

BESİNLER ETKİNLİK

A) Verilen kelimeleri kullanarak cümleleri doğru olacak şekilde tamamlayınız.

obezite

taze, doğal ve temiz

su

pasif

araç

hafıza

dengeşiz

yeterli

kanser

kalp

- 1) Aşırı alkol geçici.....kaybına yol açar.
- 2) Sigara içmediği hâlde dumandan etkilenen kişiye içici denir.
- 3) Alışveriş yaparken besinlerin..... olmasına dikkat etmeliyiz.
- 4) vücuttaki yağ oranının hastalık ölçüsünde fazla olmasıdır.
- 5) Tüm yiyeceklerde, kuru gibi görünseler de bulunur.
- 6) Sağlıklı olmak için dengeli ve..... beslenmeliyiz.
- 7) Gereğinden fazla besin tüketildiğinde..... beslenme oluşabilir.
- 8) Alkollü iken kullanmak yasaktır.
- 9) Sigara birçok.....türüne neden olur.
- 10) Alkol rahatsızlıklarına neden olur.

B) Verilen ifadelerin, başındaki kutucuğa doğru ise " D " yanlış ise " Y " yazınız.

1	Dengeli beslenen kişilerde kilo problemi ortaya çıkabilir.
2	Genel olarak hayvansal besinlerle beslenmeliyiz.
3	Ambalajlı ürün alırken TSE damgasına dikkat etmeliyiz.
4	Su tüm canlılar için yaşamsal bir öneme sahiptir.
5	Besinler, vücudumuz için gerekli olan enerjiyi sağlamaz.
6	Obezite vücutta aşırı yağ depolanmasıdır.
7	Tabağımıza yiyebileceğimiz kadar besin alıp besin israfını önlemeliyiz.
8	Sigaranın içinde 4000 çeşit zehir vardır.
9	Sigara içenler daha sağlıklı olurlar.
10	Yeşilay alkol ile mücadele eden bir sivil toplum kuruluşudur.
11	Alkol hiç bir rahatsızlığa sebep olmaz.
12	Sigara içilen kapalı ortamlarda bulunmamalıyız.
13	Et,süt,yumurta gibi besinlerde protein bulunur.
14	Alkol ve sigara insan sağlığına olumsuz etki eder.
15	Vücudumuzun ihtiyaç duyduğu besin maddelerinin, ihtiyacı oranında tüketilmesine dengeli beslenme denir.