

Kitabın Adı

Fen Bilimleri Ödev Yaprakları - 4

978-605-68696-2-4

Yayın Yönetmeni

Nebi NEMUTLU

Yazar

Komisyon

Editörler

Mehtap ALTIN

Elif NEMUTLU

Nursu NEMUTLU ÖZTÜRK

Halim DERTLİ

Dizgi Grafik Tasarımı

Yasemin IŞIK

Mutlu Yayıncılık San. ve Tic. Ltd. Şti.

www.e-mutlu.com

Yayıncı Sertifika No.

10628

WPC Matbaacılık Sanayi ve Ticaret A.Ş.

Osmangazi Mah. Mehmet Kopuz Sok.

No.: 17/1 Kıraç - Esenyurt

İSTANBUL

Matbaa Sertifika No.

50884

İstanbul, 2021



**MUTLU
YAYINCILIK**



**Her hakkı ©Mutlu Yayıncılık'a aittir.
Kısmen de olsa alıntı yapılamaz. Metin, soru,
şekil ve grafikler, ELEKTRONİK, mekanik,
FOTOKOPI ya da herhangi bir kayıt sistemiyle
çoğaltılamaz, yayımlanamaz.**

İÇİNDEKİLER

ÜNİTE 1: YER KABUĞU VE DÜNYA'MIZIN HAREKETLERİ (Dünya ve Evren)

- Yer Kabuğunun Yapısı 3
Test 1 - Yer Kabuğunun Yapısı 4
Konu Değerlendirme Testi 1 5
- Dünya'mızın Hareketleri 7
Test 2 - Dünya'mızın Hareketleri 8
Konu Değerlendirme Testi 2 9
Ünite Değerlendirme Testi 1 11

ÜNİTE 2: BESİNLERİMİZ (Canlılar ve Yaşam)

- Besinler ve Özellikleri 13
Test 3 - Besinler ve Özellikleri 14
- Besinler ve Özellikleri 15
Test 4 - Besinler ve Özellikleri 16
Konu Değerlendirme Testi 3 17

ÜNİTE 3: KUVVETİN ETKİLERİ (Fiziksel Olaylar)

- Kuvvetin Cisimler Üzerindeki Etkileri 19
Test 5 - Kuvvetin Cisimler Üzerindeki Etkileri .. 20
Konu Değerlendirme Testi 4 21
- Miknatısların Uyguladığı Kuvvet 23
Test 6 - Miknatısların Uyguladığı Kuvvet 24
Konu Değerlendirme Testi 5 25

ÜNİTE 4: MADDENİN ÖZELLİKLERİ (Madde ve Doğası)

- Maddeyi Niteleyen Özellikler 27
Test 7 - Maddeyi Niteleyen Özellikler 28
- Maddenin Ölçülebilir Özellikleri 29
Test 8 - Maddenin Ölçülebilir Özellikleri 30
- Maddenin Hâlleri 31
Test 9 - Maddenin Hâlleri 32
Konu Değerlendirme Testi 6 33
- Maddenin Isı Etkisiyle Değişimi 35
Test 10 - Maddenin Isı Etkisiyle Değişimi 36

- Saf Madde ve Karışım 37
Test 11 - Saf Madde ve Karışım 38
Konu Değerlendirme Testi 7 39
Ünite Değerlendirme Testi 2 41

ÜNİTE 5: AYDINLATMA VE SES TEKNOLOJİLERİ (Fiziksel Olaylar)

- Aydınlatma Teknolojileri - Uygun Aydınlatma - Işık Kirliliği 43
Test 12 - Aydınlatma Teknolojileri - Uygun Aydınlatma - Işık Kirliliği 44
Konu Değerlendirme Testi 8 45
- Geçmişten Günümüze Ses Teknolojileri - Ses Kirliliği 47
Test 13 - Geçmişten Günümüze Ses Teknolojileri - Ses Kirliliği 48
Konu Değerlendirme Testi 9 49
Ünite Değerlendirme Testi 3 51

ÜNİTE 6: CANLILAR DÜNYASINA YOLCULUK (Canlılar ve Yaşam)

- Bilinçli Tüketici 53
Test 14 - Bilinçli Tüketici 54
Konu Değerlendirme Testi 10 55

ÜNİTE 7: ELEKTRİKLİ ARAÇLAR (Fiziksel Olaylar)

- Basit Elektrik Devreleri 57
Test 15 - Basit Elektrik Devreleri 58
Konu Değerlendirme Testi 11 59

- Yanıt Anahtarı 61



BULMACA



- Aşağıdaki bilgilerden doğru olanları “D”, yanlış olanları “Y” ile gösteriniz.

