ÖĞREN · 4. Sınıf · Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi

Günlük Hayat ve Din

Dinî ifadeler, temizlik, şükür, helal ve sağlıklı beslenme, Sübhaneke duası



Bu ünitede neler öğreneceğiz?

- ✓ Günlük hayatta kullandığımız dinî ifadeleri ve ne zaman söylendiklerini
- ✓ İslam'ın temizliğe verdiği önemi
- ✓ Allah'a şükretmenin önemini
- ✓ Helal ve sağlıklı beslenmeyi, israftan kaçınmayı
- ✓ Sübhaneke duasını ve anlamını

👨‍👩‍👧 **Büyüklerimize not:** Evde birlikte kullandığınız dinî ifadeleri (Bismillah, Elhamdülillah, Maşallah, İnşallah...) fark etmesine yardım edin. Yemek dualarını sofrada birlikte okuyabilirsiniz. Duaların doğru okunuşu için Diyanet İşleri Başkanlığının ses kayıtlarını birlikte dinleyin.

Sorumasyon · Tüm hakları saklıdır. · 2026

💬 Günlük Hayatta Dinî İfadeler

Günlük hayatta konuşurken bazı sözleri sıkça kullanırız. Bu sözlerin birçoğu dinimizden gelir ve Allah'ı anmamızı, iyi dileklerde bulunmamızı sağlar. Bunlara **dinî ifadeler** denir.

🗣️ Dinî İfadeler ve Kullanıldıkları Yerler

🍽️	**Bismillâhirrahmânirrahîm (Besmele)**	"Rahman ve Rahim olan Allah'ın adıyla." Bir işe başlarken söyleriz: yemeğe, derse, yola çıkarken.
🙏	**Elhamdülillah**	"Allah'a hamt olsun." Bir nimete kavuşunca, yemeği bitirince, "Nasılsın?" sorusuna cevap verirken söyleriz.
🌸	**Maşallah**	"Allah dilemiş." Güzel ve hoş bir şey görünce, birinin başarısını duyunca söyleriz.
📅	**İnşallah**	"Allah dilerse." Gelecekte yapmayı düşündüğümüz bir iş için söyleriz.
🤝	**Selamünaleyküm – Aleykümselam**	"Allah'ın selamı (barış ve esenliği) üzerinize olsun." Selamlaşırken söyleriz.
🌌	**Sübhanallah**	"Allah her türlü eksiklikten uzaktır." Hayranlık duyduğumuz bir şey görünce söyleriz.
😌	**Estağfirullah**	"Allah'tan bağışlanma dilerim." Bir hata yapınca ya da biri bize teşekkür edip övünce alçak gönüllülükle söyleriz.

Sorumasyon · Tüm hakları saklıdır. · 2026

💡 **Biliyor musun?** Selamlaşmak insanlar arasında sevgi ve barışı artırır. Peygamberimiz, tanıdığımız ya da tanımadığımız herkese selam vermemizi tavsiye etmiştir. Selam alan kişi de selamı mutlaka karşılar.

🧼 Allah Temiz Olmamızı İster

İslam dini temizliğe çok önem verir. Kur'an-ı Kerim'de "Allah... temizlenenleri sever." (Bakara suresi, 222. ayet) buyrulur. Peygamberimiz de "Temizlik imanın yarısıdır." (Müslim, Tahâret, 1) demiştir.

Bedenimiz Allah'ın bize verdiği bir **emanettir**. Onu temiz ve sağlıklı tutmak sorumluluğumuzdur. Temizlik; bedenimizin, giysilerimizin, eşyalarımızın ve yaşadığımız çevrenin temizliğini kapsar.

✨ Temizlik Alışkanlıklarım



Ellerimi yıkarım
Yemekten önce ve sonra, tuvaletten sonra



Dişlerimi fırçalarım
Sabah ve akşam



Banyo yaparım
Bedenimi temiz tutarım.



Tırnaklarımı keserim
Kısa ve temiz tutarım.



Temiz giyinirim
Giysilerim temiz ve düzenli olur.



Odamı toplarım
Eşyalarımı düzenli tutarım.



Çöpü çöpe atarım
Okulumu, sokağımı temiz tutarım.



Abdest
Namazdan önce abdest alınır; abdest de bir temizliktir.

✏️ Haydi deneyelim — Hangi ifadeyi söyleriz? Daire içine al.



Bismillah
İnşallah



Maşallah
Estağfirullah



İnşallah
Elhamdülillah



Selamünaleyküm
Maşallah

Sorumasyon · Tüm hakları saklıdır. · 2026

💧 Abdest Nasıl Alınır?

1. 🤲 Niyet edilir, besmele çekilir; eller bileklere kadar yıkanır.
2. 💧 Ağza ve burna üçer kez su verilir.
3. 😊 Yüz üç kez yıkanır.
4. 💪 Kollar dirseklerle birlikte üçer kez yıkanır.
5. ✋ Islak elle başın bir kısmı meshedilir; kulaklar ve boyun meshedilir.
6. 🦶 Ayaklar topuklarla birlikte üçer kez yıkanır.

