**2024-2025 EĞİTİM – ÖĞRETİM YILI ............**[**www.fenusbilim.com**](http://www.fenusbilim.com) **OKULU 6. SINIFLAR FEN BİLİMLERİ DERSİ GÜNLÜK DERS PLÂNI**

**I.BÖLÜM**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Dersin Adı:** | Fen Bilimleri | 28 Nisan 4 Mayıs 2025 |
| **Sınıf:** | 6.Sınıf |
| **Ünite No-Adı:** | Ünite 6: Vücudumuzdaki Sistemler Ve Sağlığı |
| **Konu:** | Denetleyici ve Düzenleyici Sistemler |
| **Önerilen Ders Saati:** | 4 Saat |

**II.BÖLÜM**

|  |  |
| --- | --- |
| **Öğrenci Kazanımları/Hedef ve Davranışlar:** | **F.6.6.3.1.** Sistemlerin sağlığı için yapılması gerekenleri araştırma verilerine dayalı olarak tartışır. **F.6.6.3.2.** Organ bağışının toplumsal dayanışma açısından önemini kavrar. |
| **Ünite Kavramları ve Sembolleri:** | Destek ve hareket sistemi, kemik, eklem, kas, kırık, çıkık, raşitizm, romatizma, sindirim sistemi, reflü, ülser, gastrit, posa, solunum sistemi, grip, bronşit, zatürre, boşaltım sistemi, böbrek, böbrek taşı, diyaliz, dolaşım sistemi, kalp, damar, anemi, sarılık, hemofili, denetleyici sistem, hormon, guatr, şeker hastalığı, organ bağışı, organ nakli. |
| **Uygulanacak Yöntem ve Teknikler:** | Anlatım, Soru Cevap, Rol Yapma, Grup Çalışması |
| **Kullanılacak Araç – Gereçler:** |  |
| **Açıklamalar:** | **F.6.6.3.1. Açıklaması**a. Sistem hastalıklarından Türkiye’de en sık rastlanan hastalıklara değinilir. b. Bilinçsiz ilaç kullanımının zararları vurgulanır. c. Alkol ve sigara gibi zararlı alışkanlıkların insan sağlığına etkilerine değinilir. Alkol ve sigara ile mücadelede Yeşilay’a vurgu yapılır. ç. İlk yardım ile ilgili temel bilgiler verilir. |
| **Yapılacak Etkinlikler:** | **Sağlık Dedektifleri Oyunu:** Öğrencilere sistem sağlığını bozan günlük yaşam alışkanlıkları (örneğin: aşırı tuz tüketmek, oturarak yaşam, sigara kullanımı gibi) senaryolar hâlinde verilir. Her grup, bu durumu analiz ederek hangi sistemin etkilendiğini ve çözüm yollarını raporlayabilir.**Günlük Alışkanlık Çizelgesi:** Öğrenciler 1 hafta boyunca su tüketimi, yürüyüş yapma, sağlıklı beslenme, uyku düzeni gibi alışkanlıklarını takip ettikleri bireysel çizelgeler oluşturabilir. Sonunda bu alışkanlıkların hangi sistemleri desteklediği üzerine sınıf içinde değerlendirme yapılabilir.**Kavram Haritası veya Zihin Haritası Oluşturma:** Her sistem için bir kavram/zihin haritası oluşturulabilir. Öğrenciler sistemi oluşturan organları, görevlerini, sağlığını koruma yollarını dallar hâlinde haritada gösterebilir. |
| **Özet:** | **SİSTEMLERİN SAĞLIĞI** Belirli bir görevi yerine getirebilmek için birlikte çalışan organlara sistem denir.**DESTEK VE HAREKET SİSTEMİ**Çevresel etkilerle kemiklerde kemik kırılmaları meydana gelir. Alçıya alarak veya ameliyatla platin takılarak tedavi edilir.Burkulmalarda ağrı ve şişliği azaltmak için buz konulabilir.Kalsiyum, fosfor ve D vitamini eksikliğinde kemik biçim bozuklukları **raşitizm** olur. Vitamin takviyeleri ve ışın tedavisi ile tedavi edilir.Eklemlerdeki kıkırdak dokunun aşınmasıyla **eklem kireçlenmesi** olur.Eklemlerde ya da kaslarda görülen ağrı ve iltihap **romatizmaya** neden olur.**Destek ve hareket sisteminin sağlığını korumak için;*** Yeterli ve dengeli beslenmeliyiz
* Kalsiyum ve D vitamini bol besinler tüketmeliyiz.
* Yerden ağır yük kaldırırken dizlerimizi bükmeliyiz
* Düzenli spor yapmalıyız
* Güneş ışığından yeteri kadar yararlanmalıyız
* Kırık, çıkık, burkulmalarda doktora gitmeliyiz
* Duruş, oturuş ve yürüyüş biçimlerine dikkat etmeliyiz