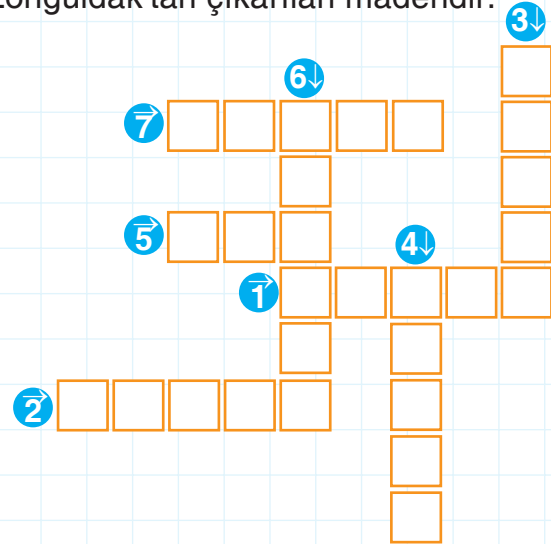
D/Y	BİLGİ
	Her kayaç aynı zamanda bir madendir.
	Madenlerin yapısında mineraller bulunur.
	Kıymetli mineraller içeren kayaçlara maden denir.
	Tüm madenler aynı amaç için kullanılırlar.
	Ülkemiz maden yatakları açısından zengindir.
	Demir, inşaat işlerinde kullanılan bir madendir.
	Temizlik malzemelerinin üretiminde bor minerali kullanılır.
	Altın çok değerli bir madendir.
	Ülkemizde altın madeni çıkarılan yer yoktur.
	Artvin - Murgul bölgesinde bakır madenleri bulunur.
	Mutfak eşyalarının yapımında bakır madeni kullanılır.
	Mermer, heykel yapımında kullanılan bir kayaçtır.
	Kayaçlar doğa olaylarından etkilenmezler.

- Aşağıdakilerden hangileri fosil bulunabilecek alanlardan ya da ortamlardan **değildir**? İşaretleyerek gösteriniz.

- () Ağaç reçinesinin içi
 () Buzulların içi
 () Kayaç içleri
 () Deniz dibindeki kara tabakası
 () Hava
 () Evimiz
 () Ağaç gövdesi
 () Taş parçasının altı

- Aşağıdaki ifadelerin cevaplarını bulmacaya yazınız.

- Ekonomik değeri olan kayaçlara verilen ad
- İletişim ve teknoloji alanında kullanılan maden
- Takı, süs eşyası olarak kullanılan değerli maden
- İnşaat, otomotiv sektöründe ve günlük hayatımızda kullanılan maden
- Temizlik ürünlerinde ve enerji sektöründe kullanılır. Dünyada en fazla ülkemizde bulunur.
- Mutfak, süs eşyası, masa, sehpa gibi alanlarda kullanılır.
- Isınma amaçlı yakacak olarak kullanılan Zonguldak'tan çıkarılan madendir.



- Aşağıdaki soruları cevaplayınız.

- Çok eski zamanlarda toprak altında kalıp orada taşlaşan bitki ve hayvan kalıntlarına ne denir?

- Fosilleri inceleyen bilim dalına ne denir?

- Fosillere örnek veriniz?

TEST 1

Tarih: ___/___/___

Puan

2

Yer Kabuğunun Yapısı

Adı: _____



1. Aşağıdaki madenlerden hangisi cam, temizlik ve seramik sanayisinde kullanılır?

- A) Demir B) Bakır
C) Bor D) Altın

2. Kayaçlar farklı sertlik ve yapıdadırlar. Kayaçların birbirinden farklı olması aşağıdakilerden hangisinin sonucudur?

- A) Yaşlarının farklı olması
B) Yapısında bulunan minerallerin birbirinden farklı olması
C) Kimisinin doğa olaylarından etkileniyor olması
D) İçerdikleri su miktarlarının farklı olması

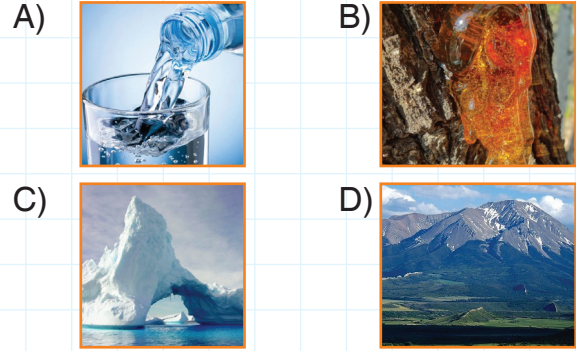
3. Aşağıdaki maden ve çıkarıldığı yer eşleştirmelerinden hangisi **yanlıştır**?