💡 **Biliyor musun?** Peygamberimiz temizliğe çok önem verirdi: dişlerini misvakla temizler, ellerini yemekten önce ve sonra yıkar, güzel kokular sürer, temiz giyinirdi. Yaşadığımız yeri temiz tutmak hem sağlığımızı korur hem de başkalarına saygıdır.

🙏 Allah Şükretmemizi İster

Bize iyilik yapan birine **teşekkür** ederiz. Bize sayısız nimet veren Allah'a karşı minnettarlığımızı göstermeye ise **şükür** denir. Allah'ı övmeye ve O'na teşekkür etmeye **hamt** denir; "Elhamdülillah" deriz.

Kur'an-ı Kerim'de "Eğer şükrederseniz elbette size nimetimi artırırım." (İbrahim suresi, 7. ayet) buyrulur.

👁️ **Sağlığımız** görmek, duymak, yürümek	👨‍👩‍👧 **Ailemiz** sevgi ve korunma	🍞 **Yiyeceklerimiz** su, ekmek, meyve	☀️ **Doğa** güneş, yağmur, hava

Sorumasyon · Tüm hakları saklıdır. · 2026

💝 Nasıl Şükrederiz?



Sözle

- ✓ "Elhamdülillah" deriz.
- ✓ Dua ederiz.
- ✓ Bize iyilik yapanlara teşekkür ederiz.



Davranışla

- ✓ Nimetleri israf etmeden kullanırız.
- ✓ İhtiyacı olanlarla paylaşırız.
- ✓ İbadetlerimizi yaparız, sağlığımızı koruruz.

🍎 Allah Helal ve Sağlıklı Beslenmemizi İster

Dinimizin yenmesine, içilmesine ve yapılmasına izin verdiği şeylere **helal**, yasakladığı şeylere **haram** denir. Hakkımız olmayan bir şeyi izinsiz almak, çalmak haramdır. Sağlığa zarar veren şeyleri yiyip içmek de doğru değildir.

Kur'an-ı Kerim'de "Ey insanlar! Yeryüzündeki helal ve temiz şeylerden yiyin." (Bakara suresi, 168. ayet) ve "Yiyin, için fakat israf etmeyin." (A'râf suresi, 31. ayet) buyrulur.

🥗 Sağlıklı Beslenme

✅ Yaparım

- ✓ Sebze, meyve, süt ve tahıl gibi her besinden yeterince yerim.
- ✓ Öğünlerimi düzenli yerim, bol su içerim.
- ✓ Yemeğimi yavaş ve iyice çiğneyerek yerim.
- ✓ Tabağıma yiyebileceğim kadar alırım.

🚫 Yapmam

❌ Sadece cips, şeker, gazlı içecek gibi abur cubura beslenmem.
❌ Doyduktan sonra yemeye devam etmem.
❌ Yemeği israf etmem, ekmeği çöpe atmam.
❌ Başkasının yiyeceğini izinsiz almam.

Sorumasyon · Tüm hakları saklıdır. · 2026

🍽️ Yemek Duaları

Yemeğe başlarken: *Bismillâhirrahmânirrahîm.* — "Rahman ve Rahim olan Allah'ın adıyla."
Yemeği bitirince: *Elhamdülillâhillezî et'amenâ ve sekânâ ve cealenâ minel müslimîn.* — "Bizi yediren, içiren ve Müslümanlardan kılan Allah'a hamt olsun."

🤲 Sübhaneke Duası

Okunuşu

Sübhânekellâhümme ve bi hamdik,
ve tebârekesmük,
ve teâlâ ceddük,
ve lâ ilâhe ğayrük.

Anlamı

Allah'ım! Sen eksik sıfatlardan uzaksın. Seni daima böyle tenzih eder ve överim. Senin adın mübarektir. Varlığın her şeyden üstündür. Senden başka ilah yoktur.

Nerede okunur? Namazların ilk rekâtında, başlangıç tekbirinden sonra okunur.

🎧 **Dinleyelim:** Duaları ve sureleri doğru telaffuzla öğrenmek için Diyanet İşleri Başkanlığının internet sitelerindeki ses kayıtlarını dinleyin; öğretmeninizle birlikte sesli okuyun. Sübhaneke duası namazların ilk rekâtında okunur; cenaze namazında "ve celle senâük" ifadesi de eklenir.

💡 Sübhaneke Duasının Mesajları

✨
Allah eksiksizdir
Allah'ta hiçbir eksiklik yoktur.

🙏
Allah'ı överiz
O'na hamt eder, O'nu överiz.

☝️
Allah birdir
O'ndan başka ilah yoktur.

🎨 Resim köşesi — Temizlik alışkanlıklarından birini yaparken kendini çiz.

Sorumasyon · Tüm hakları saklıdır. · 2026