**SİNDİRİM SİSTEMİ** Mide içindeki maddelerin yemek borusuna geri gelmesine **reflü** denir.Midenin tahrip edilmesi sonucu iç yüzeyinde oluşan yaralanmalara **ülser** denir.Mide iç duvarının iltihaplanmasına **gastrit** denir.**Sindirim sisteminin sağlığını korumak için*** Posalı yiyecekleri bol tüketmeliyiz
* Yemeği yavaş yemeliyiz
* Yiyeceklerin temizliğine dikkat etmeliyiz
* Çok soğuk veya çöi sıcak besinler tüketmemeliyiz
* Sigara ve alkol gibi zararlı alışkanlıklardan uzak durmalıyız.
* Kafeinli ve asitli yiyeceklerden uzak durmalıyız
* Aşırı yorgunluk ve stresten uzak durmalıyız
* Yeterince su içmeliyiz (en az 2 litre)

**SOLUNUM SİSTEMİ**Üst solunum yollarında virüslerin çoğalmasıyla grip rahatsızlığı ortaya çıkarBakterilerin etkisiyle akciğer dokusunun iltihaplanmasına **zatürre** denir.Akciğerlere giden bronşların iltihaplanması veya şişmesiyle **bronşit rahatsızlığı** ortaya çıkar.Nezle, verem, akciğer kanseri, nezle solunum yolu rahatsızlıklarıdır.**Solunum sistemi rahatsızlıklarından korunmak için;*** Burnumuzla nefes almalıyız
* Sigara ve alkolden uzak durmalıyız
* Temiz havada yürüyüş yapmalıyız
* Havasız, kapalı, kalabalık yerlerde çok durmamalıyız
* Hapşırırken, öksürürken ağzımızı ve burnunuzu kapatmalıyız
* Dengeli ve düzenli beslenmeliyiz.
* Düzenli spor yapmalıyız
* Solunum yoluyla bulaşan hastalıkları olan kişilerin olduğu yerde uzun süre durmamalıyız

**BOŞALTIM SİSTEMİ** Böbrek taşı, beslenme ve genetik yatkınlıklarla ortaya çıkan, böbrekte veya idrar kanalında olan taşlardır. Doğal yollarla düşmez ise taş kırma yöntemi veya ameliyatla tedavi edilir.Böbreklerin görevini eksik yapması ya da hiç yapmaması durumuna böbrek yetmezliği denir. Diyaliz makinesi ile böbreğin yapamadığı işlem gerçekleştirilir fakat bu geçici bir çözümdür. Böbrek nakli ile kalıcı olarak böbrek yetmezliği rahatsızlığı tedavi edilir.**Boşaltım sistemi rahatsızlığından korunmak için:*** Yeterince su içmeliyiz
* Temizliğe dikkat etmeliyiz
* Tuvaletimizi tutmamalıyız
* Boşaltım sistemimizi soğuktan ve sıcaktan korumalıyız
* Aşırı acı, tuzlu, baharatlı besinler tüketmemeliyiz
* Diş çürüğü, boğaz iltihabı gibi rahatsızlıklar tedavi edilmeli

**DOLAŞIM SİSTEMİ** Kandaki kırmızı kan hücresinin sayıca azalmasına anemi denir. Düzenli beslenme ve ilaç ile tedavi edilir.Kandaki alyuvarların parçalanması ile oluşan maddelerin (pigmentlerin) birikmesi sonucu deri ve yüzde sararma olmasına **sarılık** denir.Yaralanmalarda kanın pıhtılaşmaması durumuna **hemofili** denirAtardamarların iç kısmının yağ ve kolesterolle kaplanmasıyla daralması ve esnekliğini kaybetmesi sonucu **damar sertliği** meydana gelir.Bu rahatsızlıkların yanı sıra yüksek tansiyon, kalp yetmezliği, lösemi, kalp romatizması gibi rahatsızlıklar dolaşım sistemi rahatsızlıklarıdır.**Dolaşım sisteminin sağlığını korumak için;*** Yeterli ve dengeli beslenmeliyiz
* Hazır gıdalar ve kızartılmış besinler tüketmemeliyiz
* Düzenli spor yapmalıyız
* Sigara, alkol ve uyuşturucudan uzak durmalıyız
* Stres ve yorgunluktan uzak durulmalı
* Uyku düzenine dikkat etmeliyiz

