

## DİNLEME METNİ



### HAZIRLIK ÇALIŞMALARI

1. Evinizde sıkça tükettiğiniz yemeklerin adlarını arkadaşlarınızla paylaşınız.
2. Görsellerinden hareketle dinleyeceğiniz metnin konusunu tahmin ediniz.

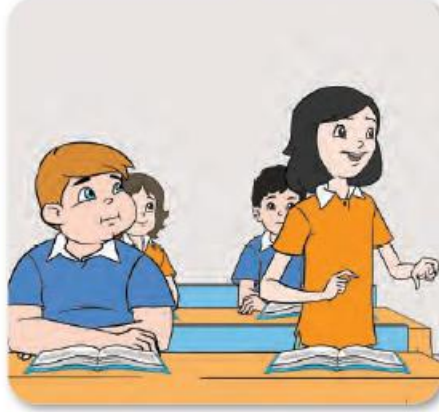
1-Evimizde en çok çorba, salata, pilav, tavuk, yoğurt, makarna, taze fasulye ve et tüketiyoruz.

## İŞTAHSIZ ÇOCUK

Metni dikkatle dinleyiniz.



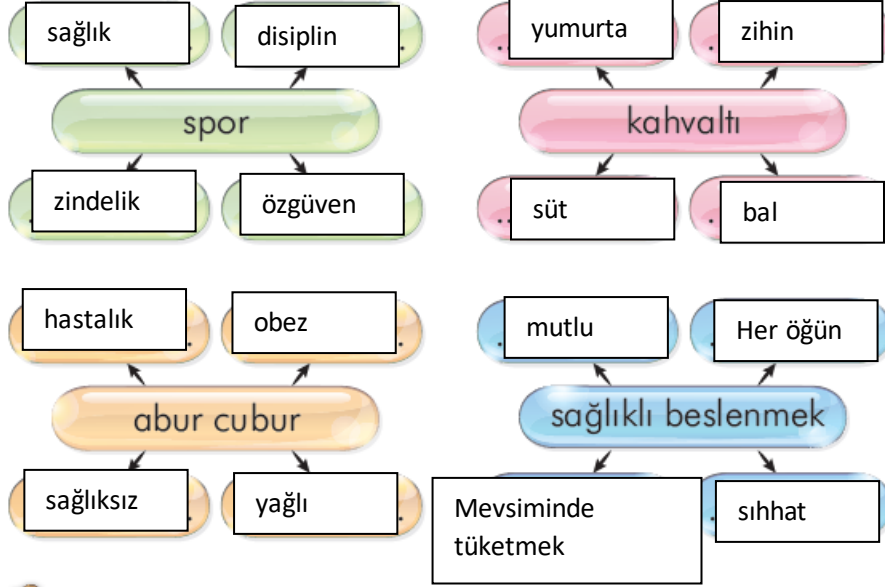
2-Metnin konusu yemek yemeyen bir çocuğun doktora gittikten sonra sağlıklı beslenmeye başlaması olabilir.





## 1. ETKİNLİK

Aşağıdaki kelimelerin ve kelime grubunun size hatırlattıklarını ilgili kutucuğa yazınız.



## 2. ETKİNLİK

Metnin konusunu aşağıya yazınız.

Sağlıklı beslenme ve yanlış beslenmenin sağlığa etkileri.



## 3. ETKİNLİK

Aşağıya, metnin içeriğine uygun farklı bir başlık yazınız.

.. Sağlıklı beslenme  
Sağlıklı vücut .....



#### 4. ETKİNLİK

Metne göre aşağıdaki soruların doğru cevabını belirleyip başındaki kutucuğu “✓” ile işaretleyiniz.

1. Annesi, kahvaltıyla ilgili çocuğa ne söylemiş?

- Kahvaltıda sadece süt içsen karnın doyar.  
 Vaktimiz yok, kahvaltını okulda yaparsın.  
 Kahvaltı yapmadan okula gidemezsin.

2. Öğretmen, ilk derste öğrencilerden ne istemiş?

