**1. Ayhan futbol oynarken düşüp dizini ve kolunu yaralamıştır. Ayhan’ın yaralarını iyileştirme ve onarmada aşağıdaki besin maddelerinden hangisi etkin rol oynar?**

A) su B) mineraller

C) karbonhidratlar D) proteinler

**2. Aşağıdaki besin maddelerinden hangisi kağıda sürdüğümüzde kağıdı şeffaflaştırır?**
 A) kesme şeker      B) ceviz

 C) yumurta akı      D) ekmek

**3. Sindirilen besinler, aşağıdaki organların hangisinde kana geçer?**A)   Yutak B) yemek borusu       C) Mide                      D) İnce bağırsak

**4. Aşağıdaki yapı ve organlardan hangisinde sindirimi kolaylaştırmak için sıvı salgılanmaz?**

A) ince bağırsak B) mide

C) yutak D) ağız

**5. En çok turunçgiller (portakal, mandalina, limon maydanoz, çilek, domateste bulunan vitamin hangisidir?**

a) A b) B c) C d) D

**6. Vücutta enerji üretmek için ilk önce hangi besin kullanılır?**

A)  Yağ B)  Karbonhidrat

C)   Vitamin D)  Protein

**7. Bir insan öğle yemeğinde aşağıdakilerden hangisini yediğinde dengeli beslenmiş olur?**

A)Nohut yemeği – Pirinç Pilavı – Kola

B)Nohutlu Pilav – Makarna – Baklava

C)Etli Nohut – Pilav – Salata – Meyve

D)Ekmek Arası Sosis – Gofret – Kola

**8. Aşağıdakilerden hangisi hayvansal besindir?**

A) Ekmek B) Mercimek

 C) Peynir D) Makarna

9. **Yediğimiz besinler sindirim için vücutta hangi yolları izlerler?**

A-) ağız – yemek borusu- yutak- mide-ince bağırsak

B-) ağız- yutak- yemek borusu- mide- ince bağırsak

C-) yutak- ağız- yemek borusu- mide- ince

bağırsak

 D-) ağız- yutak- mide- yemek borusu- ince bağırsak

1**0. Diş sağlığı için aşağıdakilerden hangisi yapılmamalıdır?**

A) Günde en az iki kez, iki dakika fırçalamalıyız.

B) Fındık, ceviz gibi sert kabuklu yiyecekleri dişlerimizle kırmalıyız.

C) Yılda en az iki kez diş doktoruna muayene olmalıyız.

D) Taze meyveleri bolca tüketmeliyiz

**11. Yediğimiz besinlerdeki mikroplar hangi organımızda yok edilir?**

A) Mide B) Yutak C) Ağız D) İnce bağırsak

**12. Ecrin’in büyüyüp gelişebilmesi,saç ve tırnakların uzaması ,yaraların iyileşmesi için aşağıdaki besin içeriklerinden hanhisine daha çok ihtiyaç vardır?**

A)Yağ B)Protein C)Karbonhidrat D)Vitamin

13. Aşağıda verilen sindirim bölümlerinden hangilerinin hiçbir şekilde sindirim olayı gözlenmez?

 **A)** İnce bağırsaklar **B)** Yemek borusu **C)** Ağız **D)** Mide

**14.** **Aşağıdakilerden hangisi alkol veya sigara kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan durumlardan birisi değildir?**

A) Trafik kazalarının artması B)Akciğer kanserinin yaygınlaşması

C)Kalp krizi riskinin artması D)Vücut direncinin artması

**15. Pasif sigara içicisi kime denir?**

**A)** Ara sıra sigara içen kişi **B)** Sıklıkla sigara içen kişi

**C)** Sigara içenlerin çevresinde olan kişi **D)** Sigaradan nefret eden kişi

**16.** **Öğle ekmek, patates yemeği, cacık ve pasta yiyen bir öğrenci aşağıda verilenlerden hangisini en fazla oranda almıştır?**

A) Karbonhidrat B) Protein C) Yağ D) Su ve mineral

**17.** **Aşağıdakilerden hangisini yapan kişinin diğer durumlara göre daha fazla karbonhidrata ihtiyacı vardır?**

A) Tenis oynama B) Ödev yapma C) Kitap okuma D) Resim yapma

**18.** **Sigarayla ilgili aşağıdaki bilgilerden hangisi yanlıştır?**

A)Sigaradaki nikotin bağımlılık yapar. B) Sigara içenler güçlükle nefes alır.