- A) **Demir** → Sivas - Divriği
B) **Altın** → İzmir - Bergama
C) **Bor** → İstanbul
D) **Bakır** → Artvin - Murgul

4. Aşağıdakilerden hangisi bir maden **değildir**?

- A) Kömür B) Hava
C) Elmas D) Bakır

5. Aşağıdaki ortamlardan hangisi fosil oluşumu için uygun **değildir**?



6. Aşağıdakilerden hangisi bir fosil **olamaz**?



7. Demir ile ilgili aşağıdaki bilgilerden hangisi **doğrudur**?

- A) Ziyet eşyası yapımında kullanılır.
B) En fazla İstanbul bölgesinde çıkarılır.
C) İnşaatlarda yapı maddesi olarak kullanılır.
D) Türkiye'de çıkarılan en değerli madendir.



1. Kayaçlarla ilgili;

- I. Yer kabuğunun kara tabakasını oluştururlar.
- II. Farklı sertlik ve renkte olabilirler.
- III. Yapılarında farklı türden mineraller bulundurulur.

verilenlerden hangileri doğrudur?

- A) I ve II
- B) I ve III
- C) II ve III
- D) I, II ve III

2.

Kayaç Örneği	Sertlik	Renk
A	Sert	Koyu
B	Yumuşak	Açık

Yer kabuğunun yapısında bulunan A ve B kayaçlarının sertlik ve renk durumu tablodaki gibidir.

Kayaçların tablodaki gibi birbirinden farklı olmasının temel nedeni aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Yapılarındaki minerallerin farklı olması
- B) Büyüklüklerinin farklı olması
- C) Yapılarındaki su miktarının farklı olması
- D) Dünya'nın farklı katmanlarında bulunmaları

3. Aşağıdakilerden hangisi maden **değildir**?

A)



Kömür

B)



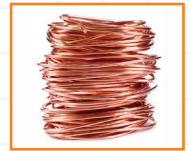
Su

C)



Altın

D)



Bakır

4.



Kömür



Demir



Altın

Aşağıdakilerden hangisi verilen maddelerin ortak özelliğidir?

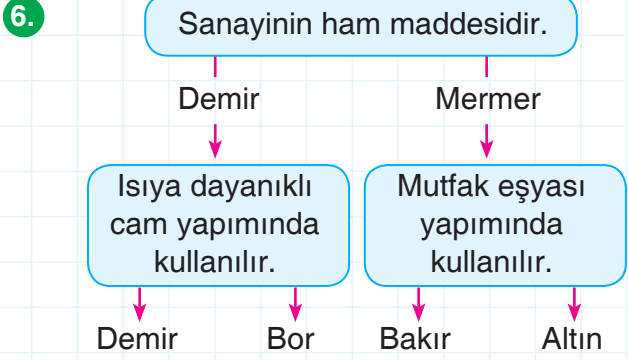
- A) Aynı kayacın yapısında bulunmaları
- B) Sanayinin aynı alanlarında kullanılmaları
- C) Maden olmaları
- D) İnşaat yapımında kullanılmaları

5.

Dünya'da rezervinin yaklaşık yüzde sekseni ülkemizdedir.

Kartta tanıtımı yapılan maden aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Bor
- B) Altın
- C) Demir
- D) Kömür



Şemada bilgilerin ait olduğu madenlerin verildiği yollar izlenirse hangi çıkışa ulaşılır?

- A) Demir
B) Bor
C) Bakır
D) Altın

7. () Gümüş, takı ve süs eşyası yapımında kullanılır.
() Bakır, elektrik kablosu yapımında kullanılır.

Yukarıda madenlerle ilgili bilgiler verilmiştir. Kutucuklara doğru bilgiler için "D", yanlış bilgiler için "Y" yazılacaksa kutucuklar aşağıdakilerden hangisi gibi görünür?

- A) (Y) B) (Y) C) (D) D) (D)
(Y) (D) (D) (Y)

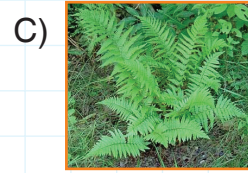
8. Yer kabuğunun yapısında aşağıdakilerden hangisinin fosiline **rastlanmaz**?