- Tabaklarında yemek bırakmalarını  
 Kahvaltıda ne yediklerini söylemelerini   
 Yemek yerken başka şeylerle ilgilenmelerini

3. Aşağıdakilerden hangisi çocuğun ilk gün okulda öğrendiklerinden değildir?

- Yemeğini kendisinin yemesi gerektiği  
 Çizgi film izlemesinin doğru olmadığı   
 Acıktığını ve doyduğunu anlayabileceği



#### 5. ETKİNLİK

Sağlıklı büyüyüp gelişmek için kahvaltıda hangi besinleri tüketiyorsunuz? Aşağıya kısaca yazınız.

Süt, peynir, yumurta ve bal tüketiyorum. Reçel, kızarmış ekmek yiyorum.

a-Metinde anlatılanlara göre ertesi gün sınıfa bir doktor gelmesinin nedeni öğrencilere beslenme hakkında bilgi vermesidir.



## 6. ETKİNLİK

a. Metinde anlatılanlara göre ertesi gün sınıfa bir doktor gelmesinin nedeni neymiş? Açıklayınız.

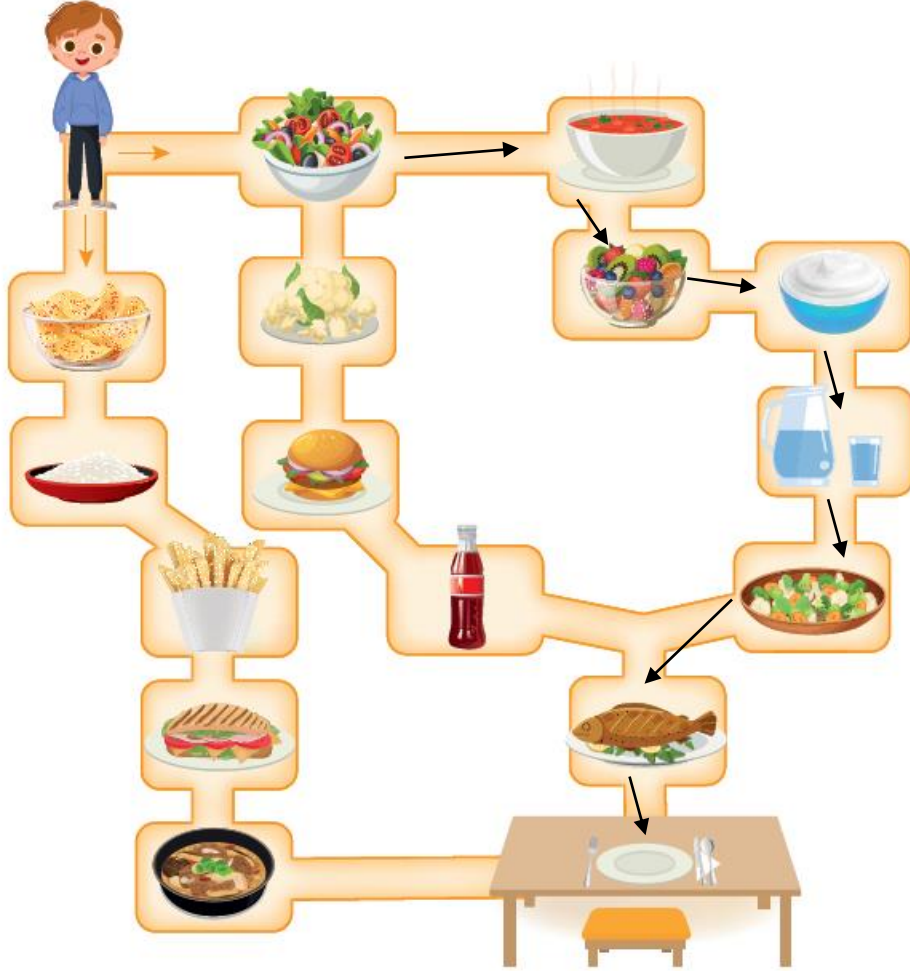
b. Metindeki doktorun verdiği bilgiler hakkında arkadaşlarınızla konuşunuz. Buna göre tablodaki açıklamaların doğru mu (D), yanlış mı (Y) olduğunu belirleyip uygun kutucuğu “✓” ile işaretleyiniz.

