için hijyenin önemini açıklar.

## 1. ÜNİTE

1.1.7. Ağız ve diş sağlığının korunması için yapılması gerekenleri açıklar.

1.1.8. Bulaşıcı hastalıklardan korunma yollarını açıklar.

**1.2. Beslenme ve Fiziksel Aktivite**

1.2.1. Büyüme ve gelişme süreçlerinden biri olan ergenlik döneminde fiziksel, duygusal ve sosyal değişimleri açıklar.

1.3.1. Fiziksel aktivitelerin sağlığın geliştirilmesi üzerindeki etkilerini değerlendirir.

1.3.2 Yeterli ve dengeli beslenmenin önemini açıklar.

1.3.3. Obezitenin nedenlerini ve sağlık üzerindeki etkilerini açıklar.

**1.3 Zihinsel, Duygusal ve Sosyal Sağlık**

1.4.1. Sağlıklı yaşam için zihinsel, duygusal ve sosyal sağlığın ergen bireyler açısından önemini açıklar.

1.4.2. Stres kaynaklarını rneklelerle açıklar.

1.4.3. Stresle başa çıkma yollarını açıklar.

1.4.4. Şiddetin birey üzerindeki etkilerini değerlendirir.

<b>1.4 Sağlığa zararlı alışkanlıklar</b>	1.5.1. Tütün ürünleri, alkol ve madde kullanımının sonuçlarını değerlendirir.
<b>1.5. İlk Yardım ile ilgili Temel Bilgiler</b>	1.6.1. İlk yardımın önemini açıklar.
<b>TOPLAM MADDE SAYISI</b>	

**1. SINAV KAZ**

## Sağlık Bilgisi ve Trafik Kültürü

Açıklamaları	1.				
	İl/İlçe Genelinde Yapılacak Ortak Sınav	Okul Genelinde			
		1. Senaryo	2. Senaryo	3. Senaryo	4. Senaryo
<p>a. Dünya Sağlık Örgütü'ne (DSÖ) göre sağlık kavramı açıklanır.</p> <p>b. Sağlıklı olmanın temel bir insanlık hakkı olduğu vurgulanır.</p> <p>c. Sağlıkın sosyal belirleyicileri (eğitim durumu, ekonomik, kültürel ve ailevi durum) üzerinde durulur.</p> <p>ç. Engellilik kavramına değinilir.</p> <p>d. Öğrencilerin, engellilerin sosyal hayatta karşılaştıkları zorlukları tespit etmeleri ve bunların azaltılması için çözüm önerileri geliştirmeleri sağlanır.</p>					
<p>Çevresel etmenlerden; gürültü, radyasyon, cep telefonu, hava kirliliği, su kirliliği, çöpler, kanserojen maddeler ve Genetiği Değiştirilmiş Organizmalar üzerinde durulur. Atatürk'ün "bilim ve teknik için sınır yoktur" özdeyişinin açıklanması</p>					



<p>a. İlaçların, doktor tavsiyesiyle reçeteli olarak kullanılmasının ve hastanın tedaviye uyumunun önemi üzerinde durulur.</p> <p>b. Bilinçsiz ilaç kullanımının hasta sağlığı ve kaynakların kullanımı açısından zararları üzerinde durulur.</p> <p>c. Doktor tavsiyesi dışında kullanılan ve eczane haricinde güvensiz yerlerden alınan bitkisel ilaçların hasta sağlığına olası etkileri tartışılır.</p> <p>ç. Öğrencilerin, akılcı ilaç kullanımı konusunda farkındalık oluşturacak afiş hazırlaması sağlanır.</p>					
<p>a. İlaçların, doktor tavsiyesiyle reçeteli olarak kullanılmasının ve hastanın tedaviye uyumunun önemi üzerinde durulur.</p> <p>b. Bilinçsiz ilaç kullanımının hasta sağlığı ve kaynakların kullanımı açısından zararları üzerinde durulur.</p> <p>c. Doktor tavsiyesi dışında kullanılan ve eczane haricinde güvensiz yerlerden alınan bitkisel ilaçların hasta sağlığına olası etkileri tartışılır.</p> <p>ç. Öğrencilerin, akılcı ilaç kullanımı konusunda farkındalık oluşturacak afiş hazırlaması sağlanır.</p>					

