

## 4.SINIF – FEN BİLİMLERİ – BESLENME VE SAĞLIK ÖNEMİ ETKİNLİĞİ

**AŞAĞIDAKİ CÜMLELERİN DOĞRU OLANLARIN BAŞINA (D), YANLIŞ OLANLARIN (Y) KOYUNUZ.**

- 1.(...) Besinler hiç israf edilmemektedir.
- 2.(...) En fazla yağ ve tatlı tüketmeliyiz.
- 3.(...) En az karbonhidratları tüketmeliyiz.
- 4.(...) Besin piramidinin en altındaki besinleri daha çok tüketmeliyiz.
- 5.(...) Besin piramidinin en üstünde yağlar vardır.
- 6.(...) Besin piramidinin en altında karbonhidratlar vardır.
- 7.(...) Besin piramidinin en üstünde karbonhidratlar vardır.
- 8.(...) Besin piramidinin en altında yağlar vardır.
- 9.(...) Besin piramidinin en altındaki besinleri daha az tüketmeliyiz.
- 10.(...) Besin piramidinin en üstündekileri besinleri daha çok tüketmeliyiz.
- 11.(...) Besin piramidinin en üstündeki besinleri az çok tüketmeliyiz.

**AŞAĞIDAKİ CÜMLELERDE BOŞ OLAN YERLERE UYGUN KELİMLERİ YERLEŞTİRİNİZ.**

**[ yağ – karbonhidratlar-obez-obezite-yağlar altında-üstünde-diyetisyenler-proteinler-sebze meyveler]**

1. ....piramidin en altında yer alır.
2. ....piramidin en üstünde yer alır.
3. Yağlar, piramidin en.....yer alır.
4. Aşırı şişmanlık hastalığına .....denir.
5. ...., büyüme, gelişme, sağlığın korunması gibi konular üzerine çalışır.
6. Besin piramidinin ikinci basamağında ..... bulunur.
7. Besin piramidinin üçüncü basamağında ..... bulunur.
8. Karbonhidrat, piramidin en.....yer alır.
9. Obezite hastası olanlara.....denir.
10. Gereğinden fazla tüketilen besinler vücudumuzda ..... olarak depolanır.

1. Aşağıdakilerden hangisi, besin piramidinin en altında yer alır?

- A. yağ B. protein C. karbonhidrat D. vitamin

2. “.....besin piramidinde yağların altında yer alır?” boş yere hangisi gelmelidir?

- A. yağ B. protein C. su D. vitamin

3. Aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?

- A. Besinleri gerektiği kadar tüketmeliyiz.  
B. Yağ ve tatlıları en az tüketmeliyiz.  
C. Aşırı şişmanlık hastalığına obezite denir.  
D. Fazla besinler vücudumuzda su olarak depolanır

4. Besin piramidinin en üstünde hangisi vardır?

- A. yağ B. karbonhidrat  
C. vitamin D. protein

5. Gereğinden fazla tüketilen besinler vücudumuz da hangi şekilde depolanır?

- A.vitamin B.su C.yağ D. protein

6. Aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?

- A. Besin piramidinin en altındakilerini çok yemeliyiz  
B. Besin piramidinin en altındakilerini az yemeliyiz.  
C. Piramidin en üstündekilerini az yemeliyiz.  
D. Piramidin en üstünde yağ ve tatlılar vardır.