Mamut



Balina



Eğrelti otu



Naylon poşet

9. I. İklim
II. Canlı çeşitliliği
III. Yüzey şekilleri

Bir bölgede bulunan fosiller, o bölgeye ait yukarıda verilenlerden hangileri hakkında bilgi edinmemizi sağlar?

- A) Yalnız II
B) I ve II
C) II ve III
D) I, II ve III

10. Fosiller ile ilgili aşağıdaki ifadelerden hangisi **yanlıştır**?

- A) Buzulların içerisinde bulunabilir.
B) Hayvanlara ait izler fosil olabilir.
C) Bitkilere ait fosil bulunmaz.
D) Fosil yakıt oluşumunda etkilidir.



- Aşağıda verilen ifadelerin cevaplarını altlarına yazınız.

- Dünya'nın Güneş ışığı alan tarafı: _____
- Dünya'nın Güneş ışığı almayan tarafı: _____
- Dünya'nın etrafında dönen gök cismi: _____
- Dünya'nın kendi etrafında dönmesi sonucu oluşan olay: _____
- Dünya'nın Güneş'in etrafında dolanması sonucu oluşan olay: _____

ŞİFRE NE?



- Aşağıdaki ifadeler doğru ise D, yanlış ise Y bölümünü işaretleyiniz. İşaretlediğiniz harfleri sırayla yazıp şifreyi bulunuz.

	D	Y	
1	G	D	Dünya'nın kendi etrafında dönmesi sonucu mevsimler oluşur.
2	Ü	E	Dünya Güneş etrafında bir tam dolanımını 365 gün 6 saatte tamamlar.
3	Z	N	Güneş batıdan doğar, doğudan batar.
4	Y	E	Şubat ayının 29 gün olduğu yıla artık yıl denir.
5	A	G	Dünya'nın, Güneş ışığını alan bölgelerinde gündüz yaşanır.
6	E	M	Dünya sadece kendi etrafında dönme hareketi yapar.
7	N	I	Dünya'nın Güneş çevresinde dolanmasıyla gündüz ve gece oluşur.
8	Z	M	Bir yıl 12 ay, 52 haftadır.

1 2 3 4 5 6 7 8

ŞİFRE:

--	--	--	--	--	--	--	--

- Dünya'nın hareketleri sonucu oluşan durumları eşleştiriniz.

Dönme Hareketi

Dolanma Hareketi

Gölge uzunlukları oluşur.

Sıcaklık farklılıkları oluşur.

Bu hareketini 1 yılda tamamlar.

Mevsimler oluşur.

Bir gün oluşur.

Gece, gündüz oluşur.

BULMACA



- Aşağıdaki kavramları bulmacadan bulup işaretleyiniz.

G	Ü	N	D	Ü	Z	G
Y	S	A	A	T	G	Ü
A	İ	E	K	S	E	N
D	Ü	N	Y	A	C	E
Ç	Y	I	L	Y	E	Ş
M	E	V	S	İ	M	O
H	A	F	T	A	C	Z

YIL

MEVSİM

EKSEN

GECE

DÜNYA

GÜNEŞ

GÜNDÜZ

HAFTA

SAAT

TEST 2

Tarih: ___/___/___

Puan

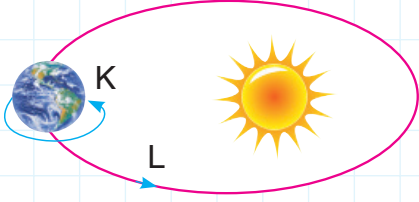
2

Dünya'mızın Hareketleri

Adı: _____



1.



Görselde verilen, Dünya'nın K ve L hareketlerinin sonuçları hangi seçenekte verilmiştir?

- | K | L |
|-------------------|---------------------|
| A) Mevsim oluşumu | Gün oluşumu |
| B) Gün oluşumu | Yıl oluşumu |
| C) Yıl oluşumu | Gece-gündüz oluşumu |
| D) Gün oluşumu | Gece-gündüz oluşumu |

3.

SONUÇ		HAREKET	
▲	Gece - gündüz oluşumu	K	Dünya'nın dönme hareketi
■	Yıl oluşumu	L	Dünya'nın dolanma hareketi
●	Gün oluşumu		

Tablodaki sonuçlarla, bu sonuçlara sebep olan hareket türlerinin doğru eşleştirilmesi hangi seçenekte verilmiştir?