<p>a. Kişisel temizliğin (el, yüz, boyun, koltukaltı, kulak, burun, saç, ayak temizliği, tuvalet sonrası temizlik, banyo yapma) gerekliliği üzerinde durulur.</p> <p>b. Kişiyeye özel (diş fırçası, tarak, havlu, tırnak makası, traş bıçağı, lif, çorap, terlik, kulaklık vb. ) eşyaların hijyen açısından başkalarıyla paylaşılması gerektiği vurgulanır.</p> <p>c. Sağlık açısından risk oluşturabilecek davranışlara (dövme yaptırma, kulak ve burun deldirme vb.) değinilir. ç. Su ve besin hijyeninin önemine değinilir.</p> <p>d. Çevresel hijyenle ilgili dikkat edilmesi gereken hususlara (malzemelerin temiz tutulması, yerlere çöp atılmaması, tükürülmemesi ve gereksiz deodorant kullanılmaması) değinilir.</p>					
<p>a. Kişisel temizliğin (el, yüz, boyun, koltukaltı, kulak, burun, saç, ayak temizliği, tuvalet sonrası temizlik, banyo yapma) gerekliliği üzerinde durulur.</p> <p>b. Kişiyeye özel (diş fırçası, tarak, havlu, tırnak makası, traş bıçağı, lif, çorap, terlik, kulaklık vb. ) eşyaların hijyen açısından başkalarıyla paylaşılması gerektiği vurgulanır.</p> <p>c. Sağlık açısından risk oluşturabilecek davranışlara (dövme yaptırma, kulak ve burun deldirme vb.) değinilir. ç. Su ve besin hijyeninin önemine değinilir.</p> <p>d. Çevresel hijyenle ilgili dikkat edilmesi gereken hususlara (malzemelerin temiz tutulması, yerlere çöp atılmaması, tükürülmemesi ve gereksiz deodorant kullanılmaması) değinilir.</p>					

<p>a. Diş sağlığının korunmasında dikkat edilmesi gerekenler örneklerle açıklanır.</p> <p>b. Diş fırçalama zamanı, tekniği, diş fırçası seçimi ve diş macununun ne kadar kullanılması gerektiği hakkında bilgi verilir.</p> <p>a. Bulaşıcı hastalıklardan genel korunma yolları açıklanır.</p> <p>b. Bağışıklık ve aşı kavramları açıklanır.</p> <p>c. Hayvanlardan insanlara bulaşabilecek hastalıkların genel özelliklerine ve bu hastalıklardan korunma yollarına değinilir.</p> <p>ç. Kene ısırması durumunda yapılması gerekenler üzerinde durulur. Kırım-Kongo Kanamalı Ateşi'nin belirtilerine değinilir</p>					
<p>a. Diş sağlığının korunmasında dikkat edilmesi gerekenler örneklerle açıklanır.</p> <p>b. Diş fırçalama zamanı, tekniği, diş fırçası seçimi ve diş macununun ne kadar kullanılması gerektiği hakkında bilgi verilir.</p> <p>a. Bulaşıcı hastalıklardan genel korunma yolları açıklanır.</p> <p>b. Bağışıklık ve aşı kavramları açıklanır.</p> <p>c. Hayvanlardan insanlara bulaşabilecek hastalıkların genel özelliklerine ve bu hastalıklardan korunma yollarına değinilir.</p> <p>ç. Kene ısırması durumunda yapılması gerekenler üzerinde durulur. Kırım-Kongo Kanamalı Ateşi'nin belirtilerine değinilir</p>					

<p>a. Ergenlik döneminin sağlıklı geçirilebilmesi için olumlu tutum geliştirmenin önemi belirtilir. b. Ergenlik döneminde yaşanabilecek sorunlar hakkında tartışılır. c. Menstrual döngünün sağlıklı geçirilebilmesi ve bu dönemde hijyenin önemi ile ilgili farkındalık oluşturulur.</p>					
<p>a. Fiziksel aktivitelerin bedensel, zihinsel ve sosyal yararlarına değinilir. b. Bireyin, hayatın her döneminde kendisine uygun bir spor dalı ile ilgilenmesinin önemi vurgulanır. c. Enerji içecekleri, vitamin hapları ve protein tozu gibi besin takviyelerinin bilinçsiz kullanımının sağlık üzerine etkileri tartışılır.</p>					
<p>a. Yeterli ve dengeli beslenmenin herkes için aynı olmadığı yaş, cinsiyet, fiziksel aktivite vb. faktörlere göre değiştiğine değinilir. b. Güne kahvaltıyla başlamanın önemi üzerinde durulur. c. Öğrencilerin sağlıklı bir örnek menü oluşturarak gün boyu tükettikleri besinleri karşılaştırmaları sağlanır. ç. Aşırı yağlı, şekerli, tuzlu yiyecek ve içecekler tüketmenin sağlık üzerine olumsuz etkisi açıklanır.</p>					
<p>a. Obezitenin ortaya çıkmasında dengesiz beslenme, yetersiz fiziksel aktivite, kalıtım ve hormonal etmenlerin etkisi açıklanır. b. Obezitenin yol açtığı sağlık sorunları üzerinde durulur. c. Estetik kaygılarla kullanılan zayıflama haplarının ve mide küçültme operasyonlarının kişinin hayatını tehlikeye sokacağı belirtilir. ç. Beden kitle indeksi hesaplaması ve aralıkları açıklanır.</p>					

