|  |  |
| --- | --- |
| **Öğrenci Kazanımları /Hedef ve Davranışlar** | 5.1.3.3. Böbreklerin sağlığını korumak için nelere dikkat edilmesi gerektiğini araştırır ve sunar. |
| **Ünite Kavramları, Sembolleri/Davranış Örüntüsü** | Boşaltım, Böbrek, İdrar borusu, İdrar kesesi, İdrar kanalı, İdrar, Böbrek sağlığı |
| **Güvenlik Önlemleri (Varsa):** |  |
| **Öğretme-Öğrenme-Yöntem ve Teknikleri** | Soru-Cevap, Buluş, Araştırma, Gösteri, İnceleme, Deney |
| **Araç, Gereçler ve Kaynakça** | Ders Kitabı, dergi, internet, projeksiyon, bilgisayar |
| **Açıklamalar** |  |
| **Etkinlikler** |  |
| **Özet/işleniş** | |
| Boşaltımın sağlıklı bir şekilde gerçekleştirilebilmesi için böbreklerimizin sağlığını korumalıyız. Böbreklerimizin sağlığını koruyamazsak çeşitli böbrek rahatsızlıkları yaşayabiliriz. Bu hastalıklardan dolayı böbreklerimiz görevlerini yerine getiremeyebilir.  Sıkça karşılaşılan böbrek hastalıklarından bazıları böbrek yetmezliği ve böbrek taşlarıdır.  **Böbrek Yetmezliği:** Böbreğin kanı atık maddelerden temizleme görevini yerine getirememesi durumuna böbrek yetmezliği denir. Atık maddeler vücutta birikir. Böbrek yetmezliği olan hastalar, böbrek görevini yerine getiren diyaliz cihazına haftanın belli günlerinde bağlanırlar, ancak bu hastalar böbrek nakli ile tekrar sağlıklı bir birey olabilirler.  **Böbrek Taşı:** Böbrek taşı, böbreklerde bazı minerallerin birikmesi sonucunda oluşur. Şiddetli ağrıya neden olan bu rahatsızlık günümüzde çeşitli yöntemler kullanılarak tedavi edilmektedir. Böbreklerimizin sağlığı için öneriler: • Böbreklerin sağlığı için kişisel temizliğe dikkat edilmelidir.  • Özellikle ayaklar soğuktan korunmalıdır.  • Günde en az iki litre, sıcak günlerde ise terlemeyle su kaybedildiğinden daha fazla su içilmelidir.  • Dengeli beslenmeye, besinlerin ve içilen suyun temiz olmasına özen gösterilmelidir.  • Alkollü içeceklerden, biberli ve fazla kızarmış yiyeceklerden kaçınılmalıdır.  • Böbrek ve idrar yolu rahatsızlıklarında zaman kaybetmeden doktora başvurulmalıdır.  • Tuzlu gıdaları fazla tüketmek kalp ve damar sağlığını bozar. Bu durum, böbreklerde de tahribata yol açar. Bu nedenle;  • Konserve, turşu gibi tuzu fazla içeren besinler olabildiğince az tüketilmelidir.  • Yemeğin tuzuna bakılmadan tuz ilave edilmemelidir. | |
| **Ölçme-Değerlendirme**  • Bireysel öğrenme etkinliklerine yönelik Ölçme Değerlendirme  • Grupla öğrenme etkinliklerine yönelik Ölçme Değerlendirme  • Öğrenme güçlüğü olan öğrenciler ve ileri düzeyde öğrenme hızında olan öğrenciler için ek Ölçme-Değerlendirme etkinlikleri | |
| Ders kitabından ünite sonu değerlendirme soruları ve etkinlikler çözülecek. Projeksiyondan faydalanılarak ünite ile ilgili çeşitli etkinlikler yapılacak. | |
| **Dersin Diğer Derslerle İlişkisi** |  |
| **Planın Uygulanmasına İlişkin Açıklamalar** |  |