- A) ▲ - K ■ - L ● - L
B) ▲ - L ■ - K ● - K
C) ▲ - K ■ - L ● - K
D) ▲ - L ■ - K ● - L

2. Aşağıdaki bilgilerden hangisi yanlıştır?

- A) Dünya'nın iki türlü hareketi vardır.
B) Dünya kendi etrafında, batıdan doğuya doğru döner.
C) Mevsim oluşumu, Dünya'nın kendi etrafındaki dönüşünün bir sonucudur.
D) Dünya, Güneş etrafında dolanma hareketi yapar.

4.



Dünya

Görsele göre, Dünya'nın hangi bölgelerinde gece yaşanmaktadır?

- A) K ve L B) K ve M
C) M ve N D) L ve N

5. 1 yıl aşağıdaki zaman dilimlerinden hangisine eşittir?

- A) 52 gün B) 365 gün 6 saat
C) 30 gün D) 7 gün

KONU DEĞERLENDİRME TESTİ 2

Tarih: ___/___/___

3

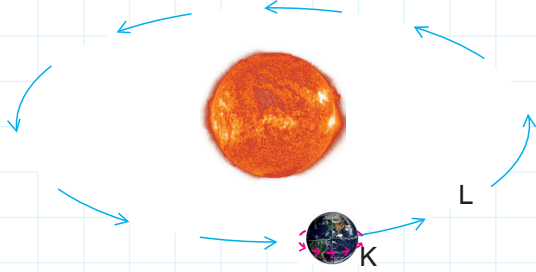
Dünya'mızın Hareketleri

Adı: _____

Puan



1.



Şekilde Dünya'nın farklı hareketleri modellenmiştir.

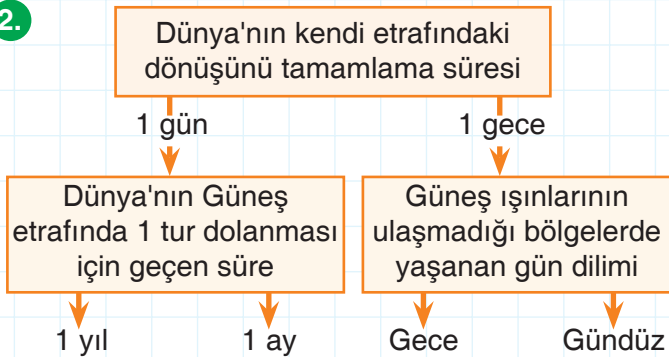
Modele göre;

- ▲ Gece ve gündüz oluşumu
- Mevsimlerin oluşumu

hareketlerinden hangisi ya da hangileri Dünya'nın K hareketinin sonucudur?

- A) Her ikisi de B) Hiçbiri
C) Yalnız ▲ D) Yalnız ●

2.

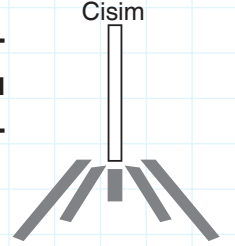


Şemadaki bilgilerin doğru yanıtlarının verildiği yollar izlenirse hangi kavrama ulaşılır?

- A) 1 yıl B) 1 ay
C) Gece D) Gündüz

3.

Sabit bir cismin gölgesinin gün içerisinde farklı konum ve uzunluklarda olması,

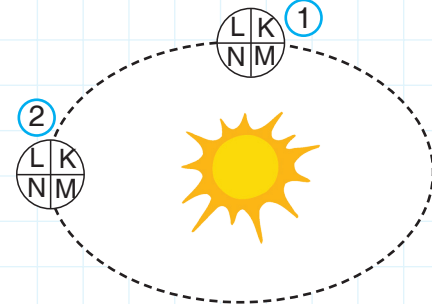


- ▲ Güneş'in gün içerisinde farklı konumlarında olması
- Dünya'nın kendi etrafında dönmesi
- Güneş'in Dünya etrafında dolanması

verilenlerinden hangileri ile ilgilidir?

- A) Yalnız ▲ B) ▲ ve ■
C) ▲ ve ● D) ▲, ■ ve ●

4.



Dünya'nın Güneş etrafında dolanımı sırasındaki iki farklı konum şekilde verilmiştir.

Harflendirilmiş bölgelerden hangisinde her iki durumda da gece yaşanmaktadır?

- A) K B) L C) M D) N

5. Dünya'nın kendi etrafında 1 tur dönme süresi 24 saat sürer.
 Dünya'nın Güneş etrafında 1 tam tur dolanma süresi 365 gün 6 saattir.

Yukarıdaki bilgilerden doğru olanlar "D", yanlış olanlar "Y" ile gösterilirse kutucuklar hangi seçenekteki gibi görünür?

