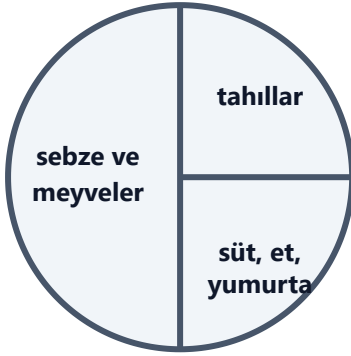


Adı Soyadı: Sınıfı: Tarih:/...../2026-2027

1.



Görselde sağlıklı bir öğün için hazırlanan tabak bölümlere ayrılmıştır. Tabakta en geniş bölümü hangi besin grubu kaplamaktadır?

A) Şekerli yiyecekler

B) Sebze ve meyveler

C) Cips ve kraker

D) Gazlı içecekler

2.



Kahvaltıda süt, peynir, zeytin ve yumurta yiyen Efe okulda kendini enerjik hissetti. Efe'nin kendini iyi hissetmesinin sebebi nedir?

A) Dengeli bir kahvaltı yapması

B) Aç kalması

C) Geç uyanması

D) Kahvaltıyı atlaması

3.

Sağlıklı besinler	Sağlıksız besinler
Süt	Şekerleme
Taze meyve	Gazlı içecek
Cips	Hazır kek

Tabloda besinler sağlıklı ve sağlıksız olarak ayrılmıştır. Tabloda hangi besin yanlış gruba yazılmıştır?

A) Süt

B) Taze meyve

C) Cips

D) Şekerleme

4. Tuvaletten çıkan bir çocuk ellerini yıkamadan doğrudan sofraya oturdu. Bu davranış hangi sonuca yol açabilir?

A) Daha hızlı büyümesine

B) Mikroplar yüzünden hastalanmasına

C) Daha çok yemek yemesine

D) Hiçbir sonuca yol açmaz

5.



Dişlerini her gün sabah ve akşam fırçalayan Elif'i diş hekimi tebrik etti. Düzenli diş fırçalamanın yararı nedir?

- A) Dişleri temizler ve diş çürüklerini önler
- B) Boyu uzatır
- C) Gözleri güçlendirir
- D) Sesi güzelleştirir

6. Her gün otuz dakika birlikte yürüyüş yapan bir aile kendini daha dinç hissettiğini söylüyor. Düzenli spor yapmanın vücuda faydası nedir?

- A) Uykusuzluk yapar
- B) İştahı tamamen keser
- C) Boyu kısaltır
- D) Kasları ve kalbi güçlendirir

7. Aşağıdakilerden hangisi kişisel temizlik malzemelerimizden biri değildir?

- A) Diş fırçası
- B) Havlu
- C) Tarak
- D) Çekiç

8. Gece geç saatlere kadar tablet kullanan Berk sabah zor uyandı ve derste uyuklamaya başladı. Berk'in yapması gereken nedir?

- A) Daha uzun süre tablet kullanmak
- B) Erken yatıp yeterince uyumak
- C) Kahvaltıyı tamamen bırakmak
- D) Derse hiç gitmemek

9. Bir öğrenci "Sabah kahvaltı yapmasam da olur, öğle yemeğinde çok yerim." dedi. Bu düşüncenin yanlışı nedir?

- A) Kahvaltı güne enerjili başlamayı sağlayan en önemli öğündür
- B) Öğle yemeği gereksizdir
- C) Bir öğünde çok yemek her zaman yararlıdır
- D) Kahvaltıda yalnızca şekerli yiyecek yenmelidir

10. Ateşi yükselen ve boğazı ağrıyan bir çocuğun ailesinin yapması gereken doğru davranış nedir?

- A) Çocuğu okula göndermek
- B) Kendi kararıyla evdeki ilaçlardan vermek
- C) Çocuğu doktora götürmek
- D) Hiçbir şey yapmadan beklemek

11.



