



ADI-SOYADI:

DERSİMİZ BESLENME

2.SINIF
HAYAT BİLGİSİ

A. Cümlelerdeki boşlukları uygun sözcüklerle tamamlayın.

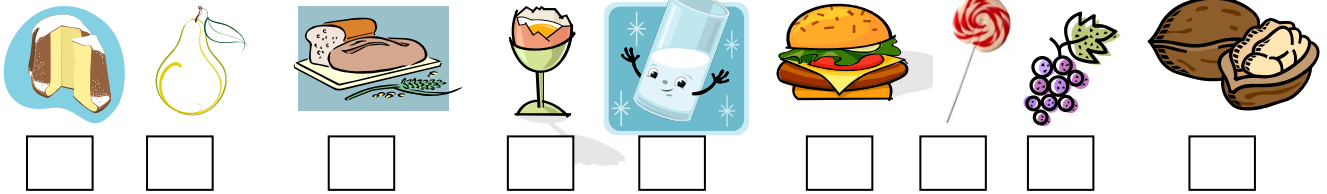
Sa lıklı olmak için beslenmeliyiz.
Yiyeceklerimiz do al ve olmalıdır.
Her ö ün aynı yememeliyiz.
Vücudumuz farklı besinlereduyar.
Aynı tür yiyeceklerle beslenmek olmaz.
Sebze ve bol bol tüketmeliyiz.

sa lıklı
ihtiyaç
yemekleri
temiz
meyveleri
dengeli

B. Dengeli ve düzenli beslenmezsek ne tür sorunlarımız olur?

C. Aşağıdaki cümlelerde doğrular için **D**, yanlışlar için **Y** kutusunu boyayın.

- | | | |
|---|---|--|
| D | Y | Büyüme, gelişme ve sağlıklı olmak için beslenmemiz gerekir. |
| D | Y | Yemekleri seçerek yemek sağlığımız için gereklidir. |
| D | Y | Dengeli beslenmek her tür yiyecekten ihtiyacımız kadar yemektir. |
| D | Y | Bal, yumurta, balık, süt gibi yiyecekleri bol bol tüketelim. |
| D | Y | Abur cubur yiyeceklerle beslenip direncimizi arttırmalıyız. |
| D | Y | Yiyecekler temiz ortamlarda hazırlanmalıdır. |
| D | Y | Her yemekten sonra dişlerimizi fırçalamalıyız. |
| D | Y | Düzenli beslenmek öğün atlamadan yemektir. |
| D | Y | Kola, cips, şeker gibi yiyeceklerde yararlıdır. |
| D | Y | İyi beslenirsek hastalıklardan uzak oluruz. |

Ç. Aşağıdaki besinlerden sağlıklı olanların kutularına çarpı koyun.

D. Aşağıdaki öğünler için annenizle birlikte sağlıklı bir yemek listesi hazırlayın.

Sabah Kahvaltısı	
Öğle Yemeği	
Akşam yemeği	

Veli :

Öğretmen :