- A) D D C) Y D
 D Y D Y

6. 1 Dünya'nın kendi etrafındaki dönme hareketi
2 Dünya'nın Güneş etrafındaki dolanma hareketi
Dünya'nın hareketleri yukarıdaki gibi numaralandırılmıştır.

Buna göre aşağıdaki olay - hareket eşleştirmelerinden hangisi doğrudur?

- A)

Olay	Hareket
Mevsim oluşumu	2
Gece-gündüz oluşumu	2
- B)

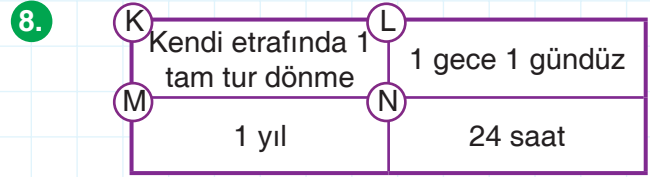
Olay	Hareket
Gece-gündüz oluşumu	1
Mevsim oluşumu	1
- C)

Olay	Hareket
1 yıllık zaman dilimi oluşumu	1
1 günlük zaman dilimi oluşumu	2
- D)

Olay	Hareket
Mevsim oluşumu	2
Gece-gündüz oluşumu	1

7. Aşağıdaki bilgilerden hangisi doğrudur?

- A) Dünya, Güneş etrafında 1 tam tur dolanırken kendi etrafında 365 kez dönmüş olur.
B) Mevsimlerin oluşumunun temel nedeni Dünya'nın kendi etrafında dönmesidir.
C) Dünya'nın kendi etrafındaki dönüşü 1 ayda tamamlanır.
D) Dünya'nın Güneş etrafında 1 tam tur dolanması "1 mevsim" olarak adlandırılır.



Yukarıdaki kartlardan biri diğerlerinden farklı bir durumu ifade etmektedir.

Farklı durumu ifade eden kart hangisidir?

- A) K B) L C) M D) N

- 9.

Yukarıdakilerden hangisi Dünya'nın Güneş etrafında dolanma hareketi ile ilgili değildir?

- A) B) C) D)

ÜNİTE DEĞERLENDİRME TESTİ 1

Tarih: ___/___/___

Puan

1

Yer Kabuğu ve Dünya'mızın Hareketleri

Adı: _____



1. **Gülay:** Kayaçlar topraktan oluşmuştur.
Tülay: Kayaçlar değişik minerallerin bir araya gelmesiyle oluşur.
Çetin: Toprak ve kayaçlar yer kabuğunu oluşturur.

Yukarıdaki öğrencilerden hangilerinin söylediği ifade doğrudur?

- A) Yalnız Gülay B) Gülay ve Çetin
C) Çetin ve Tülay D) Gülay ve Tülay

2. 1. Sıcaklık farklılıkları kayaçların parçalanmasına neden olur mu?
2. Kayaçlar içerisinde çok sayıda mineral bulunur mu?
3. Kayaçlar, toprağın zaman içinde katılaşmasıyla mı oluşur?
4. Yer kabuğu sadece topraktan mı oluşmuştur?

Yukarıdaki sorulardan hangilerinin cevabı "Evet."tir?

- A) 1 ve 2 B) 2 ve 3
C) Yalnız 1 D) Yalnız 4

3.

Altın

Gümüş

Bakır

Alüminyum

Yukarıda hangi renkle gösterilen madenin ekonomik değeri diğerlerinden daha fazladır?

- A)  B)  C)  D) 

4.

- () Kayaçlar ufalanarak toprağı oluşturur.
() Kayaçların yapısında mineraller vardır.
() Bitki ve hayvan kalıntıları kayaçları oluşturmuştur.

Yukarıdaki ifadelerden doğru olanlara D, yanlış olanlara Y yazılacaktır.

Buna göre aşağıdakilerden hangileri sırasıyla yazılmalıdır?

- A) (D) B) (Y) C) (D) D) (D)
(D) (Y) (Y) (Y)
(Y) (Y) (D) (Y)



5. Kayaçlar **I** etkisiyle ufalanarak **II** oluşturur. **III** toprağa karışarak doğal gübre hâline gelir.

Yukarıdaki cümleyi doğru tamamlayan sözcükler hangi seçenekte verilmiştir?

- | | | |
|-----------|-----------|----------------|
| I | II | III |
| A) rüzgâr | toprağı | canlı atıkları |
| B) rüzgâr | madeni | katı atıklar |
| C) su | toprağı | yağmur suyu |
| D) rüzgâr | minerali | sıvı atıklar |

6. **Kaya I.** **Kayaç II.**
Çakıl III. **Kum IV.**

Yer kabuğunu oluşturan maddelerin büyükten küçüğe doğru sıralanması hangi seçenekte verilmiştir?

