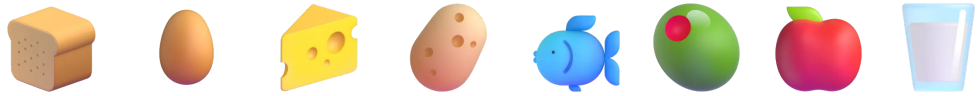
Besinlerin İçerikleri

Öğrenme çıktısı: FB.4.2.1

Adım Soyadım: _____ **Tarih:** _____

1 Besinleri en çok içerdikleri besin öğesine göre ayır.

Öğretmene: Karbonhidratlar enerji verir, proteinler büyümeyi sağlar, yağlar enerji depolar, vitamin ve mineraller vücudu korur. Su yaşam için gereklidir.



ekmek yumurta peynir patates balık zeytin elma süt

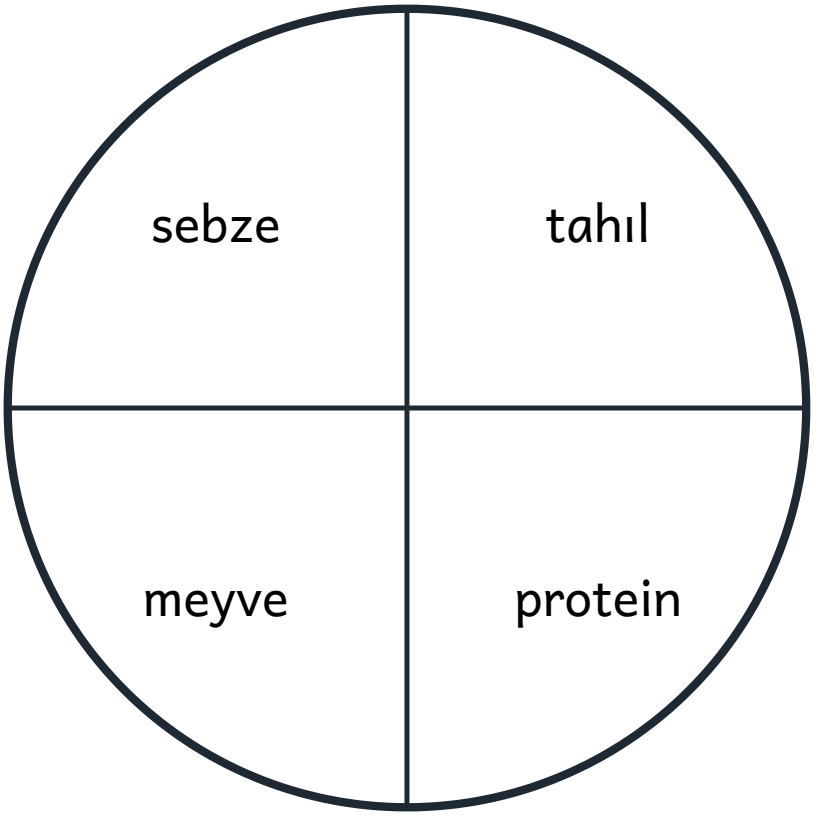
Karbonhidrat	Protein	Yağ	Vitamin

2 Yağ testi deneyi yap ve kaydet.

Öğretmene: Deneyden önce güvenlik kurallarını hatırlatın. Tahminler deneyden önce yazılmalı; değişkenleri (değiştirdiğimiz, ölçtüğümüz, aynı tuttuğumuz) konuşun.

Bölüm	Notlarım
Soru: Hangi besinler yağ içerir?	
Yöntem: Besinleri kâğıt peçeteye sür, 10 dakika bekle.	
Tahminim	
Gözlem: Hangi peçetelerde yağ lekesi kaldı?	
Sonuç	

3 **Dengeli bir öğle yemeği tabağı tasarla. Her bölüme uygun besinler çiz.**



4 **Neden dengeli beslenmeliyiz?**

1.

.....

.....

Harika! Bu kâğıdı tamamladın.