<p>a. Zihinsel, duygusal ve sosyal sağlığı etkileyen faktörler üzerinde durulur.</p> <p>b. Zihinsel, duygusal ve sosyal sağlık açısından ailenin önemi üzerinde durulur.</p> <p>c. Zihinsel, duygusal ve sosyal sağlık sorunlarında bireysel yardım almanın önemi vurgulanır.</p> <p>ç. Zihinsel, duygusal ve sosyal sağlık sorunlarında yardım alınabilecek uzmanlar ile birimler açıklanır.</p>					
<p>a. Evde, okulda ve akranlarla yaşanabilecek stres verici durumlara değinilir. b. Stresin yol açabileceği rahatsızlıklara değinilir.</p> <p>a. Öğrencilerin stresli durumlarla nasıl başa çıktıklarını paylaşmaları sağlanır.</p> <p>b. Sınav kaygısı ve başa çıkma yollarına değinilir.</p>					
<p>a. Evde, okulda ve akranlarla yaşanabilecek stres verici durumlara değinilir. b. Stresin yol açabileceği rahatsızlıklara değinilir.</p> <p>a. Öğrencilerin stresli durumlarla nasıl başa çıktıklarını paylaşmaları sağlanır.</p> <p>b. Sınav kaygısı ve başa çıkma yollarına değinilir.</p>					
<p>a. Akran zorbalığı kavramı üzerinde durulur.</p> <p>b. Şiddetin önlenmesinde okul, aile, veli ve öğrenci iş birliğinin gerekliliği açıklanır.</p> <p>c. Şiddete uğrayan öğrencilerin yardım alabileceği kurumlar hakkında kısaca bilgi verilir.</p>					

<p>a. Tütün ürünlerinin insan sağlığı üzerindeki etkileri üzerinde durulur.</p> <p>b. Alkolün insan sağlığına ve davranışlarına olan etkileri üzerinde durulur.</p> <p>c. Alkol bağımlılığının, bireyin aile içi ve toplumsal hayattaki ilişkilerine verdiği zararlara değinilir.</p> <p>ç. Madde kullanımının insan sağlığına ve davranışlarına olan etkilerini açıklar.</p> <p>d. Madde kullanımı ile ilgili baskılara direnmek için kararlı ve tutarlı iletişim becerilerine sahip olmanın önemi vurgulanır.</p>					
<p>a. İlk yardım ve acil yardım kavramları üzerinde durulur.</p> <p>b. İlk yardımın insan hayatı açısından önemi istatistiki verilerden yararlanılarak açıklanır.</p> <p>c. İyi niyetle fakat bilinçsiz olarak yapılacak olan ilk yardım uygulamalarının hastanın/yaralının engelli kalmasına veya hayatını tehlikeye sokmasına neden olduğundan bu uygulamaların eğitim almış sertifikalı kişiler tarafından yapılmasının gerekliliği vurgulanır.</p>					
	0	0	0	0	0

•Okul genelinde yapılacak sınavlarda açık uçlu sorular sorulacağı g

NC

**ANIMLARI "1.2.1 Büyüme ve gelişme süreçlerinden biri olan ergenlik d**

## ü Konu Soru Dağılım Tablosu

Sınav								
elinde Yapılacak Ortak Sınav						İl/İlçe Genelinde Yapılacak Ortak Sınav		
5. Senaryo	6. Senaryo	7. Senaryo	8. Senaryo	9. Senaryo	10. Senaryo		1. Senaryo	2. Senaryo

						1		
						1		



						1		
						2		

						1		
						1		

						1		
						2		
						3		

						1		
						1		
						1		
						1		

						1		
						2		
0	0	0	0	0	0	20	0	0

şöz önünde bulundurularak örnek senaryolar tabloda gösterilmiştir.

**DT:**

**öneminde fiziksel, duygusal ve sosyal değişimleri açıklar." KAZANIMIN/**

**2. Sınav****Okul Genelinde Yapılacak Ortak Sınav**

<b>3. Senaryo</b>	<b>4. Senaryo</b>	<b>5. Senaryo</b>	<b>6. Senaryo</b>	<b>7. Senaryo</b>	<b>8. Senaryo</b>	<b>9. Senaryo</b>	<b>10. Senaryo</b>


		1					




		1					
		1					
		2					

		1					
		1					

		1					
0	0	8	0	0	0	0	0

**1 KADARDIR.**