- A) I > II > III > IV
B) II > I > III > IV
C) IV > III > I > II
D) IV > III > II > I

7. Aşağıda verilen bilgilerden hangisi **yanlıştır**?

- A) Dünya kendi etrafında döndüğü için gece ve gündüz oluşur.
B) Bir senede 4 mevsim yaşanır.
C) Güneş, Dünya'nın etrafında döner.
D) Ay, Dünya'nın uydusudur.

8.







Dünya, Güneş'in etrafında 2 tur döndüğünde geçen süre _____

Ömer'in cümlesi hangi seçenekteki gibi sürdürülürse Ömer **yanlış** bir bilgi vermiş olur?

- A) 730 gündür. B) 2 yıldır.
C) 52 haftadır. D) 24 aydır.

9. Dünya'nın Güneş etrafındaki yörüngesi aşağıdakilerden hangisine benzemektedir?

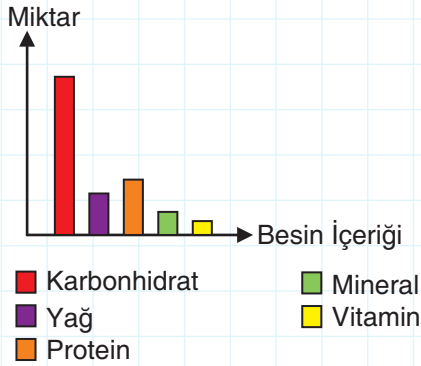
- A)  B) 
C)  D) 



- Besinlerin içerikleri ile ilgili verilen tabloyu doldurunuz.

Besin İçeriği	Öncelikli Görevi	Örnekler
	Enerji verici	Pirinç, patates, mısır, bal
	Yapıcı, onarıcı	Nohut, yumurta, mercimek, bezelye
Mineraller		Su, maden suyu
Yağlar	Enerji verici	

- Bir besine ait besin içerikleri grafikteki gibidir. Bu besin maddesinin hangi besin içeriği grubuna ait olduğunu nedeni ile birlikte yazınız.



Ait Olduğu Besin İçeriği Grubu

- Aşağıda besin içeriklerine ait özellikler verilmiştir. Özellikleri numaralarını kullanarak ait oldukları kutucuklara yerleştiriniz.

1	Yapıcı onarıcı besinler grubunda yer alır.
2	Eksikliğinde vücutta bazı hastalıklar görülür.
3	Birincil enerji kaynağıdır.
4	Mercimeğin dahil edildiği besin içeriği grubudur.
5	İkincil enerji kaynağıdır.
6	Süt ve süt ürünlerinde bolca bulunur.
7	Tüm besin maddelerinde bulunur.
8	Eksikliğinde vücutta hayatsal faaliyetlerin düzenli bir şekilde yürütülmesinde sorunlar yaşanır.

Karbonhidrat

Protein

Yağ

Vitamin

Su

Mineral

TEST 3

Tarih: ___/___/___

Puan

2

Besinler ve Özellikleri

Adı: _____

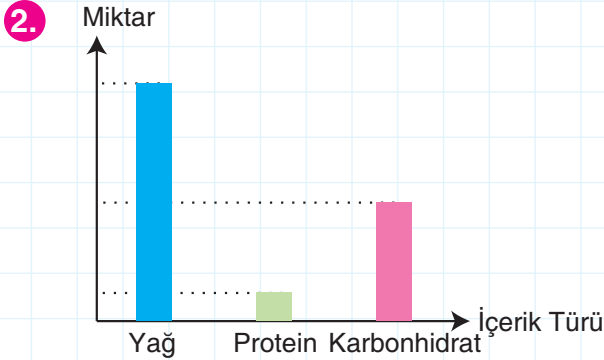


1. Canlılar tükettiği besin maddelerinden elde ettiği enerjiyi;

- I. Hareket etmek
- II. Boşaltım yapmak
- III. Uyarılara tepki göstermek
- IV. Çoğalmak

verilenlerinden hangisini ya da hangilerini gerçekleştirirken kullanır?

- A) I, II, III ve IV B) I, II ve III
C) I, III ve IV D) Yalnız I



K besin maddesinin içerik oranları grafikteki gibidir.