C)Sigara dumanından sigara içmeyenler zarar görmez. D) Sigara dişlere zarar verir.

**19.** **Sindirilen besinler, aşağıdaki organların hangisinde kana geçer?**

 A) İnce bağırsak     B) yemek borusu       C) Mide                D) Yutak

**20.** **Aşağıdaki cümlelerde bırakılan boşlukları uygun kelimelerle doldurunuz.**

a)Ağızdan gelen besinlerin mideye iletilmesini…………………………… sağlar.

b)Sindirim ………………… da başlar.

c)…………………………… Kasılıp gevşeme ile yiyecekleri bulamaç haline getirir.

d)Sindirilen besinler kana ……………………. ………………….. da geçer.

e)Et,süt ve yumurta …………………… besinler grubundadır.

**21. Aşağıdaki cümlelerin doğru olanlarının yanına (*D*) ,yanlış olanların yanına (*Y*) koyunuz**.

( ) Balık, süt ve yumurta karbonhidrat yönünden zengin besinlerdir.

( ) Vitaminler vücudumuzda yapıcı- onarıcı olarak görev yapar.

( ) Mide sindirimde görevli yapı ve organlar arasında yer alır.

( ) Köpek dişleri besinleri koparmaya yarar.

( ) Su ve mineraller kalın bağırsaktan kana geçer.

**22. Aşağıda verilen besin çeşitlerini, bu besinlere ait görevleri ile eşleştiriniz.**

1. Düzenleyicidir, yediğimiz her besinde bulunur. ( )Vitaminler

2. Karbonhidratlardan sonra enerji kaynağımızdır. ( )Proteinler

3. Vücudumuza enerji sağlar. ( )Karbonhidratlar 4. Yapıcı ve onarıcıdır ( )Yağlar

5. Düzenleyicidir, sağlıklı olmamızı sağlar. ( )Su ve Mineraller

**23. Aşağıda verilen vitaminleri görevleriyle eşleştiriniz.**

**Vitaminler** **Besinler**

K vitamini ( ) Vücut direncini arttırır.

E vitamini ( ) Kanın pıhtılaşmasını sağlar.

D vitamini ( ) Sinir sistemini kuvvetlendirir.

C vitamini ( ) Gözü kuvvetlendirir.

A vitamini ( ) Diş ve kemik yapılarını kuvvetlendirir

**24. Vitamin, mineral ve suyun emilimi hangi organda yapılır**? A)karaciğer B)kalın bağırsak C)ince bağırsak D)mide

**25. Verilen eşleştirmelerden hangisi yanlıştır?**

 **Besin grubu** **Görevi**

A) Yağ enerji verir

B) Mineral düzenleme yapar

C) Protein yapıcı-onarıcıdır

D) Karbonhidrat düzenleyicidir

**26.Aşağıdakilerden hangisi diş sağlığımızı olumsuz etkiler?**

A)  Şekerli yiyecekleri fazla tüketmek

B)  Fındık, ceviz gibi sert kabuklu yiyecekleri dişimizle kırmamak

 C)  Her yemekten sonra dişleri fırçalamak

D)  Düzenli diş doktoruna gitmek

**27. Aşağıdaki eşleştirmelerden hangisi yanlıştır**

**A.** Süt- D vitamini

**B**. Limon –C vitamini

**C.** Karaciğer - A vitamini

**D.** Portakal -B vitamini

**28.** I-Üzerinde yazan “son kullanma” tarihine bakmak

II-İçindekiler bölümünden katkı maddelerine bakmak

III-Kokusuna bakmak

Besin maddelerini tüketirken yukarıdakilerden hangisine ya da hangilerine **dikkat etmek gerekir?**

A)yalnız I B)yalnız II

C)yalnız III D)I ve II

**29.** I-Ürünlerin son kullanma tarihlerine bakmak.

 II-Paketi yırtılmış ürünleri ucuza almak. III-Paketlenmiş ürünler üzerinde Tarım ve Köyişleri Bakanlığı’nın iznine bakmak.