**DENETLEYİCİ VE DÜZENLEYİCİ SİSTEM** İyot minerallerinin eksikliğinde tiroit bezinin çok çalışıp şişmesi ile **guatr rahatsızlığı** ortaya çıkar.Hipofiz bezinin gelişim döneminde büyüme hormonunu az salgılaması so­nucu cücelik, çok salgılaması sonucu devlik ortaya çıkar.İnsülin hormonunun yetersiz salgılanması sonucu şeker hastalığı ortaya çıkar**Denetleyici ve düzenleyici sistemin sağlığını korumak için;*** Düzenli, yeterli ve dengeli beslenmeliyiz.
* Sigara ve alkolden uzak durmalıyız
* Baş ve omurgamızı çarpmalardan korumalıyız
* Gürültü ve stresten uzak durmalıyız
* Uyku düzenini korumalıyız

HER BAĞIŞ YENİ BİR HAYAT KURTARIR.**ORGAN BAĞIŞI** Kişinin hayatta iken kendi isteği ile doku ve organlarını, beyin ölümü gerçekleştikten sonra başka insanların tedavisi için kullanılmasına izin vermesine organ bağışı denir.Organ bağışı yapabilmek için: 18 yaş üstünde ve akıl sağlığının olması gereklidir. Organ bağışı isteğini tanıklar huzurunda sözlü ve yazılı olarak belgelendirip, doktorun onaylaması gerekir.**Organ bağışı:** Toplumsal dayanışmayı arttırır, Birlik ve beraberlik duygusunu arttırır**ORGAN NAKLİ**Görevini yapamaz durumdaki organın yerine, sağlıklı ve aynı gö­revi yapan organın aktarılmasına organ nakli denirHer organın nakli yapılamaz. (Sinir sistemi organları)Ülkemizde kalp, akciğer, böbrek, karaciğer gibi organlar, kalp ka­pağı , kornea , kas ve kemik iliği gibi dokular nakledilmektedir. |

**III.BÖLÜM**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ölçme ve Değerlendirme:** | \*Boşluk dolduralım\*Eşleştirelim Ölçme ve değerlendirme için projeler, kavram haritaları, tanılayıcı dallanmış ağaç, yapılandırılmış grid, altı şapka tekniği, bulmaca, çoktan seçmeli, açık uçlu, doğru-yanlış, eşleştirme, boşluk doldurma, iki aşamalı test gibi farklı soru ve tekniklerden uygun olanı uygun yerlerde kullanılacaktır.\*Vücut sistemlerinin sağlığını korumak için alınması gereken önlemleri araştırmaları ve sunum yapmaları görevi verilebilir. Öğrencilere her bir vücut sistemi için sağlıklı yaşam alışkanlıklarının önemi üzerinde durularak[,](http://www.fenusbilim.com/) sağlıklı bir yaşam sürdürmek için nelere dikkat etmeleri gerektiği konusunda bilgileri araştırıp sunmaları istenebilir.\*Vücut sistemlerinde meydana gelen hastalıkların belirtileri ve tedavi yöntemleri hakkında örnekler vermek için öğrencilere farklı vücut sistemlerinde görülen hastalıkların belirtilerini araştırmaları ve bu hastalıkların tedavi yöntemlerini sunum yapmaları görevi verilebilir. |

**IV.BÖLÜM**

|  |  |
| --- | --- |
| **Dersin Diğer Derslerle İlişkisi:** |  |

**V.BÖLÜM**

|  |  |
| --- | --- |
| **Planın Uygulanmasıyla İlgili Diğer Açıklamalar:** |  |

**Uygundur**

 **.......................**

 **Fen Bilimleri Öğretmeni Okul Müdürü**

**Diğer haftaların günlük planları için** [**www.fenusbilim.com**](https://www.fenusbilim.com/2021/02/12/6-sinif-gunluk-planlar/)