Açıklamalar	D	Y	
Yiyeceklerimizi sağlıklı besinlerden seçmeliyiz.			<input type="checkbox"/> D
Öğünleri zamanında değil, acıkınca yemeliyiz.			<input type="checkbox"/> Y
Günde iki öğün yemek yememiz yeterlidir.			<input type="checkbox"/> Y
Abur cuburlar sağlık sorunlarına neden olabilir.			<input type="checkbox"/> D
Çok az ya da çok fazla yiyenlere “obez” denir.			<input type="checkbox"/> Y
Çok zayıf olmak, obez olmak gibi sağlıksızdır.			<input type="checkbox"/> D
Sağlığımız için her gün spor yapmamız gerekir.			<input type="checkbox"/> D
Öğünler arasında bol bol abur cubur yiyebiliriz.			<input type="checkbox"/> Y



## 7. ETKİNLİK

a. Sağlıklı yiyeceklerin olduğu yolu çizerek İlhan'ı akşam yemeği masasına ulaştırınız.



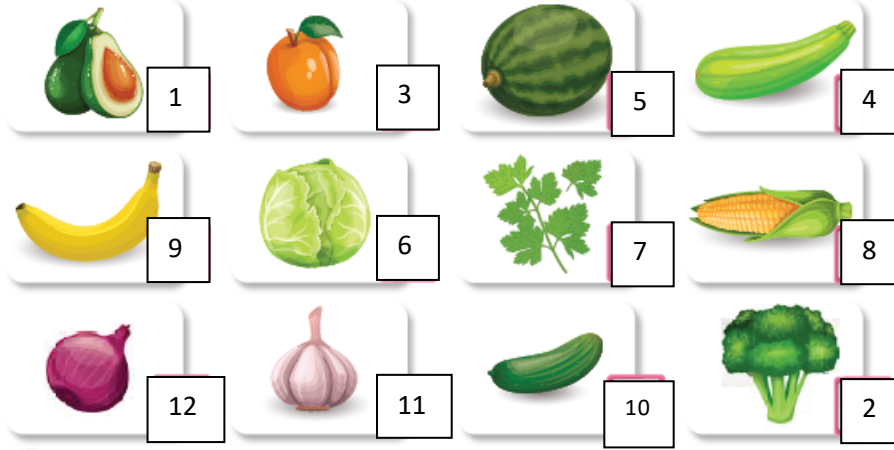
b. Metinden öğrendiklerinizi de dikkate alarak sağlıklı beslenme ile ilgili düşüncelerinizi arkadaşlarınızla paylaşınız.

Sağlıklı beslenmek özellikle biz çocuklar için çok önemlidir. Çünkü biz gelişme çağındayız. Yaşımıza uygun boy ve kiloya sahip olursak sağlıklı bireyler oluruz. Bunun için de sağlıklı beslenmeliyiz. Günde üç öğünümüzü mutlaka yemeliyiz. Tuz, şeker ve unlu gıdalardan uzak durmalıyız. Bol bol sebze ve meyve yemeliyiz.



## 8. ETKİNLİK

Aşağıdaki meyve ve sebze görsellerinin adlarını alfabetik sıraya göre numaralandırınız.



## 9. ETKİNLİK

a. Tablodaki cümlelerin sonunda bulunması gereken noktalama işaretini belirleyiniz. Nokta için ●, soru işareti için ■ sütunundaki ilgili kutucuğu boyayınız.

Cümleler	●	■
Aç karnına okula mı gidilir	iş	sağ
Bana kahvaltıda ne yediğimi sordu	lık	tah
Doyduğumu nasıl anladığımı açıkladım	lı	sız
Akşam ne yediğini hatırlıyor musun	lık	be
Hangi besinler sağlıklıdır, biliyorum	sin	bek

b. Boyadığınız kutucuklardaki hecelerin oluşturduğu ifadeyi söyleyiniz.

Sağlıksız besin





## 10. ETKİNLİK

Verilen ipuçlarından yararlanarak görsellerdeki sebze ve meyvelerin adlarını uygun kutucuklara yazınız. Mavi boyalı kutucuklardaki harfleri sırasıyla yazarak şifreyi belirleyiniz.



DOMATES

1 O S

BEZELYE

3 B Y

LAHANA

5 L H

LİMOZ

7 N 8 R L

VIŞNE

9 V 10 K Y

ŞEFTALİ

11 Ş F 12 B

KARNABA HAR

13 R B

Şifre: DÜZENLİ BESLEN

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13