

Adı:
Soyadı:

FEN BİLİMLERİ BESİNLER DEĞERLENDİRMESİ

su	mısır	Hayvan gıdaları	enerji verici	mineraller	tahıl ürünleri
yapıcı onarıcı	karbonhidratlar	Meyve ve sebze	yağlar	proteinler	besinlerden

.....yağ bakımından zengin besinlerdir.

.....organların düzenli ve sağlıklı çalışmasını sağlar.

Vücudumuz gerekli olan enerjiyi.....elde eder.

.....vücudumuzun ısı dengesini korur.

.....kalbin ritmini düzenler.

.....vitamin bakımından zengin besinlerdir.

.....protein bakımından zengin besinlerdir.

.....karbonhidrat bakımından zengin besinlerdir.

.....vücudumuzdaolarak görev yaparlar.

.....vücudumuzdaolarak görev yaparlar.

Doğru olanlarda D'nin altındaki, yanlış olanlarda Y'nin altındaki harfleri boyayıp şifreyi bulunuz.

D	Y	
A	E	Vücudumuz gerekli olan enerjiyi besinlerden elde eder.
T	F	Karbonhidratlar, kemik ve kasların büyüüp gelişmesini sağlar.
E	A	Mineraller, kalbin ritmini düzenler.
R	P	Beynimizin tek enerji kaynağı karbonhidratlardır.
I	İ	Yağlar, diş, kemik ve cilt yapısının sağlıklı olmasını sağlar.
N	M	Su, vücut ısısının ayarlanmasında önemli bir rol oynar.
Ş	S	Karbonhidratlar, vücudumuzda yağlardan sonra enerji verirler.
A	E	Besin gruplarının fazlası da vücudumuzda yağ olarak depolanır.
N	M	Tahıl ve tahıl ürünleri karbonhidrat bakımından oldukça zengindir.
E	A	Hayvansal gıdalarda en çok vitaminler vardır.

Aşağıdaki çoktan seçmeli soruları cevaplayınız.

<p>Aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?</p> <p>A. Tahıl ürünlerinde karbonhidrat vardır. B. Hayvansal gıdalarda protein vardır. C. Her besinin içinde su vardır. D. Yağlar en çok meyve sebzelerde vardır.</p>	<p>"Un ve undan yapılan yiyecekler bakımından çok zengindir." Cümlesinde boş yere hangisi gelmelidir?</p> <p>A. protein B. yağ C. karbonhidrat D. vitamin</p>
<p>"Hayvansal gıdalar bakımından çok zengindir." Cümlesinde boş yere hangisi gelmelidir?</p> <p>A. protein B. yağ C. karbonhidrat D. vitamin</p>	<p>"Meyve ve sebzeler bakımından çok zengindir." Cümlesinde boş yere hangisi gelmelidir?</p> <p>A. protein B. yağ C. karbonhidrat D. vitamin</p>
<p>Fazla alınan besin grupları vücudumuzda hangi besin olarak depolanır?</p> <p>A. protein B. yağ C. karbonhidrat D. vitamin</p>	<p>Eren, yaptığı bir tanıtım etkinliğinde sınıfa mısır, zeytin, fındık, ceviz, badem gibi besinler getirmiştir.</p> <p>Buna göre Eren hangisinin tanıtımı yapmıştır?</p> <p>A. protein B. yağ C. karbonhidrat D. vitamin</p>
<p>Ali, yaptığı bir tanıtım etkinliğinde sınıfa yumurta süt, peynir, yoğurt gibi besinler getirmiştir.</p> <p>Buna göre Ali hangisinin tanıtımı yapmıştır?</p> <p>A. protein B. yağ C. karbonhidrat D. vitamin</p>	<p>Besinlerle ilgili hangi ifade yanlıştır?</p> <p>A. Vitamin, düzenleyici besindir. B. Protein, yapıcı onarıcı besinlerdir. C. Yağlar, vücudumuzun ilk enerji kaynağıdır. D. Beynimizin tek enerji kaynağı karbonhidrattır.</p>
<p>Aşağıdaki besin gruplarından hangilerinin görevi aynıdır?</p> <p>A. yağlar - vitaminler B. mineraller - protein C. yağlar - karbonhidratlar D. su - protein</p>	<p>(I) Düzenleyici olarak görev yapar. (II) Vücudun direncini artırır. (III) Kemik gelişimi için önemlidir.</p> <p>Yukarıda özellikleri sayılan besin hangisidir?</p> <p>A. protein B. yağ C. karbonhidrat D. vitamin</p>
<p>(I) Diş, kemik ve cilt yapısı için önemlidir. (II) Vücudun sıvı dengesini korur. (III) Kalbin çalışmasını düzenler.</p> <p>Minerallerle ilgili verilenlerden hangileri doğrudur?</p> <p>A. Yalnız I B. I - II C. I - III D. Hepsi</p>	<p>(I) Kanın yapısında bulunur. (II) Düzenleyici olarak görev yapar. (III) Büyüme ve gelişmeye katkı sağlar.</p> <p>Su ilgili verilenlerden hangileri doğrudur?</p> <p>A. Yalnız I B. I - II C. I - III D. Hepsi</p>