

3. Etkinlik : Besin İçerikleri

- Derya, besin içeriklerinin vücudumuzdaki görevlerini ve bulunduğu besinleri belirten aşağıdaki tabloyu hazırlamıştır. Ancak, tabloda bazı bölümleri eksik bırakmıştır. Gelin, tablodaki eksik kısımları tamamlayarak Derya'ya yardımcı olalım.

Besin İçeriği	Vücudumuzdaki Görevi	Bulunduğu Besinler
Karbonhidrat	Karbonhidratlar vücudumuzunenerji..... kaynağıdır.	Makarna ekmek patates.....
Protein	Vücudumuzda yapıcı ve onarıcı olarak görev yapar.	peynir yumurta et.....
Yağ	Karbonhidratlardan aldığımız enerji yetersiz kaldığında, gereksinim duyduğumuz enerjiyi sağlayan besin içeriğidir.	zeytin fıstık.....
Vitamin	Vücudumuzu hastalıklardan korur ve vücudumuzda olarak görev yapar. düzenleyici	portakal elma biber.....
Su ve Mineraller	Vücudumuzda düzenleyici olarak görev yapar.	Bütün besinler

- Aşağıya vücudumuzun besin içeriklerini, nasıl kullanabilecek hâle getirdiğini açıklayan bir hikâye yazalım.

Yediğimiz besinler sindirim sisteminde küçük parçalara ayrılır. Değişik işlemlerden geçen bu parçalar kana geçebilecek hâle getirilir. Bu işlemler sırasında vücudumuz tarafından salgılanan çeşitli sıvılar kullanılır. Daha sonra besinler kana geçer ve kanla vücudumuzun her yerine taşındığını anlatan hikâyeler kabul edilir.



