

1) Aşağıdaki verilenlerden hangisi doğrudur?

- A) Ellerimizi yıkamaya gerek yoktur.
- B) Dengesiz beslenirsek sağlıklı oluruz.
- C) Besinler, sağlıklı ve temiz olmalıdır.

2) ❖ Diş macunu  
❖ Çorap  
❖ Televizyon

Yukarıdaki esyalardan kaç tanesinin başkaları tarafından da kullanılmaması gerekir?

- A) 1
- B) 2
- C) 3

3) Aşağıdakilerden hangisi sağlıklı büyümemizi ve gelişmemizi engeller?

- A) Dengeli beslenmek
- B) Sağlıklı ve temiz besinler ile beslenmek
- C) Düzensiz uyumak ve çalışmak

4) Aşağıdakilerden hangisinin büyümemize faydası yoktur?

- A) bilgisayar oynamak
- B) spor yapmak
- C) düzenli uyku

5) Aşağıdakilerden hangisi vücudumuzu dinlendirecek bir etkinlik değildir?

- A) müzik dinlemek
- B) resim yapmak
- C) televizyon izleyerek uyumak

6) Aşağıdakilerden hangisi ağız ve diş sağlığını korumaya yönelik yapmamız gereken bir görevdir?

- A) Yemeklerden sonra diş fırçalamak
- B) Sürekli tatlı yiyecekler yemek
- C) Sakız çiğnemek

7)



İrem

Uzamış tırnaklar.....neden olur.




İrem'in cümlesi hangisi ile devam ettirilmelidir?

- A) beslenmeye
- B) dinlenmeye
- C) hastalıklara

8) Gün boyunca yorulur ve terleriz. Çevremizdeki tozlar vücudumuzun kirlenmesine neden olur. Vücut temizliğimiz için hangisi yapılmalıdır?

- A) kıyafetleri değiştirmek
- B) diş fırçalamak
- C) banyo yapmak

9) Aşağıdaki öğrencilerden hangisinin söylediği doğrudur?

- A)  Dişlerimi tekniğine uygun olarak fırçalarım.
- B)  Dişlerim daha temiz olsun diye bolca macun kullanırım.
- C)  Dişlerim daha temiz olsun diye bolca su kullanırım.

10) Aşağıdaki öğrencilerden hangisi sabahleyin daha zinde uyanır?

- A) Televizyon izlerken uyuyorum.
- B) Odamdaki ışıkları kapatmadan uyurum.
- C) Sessiz bir ortamda ve zamanında uyurum.

11) Aşağıdakilerden hangisi sağlığımız için faydalıdır?

- A) sürekli bilgisayar oynamak
- B) istediğimiz kadar çikolata yemek
- C) terli iken soğuk su içmemek

12) 'Dengeli beslenen insanların vücutları ..... ve.....olur.'

Noktalı alana hangi sözcükler yazılmalıdır?

- A) şişman-düzenli
- B) güçlü-sağlıklı
- C) ince-uzun

13) ❖ Düzenli spor yapmak  
❖ Kahvaltı yapmak  
❖ Geç saatte uyumak  
❖ Bazen yemek yemek

Yukarıdakilerden kaç tanesi sağlıklı büyüme ve gelişmemize yardımcı olur?

- A) 2
- B) 3
- C) 4

14) 'Sağlıklı büyümek ve gelişmek için .....ve ..... beslenmeliyiz.'

Noktalı alana hangi sözcükler yazılmalıdır?

- A) dengesiz-düzenli
- B) dengeli-düzenli
- C) düzensiz-dengeli

15)



Banyo yaptıktan sonra  
\_\_\_\_\_ çamaşırlar giymeliyiz.

Mert'in cümlesindeki boş alana hangisi yazılmalıdır?

- A) renkli
- B) kirli
- C) temiz