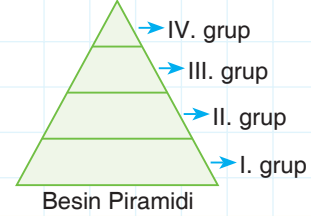
K besini ile ilgili;

- I. Yağ içeren besinler grubunda yer alır.
- II. Temel görevi yapım-onarımdır.
- III. Patates olabilir.

verilenlerinden hangileri doğrudur?

- A) Yalnız I B) Yalnız II
C) I ve II D) I, II ve III

3.

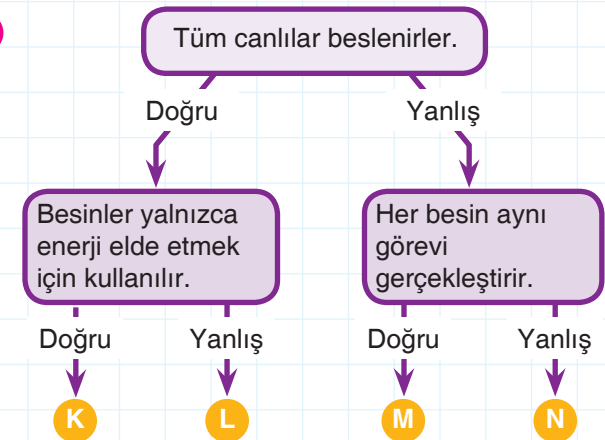


Besin piramidi, sağlıklı beslenmek için hangi besinden ne kadar yememiz gerektiğini anlatır. I. gruptaki besinlerden en çok tüketilmesi gerekirken IV. gruptaki besinlerden en az tüketilmelidir.

Yukarıdaki açıklamalara göre besin piramidindeki gruplar hangi seçenekte doğru verilmiştir?

I. grup	II. grup	III. grup	IV. grup
A) Tahıllar	Meyve - Sebze	Et - Süt Ürünleri	Yağlar - Tatlılar
B) Et - Süt Ürünleri	Meyve - Sebze	Tahıllar	Yağlar - Tatlılar
C) Yağlar - Tatlılar	Tahıllar	Meyve - Sebze	Et - Süt Ürünleri
D) Meyve - Sebze	Et - Süt Ürünleri	Yağlar - Tatlılar	Tahıllar

4.



Şemadaki bilgiler doğru ya da yanlış oluşlarına göre değerlendirilip verilen yollar izlenirse hangi çıkışa ulaşılır?

- A) N B) M C) L D) K



ŞİFRE NE?



● Aşağıdaki ifadelerden doğru olanlara D, yanlış olanlara Y yazınız.

- () Yaşamımızı sağlıklı bir biçimde sürdürebilmemiz için dengeli ve sağlıklı beslenmeliyiz.
- () Ambalajlı ürünler satın alırken son kullanma tarihine dikkat etmeliyiz.
- () Aşırı yağlı yiyecekleri tüketmek obeziteye neden olur.
- () Diyet, yalnızca meyve ve sebze ile beslenmek anlamına gelir.
- () Sigarada bulunan protein bağımlılığa neden olur.
- () Aşırı alkol tüketimi siroz hastalığına sebep olur.
- () Alkol ve sigaranın yalnızca kullanan kişiye zararı vardır.
- () Sigara, diş ve diş eti rahatsızlıklarına neden olur.
- () Alkol, geçici bilinç kaybı ve denge bozukluklarına neden olur.
- () Zararlı alışkanlıklardan uzak durmak için spor yapılmalıdır.

● Aşağıdaki cümlelerdeki boşluklara uygun sözcükleri yazınız. Yazdığınız sözcüklerin üzerindeki harfleri soru numarasının olduğu şifre kutusuna yazıp şifreyi bulunuz.

A	S	R	M
kansere	alkollü	pasif içici	karaciğer
Ç	I	E	G
Alo 171	nikotin	beynin	akciğerdir

- _____ araç kullanmak tehlikelidir.
- Sigarada bulunan _____ maddesi zehirdir.
- Sigara kullanımından en çok etkilenen organ _____.
- Sigara kullanımı _____ neden olabilir.
- Sigara içmediği hâlde sigara içilen ortamda bulunan kişiye _____ denir.
- Sigara içen kişilere, _____ Sigara Bırakma Danışma Hattı'nı aramalarını tavsiye etmeliyiz.
- Aşırı alkol kullanımı _____ organına zarar verir.
- Alkol, _____ düşünme gücünü zayıflatır.

ŞİFRE:

1	2	3	4	5	6	7	8
					A	i	

● Aşağıdaki kutucuklara bir günlük sağlıklı beslenme listesi hazırlayınız.

Sabah	Öğle	Akşam