Şekilde bir araç trafik ışığı ve o anda yanan ışık gösterilmiştir. Bu ışığı gören sürücünün yapması gereken nedir?

- A) Hızlanarak geçmek
- B) Durmak ve beklemek
- C) Korna çalmak
- D) Geri geri gitmek

12.



Şekilde yol üzerine çizilmiş kalın beyaz çizgiler görülmektedir. Bu bölümün adı nedir ve ne işe yarar?

- A) Otobüs durağı – araç beklemek için
- B) Yaya geçidi – yayaların güvenli karşıya geçmesi için
- C) Park yeri – araç bırakmak için
- D) Kaldırım – oturup dinlenmek için

13.



Yangın, sağlık sorunu ya da güvenlik tehlikesi gibi acil durumlarda aranması gereken numara hangisidir?

- A) 112 Acil Çağrı Merkezi
- B) 137 Bilinmeyen Numaralar
- C) 118 Telefon Rehberi
- D) 185 Su Arıza

14. Okulda yapılan deprem tatbikatında öğretmen "çök, kapan, tutun" dedi. Öğrencilerin bu uyarı üzerine ne yapması gerekir?

- A) Pencereden atlamak
- B) Koridorda koşmak
- C) Sağlam bir masanın altına girip masanın ayağına tutunmak
- D) Asansöre binmek

15.

Malzeme	Ne işe yarar?
Su	İçmek için
Düdük	Yardım çağırmak için
El feneri	Karanlıkta görebilmek için
Cam vazo	Afet anında bir işe yaramaz

Tabloda deprem çantasına konulması düşünülen malzemeler verilmiştir. Tabloya göre bu çantaya konulması gereksiz olan malzeme hangisidir?

- A) Su B) Düdük
C) El feneri D) Cam vazo

16. Okuldan eve yürüyen Ada'ya tanımadığı bir kişi "seni arabamla bırakayım" dedi. Ada nasıl davranmalıdır?

- A) Arabaya binmeli
B) Teşekkür edip reddetmeli ve güvendiği bir büyüğe haber vermeli
C) Ev adresini söylemeli
D) Onunla birlikte dolaşmalı

17. Aşağıdaki davranışlardan hangisi güvenlidir?

- A) Bisiklete binerken kask takmak
B) Araç camından el ve kol sarkıtmak
C) Merdivenlerden koşarak inmek
D) Kibritle oynamak

18.



Bisiklet süren Emir kaldırıma çıkıp yayaların arasından hızla ilerledi. Emir'in bu davranışı neden yanlıştır?

- A) Bisiklet çok yavaş gittiği için
B) Kaldırımlar daha geniş olduğu için
C) Bisiklet sürmek tamamen yasak olduğu için
D) Kaldırım yayalara ayrılmıştır ve yayalara çarpma tehlikesi vardır

19. Bir öğrenci "Karşıdan karşıya geçerken telefonuma bakabilirim, dikkatim dağılmaz." dedi. Bu düşüncenin yanlışı nedir?

- A) Telefona bakmak dikkati dağıtır ve kaza tehlikesini artırır
B) Telefon yolda daha iyi çeker
C) Yolda telefon kullanmak zorunludur
D) Telefona bakmak yürümeyi hızlandırır

- 20.** Sokakta oyun oynarken düşen ve dizi kanayan bir arkadaşın için ilk olarak ne yapılmalıdır?
- A)** Oyuna devam edilmeli
 - B)** Yaraya toprak sürülmeli
 - C)** Bir yetişkinden yardım istenip yara temizlenmeli
 - D)** Hiçbir şey yapılmamalı

Sağlığım ve Güvenliğim — Cevap Anahtarı

1. B	2. A	3. C	4. B	5. A	6. D	7. D	8. B	9. A	10. C	11. B	12. B
13. A	14. C	15. D	16. B	17. A	18. D	19. A	20. C				