

Düztepe İlkokulu 1/F Sınıfı
Sağlıklı Hayat Ünitesi Değerlendirme

1. Aşağıdakilerden hangisini hem yemekten önce hem yemekten sonra yapmamız doğru olur?

A)



B)



C)



2. Aşağıdaki görsellerden hangisi sağlığımızı korumak için yapmamız gerekenlere örnek olamaz?

A)



B)



C)



3. Aşağıdaki çocuklardan hangisinin söylediği dengeli beslenmeye örnek olamaz ?

A)



AYŞE: Ben faydalı olan gıdalardan yeteri kadar yiyorum.

B)



MURAT: İçinde farklı besin maddeleri olan et, süt, sebze gibi çeşitli gıdalar tüketiyorum.

C)



DENİZ: Faydalı olduğu için sadece yumurta ve süt tüketiyorum.

4. Uygur 8 yaşındadır. Yiyecek hazırlarken aşağıdakilerden hangisini kullanması doğru olur?

A)



B)



C)



5. Aşağıdaki cümlelerden hangisi sofrada uyulması gereken görgü kurallarından değildir?

- A) Yemeğe herkesle birlikte başlarım. B) Yemekte sadece babama afiyet olsun derim.
C) Ağızda lokma varken konuşmam.

6.



Yandaki görselde yapılan yanlış davranış aşağıdakilerden hangisinde ifade edilmiştir ?

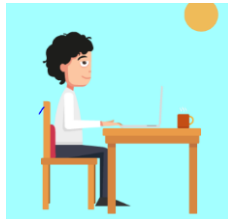
- A) Telefon veya tableti çok seyretmek göz sağlığımızı etkiler.
B) Yüksek sesle müzik dinlemek kulak sağlığımızı olumsuz etkiler.
C) Televizyonu uygun mesafeden seyretmezsek göz sağlığımız olumsuz etkilenir.

7. Aşağıdaki görsellerde verilen davranışlardan hangisi sağlığımızı olumsuz etkiler?

A)



B)



C)



8. Aşağıdaki seçeneklerden hangisinde "**düzenli beslenme**" doğru olarak açıklanmıştır?

- A) Faydalı olan farklı gıdalardan yeteri kadar tüketmek.
B) Öğün atlamadan beslenmek ve öğünlere uygun besinleri tüketmek.
C) Sadece sevdiğimiz yemekleri tüketmek.

9)



= **Şiddet içerikli görsel**

Yandaki uyarı aşağıdaki görsellerden hangisine için uygun olur ?

A)



B)



C)



10) Aşağıdakilerden hangisi hayvansal gıdalardan birisidir ?

A)



B)



C)



CEVAP ANAHTARI

1-A

2-B

3-B

4-C

5-B

6-C

7-A

8-B

9-B

10-C