

4. Sınıf Fen Bilimleri Besinlerimiz Testi Çöz

S:1

“Vücudumuzda yapıcı-onarıcı olarak görev yaparlar. Büyüme, gelişme, yaraların iyileşmesi, vücudun mikroplara karşı iyileşmesi, vücudun mikroplara karşı direnci için gerek vardır.”

Yukarıdaki anlatımda aşağıdaki besin içeriklerinden hangisi anlatılmıştır?

- Proteinler
 - Karbonhidratlar
 - Mineraller
 - Yağlar
-

S:2

Annesi Fatma' ya daima doğal besinler yemesi gerektiğini söylüyor. Buna göre Fatma aşağıdakilerden hangisini yememelidir?

- Yumurta
 - Tereyağı
 - Muz
 - Cips
-

S:3

Aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?

- Sigara ve alkol bağımlılık yapar.
 - Alkol hem sağlığa hem de aile bütçesine zarar verir.
 - Sigara, akciğer kanseri riskini arttırır.
 - Sigara ve alkol sadece karaciğer ve akciğerlere zarar verir.
-

S:4

Ekmek, makarna, unlu besinler, patates, şekerli besinler, tahıllar gibi besin maddelerinde en çok hangi besin içeriği bulunur?

- Karbonhidrat
 - Vitamin
 - Yağ
 - Mineral
-

S:5

Aşağıdakilerden hangisi protein bakımından zengindir?

- kırmızı et
 - bulgur
 - patates
 - pirinç
-

S:6

Annesi Emel' in daima doğal besinler yemesi gerektiğini söylüyor. Buna göre İrem aşağıdakilerden hangisini yememelidir?

- Yumurta
 - Elma
 - Tereyağı
 - Çikolata
-

S:7

Tüm canlıların yaşamlarını sürdürebilmeleri için ilk gereksinimleri nedir?

- Barınma
 - Giyinme
 - Beslenme
 - Seyahat
-

S:8

Aşağıdaki besin içeriklerinden hangisinin en temel görevi vücudumuzun direncini artırmaktır?

- Proteinler
 - Vitaminler
 - Mineraller
 - Karbonhidratlar
-

S:9

Vücudumuzda düzenleyici olarak görev yapan ve hastalıklara karşı bizi koruyan besin grubu hangisidir?

- Mineraller
 - Vitaminler
 - Karbonhidratlar
 - Proteinler
-

S:10

- | | |
|-----------------|------------------|
| a- Pizza | ç- kola |
| b- Kuru fasulye | d- Cips |
| c- Hamburger | e- Pırasa yemeği |

Sağlıklı beslenmek isteyen Ezgi yukardaki besinlerden hangisini tüketmelidir?

- a, c ve d
 - b ve e
 - a, ç ve d
 - b ve a
-

S:11

Sigarada bulunan ve bağımlılık yapan madde hangisidir?

- şeker
 - glikoz
 - nikotin
 - vitamin
-

S:12

Aşağıdakilerden hangisi alkolün zararlarından birisi değildir?

- Alkol, beyni, kasları ve damarları olumsuz etkiler.
- Alkol kullandığımız zaman kendimizi rahatlamış ve mutlu hissederiz.
- Reflekslerin yavaşlamasına neden olur.
- Duygularımızı ve davranışlarımızı kontrol etmekte zorlanırız.