**Yukarıdaki davranışlardan hangisi veya hangilerinin alışveriş sırasında yapılması uygundur?**

A)I ve II B)I ve III

C)II ve III D)I,II ve III

**30.** Ahmet: Doktor Amca, kardeşim sağlıklı olduğu halde neden benim gibi, salata ve meyveleri ısırıp çiğneyemiyor?

Diş Doktoru: O, bebek olduğu için sadece süt içebiliyor, çünkü........... .

 **Aşağıdakilerden hangisi diş doktorunun cümlesinin devamı olabilir? (PYBS2011)**

A. besinleri fazla tüketmek sağlığa zararlıdır.

B.diğer besinleri sevmiyor

C.dişleri henüz gelişmemiş

D.diş fırçalamayı bilmiyor

**31.** Öğretmen Fen ve Teknoloji dersinde öğrencilerden sağlığa zararlı maddelerle ilgili bir afiş hazırlayıp altına da bununla ilgili bir slogan yazmalarını istemiştir.

Buna göre; afişin altına aşağıdakilerden hangisini yazması **daha uygun** olur?

**A)**Sigara ormanları yok eder.

**B)**Sigara sıkıntıları yok eder.

**C)**Sigara trafik kazalarına sebep olur.

**D)**Sigara tüketen kendini tüketir.

**32.Sindirim …………….. başlar ve ……………. Sona erer. Cümlede bırakılan boşluklara hangi kavramlar gelmelidir?**

**A)**yutakta, kalın bağırsakta

**B)**ağızda, ince bağırsakta

**C)**ağızda, kalın bağırsakta

**D)**dişlerde, midede

**33.** **“**Ben diyet yapıyorum(dengeli beslenme)” **diyen bir kişi aşağıdaki verilenlerden hangisini yapmaktadır**?

A) Her çeşit besinden yeterince tüketmektedir.

B) Kesinlikle zayıflamaya çalışmaktadır.

C) Et,süt,yumurta ve bal ile beslenmektedir.

D) Bol vitaminli yiyeceklerle beslenmektedir.

**34.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Sorular** | **Besin maddeleri** |
| ▲ | ■ | ● |
| Nitrik asitle sarı renk veriyor mu**?** | Hayır  | Evet  | Hayır  |
| Beyaz kâğıdı şeffaflaştırıyor mu**?** | Hayır  | Hayır  | Evet  |
| Tentürdiyotla mavi renk veriyor mu**?** | Evet  | Hayır  | Hayır  |

**Buna göre hangi seçenekte verilen maddeler Bilge’nin deneyinde kullandığı besinler olabilir?**

 ▲ ■ ●

**A.**patates zeytin bisküvi

**B.**yumurta ceviz bisküvi

**C.**yumurta ekmek zeytin

**D.**ekmek yumurta ceviz

**35.** 

**36. Ağzın ön tarafında bulunan, besinleri kesmeye ve koparmaya yarayan diş çeşidi hangisidir?**

**A)**Azı dişler **B)**Kesici dişler

**C)**Köpek dişi **D)**Kedi dişi

**37. Şekil ve yapı bakımından farklı olan dişleri görevleriyle eşleştiriniz.**



**38. Aşağıdakilerden hangisi *geleneksel* besin saklama yöntemi değildir?**

**A)** Kurutmak **B)** Tuzlamak

**C)** Havasını almak **D)** Konserve yapmak

**39. Aşağıdakilerden hangisi bitkisel besinlerdendir ?**

A) tereyağı B) yumurta

C) elma D) süt

**40. Paketlenmiş besinleri alırken aşağıdakilerden hangisine dikkat etmeliyiz?**

**A)** Markası **B)** Tadı

**C)** Son kullanma tarihi **D)** Rengi

**41.** ****

**42.** ****

**43.** ****