

فعالیت کلاسی ۲



۱ کدام یک برای دندان‌ها مفید و کدام یک مضر است؟ دور مفیدها خط سبز و دور مضرها خط قرمز بکش.



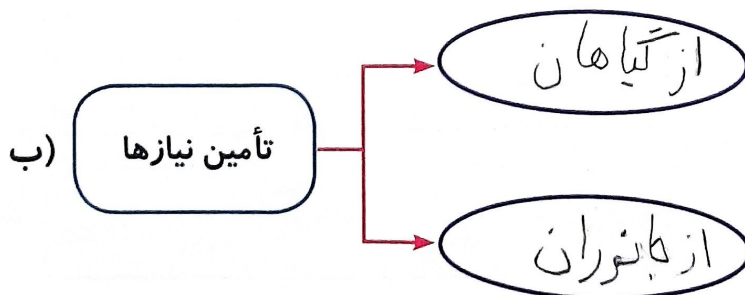
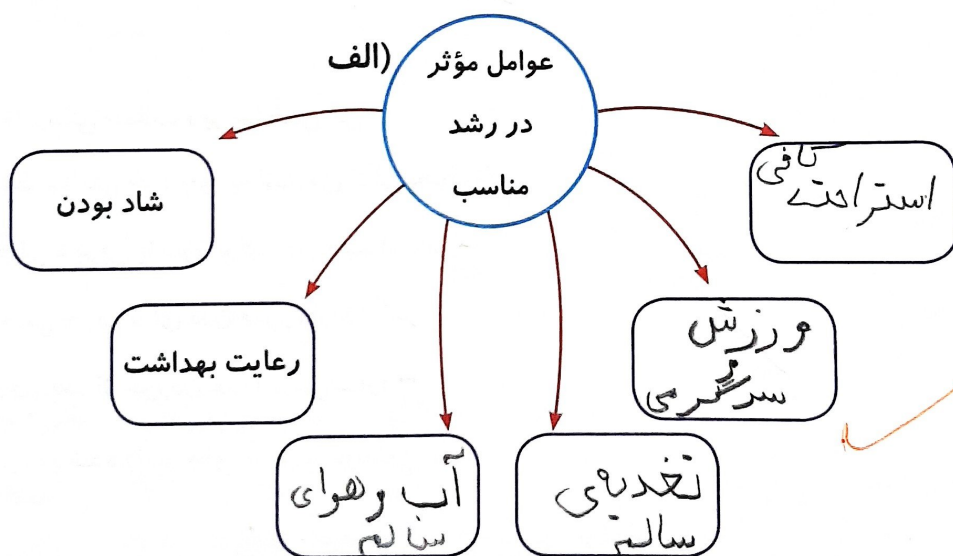
۲ گزینه‌ی مناسب را از بین کلمات داخل کمانک انتخاب کن و در جای خالی بنویس.

الف: مصرف بی‌بسیار باعث محکم شدن دندان‌ها می‌شود. (پفک - شکر)

ب: یکی از عواملی که باعث رشد مناسب است و (ورزش کردن - پر خوری)

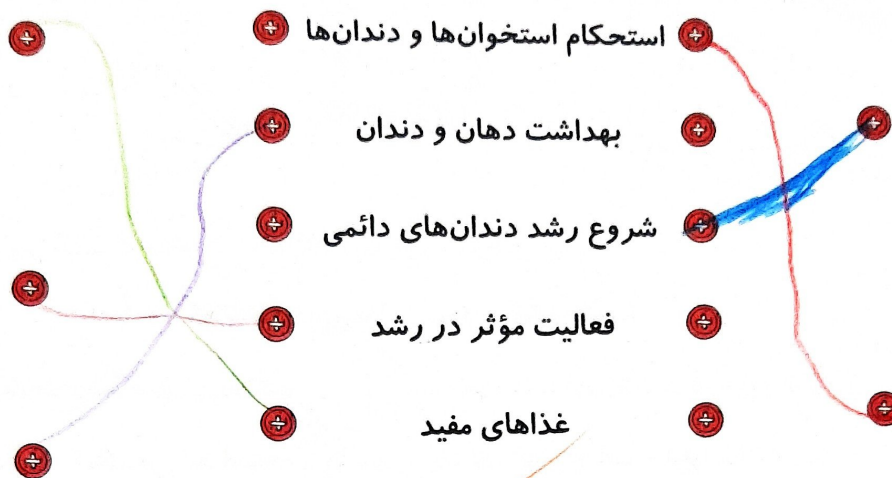
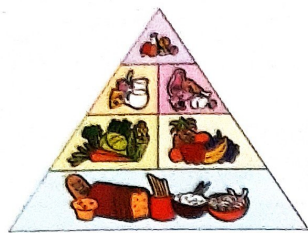
پ: خوردن کمک می‌کند استخوان‌ها محکم باشند. (سبزیجات - لبنیات)

۳ با کمک نقشه‌ی مفهومی کامل کن.



تمرین

۱ هر تصویر را به جمله‌ی مرتبط با آن وصل کن.



(۶ سالگی)

۲ درستی و یا نادرستی جملات زیر مشخص کن.

الف: برای حفظ سلامتی خود باید به اندازه‌ی کافی بخوابیم. ✓

ب: غذاهای خیلی شیرین یا شور برای بدن مفید است. ✗

پ: غذاهای خیلی چرب برای بدن ضرر دارند. ✓

ت: مسواک زدن بعد از خوردن غذا اهمیتی ندارد. ✗

۳ خوراکی‌های داده شده را در جای مناسب خود قرار بده.

کلمه - چیپس - تخم مرغ - سبزی - نوشابه - میوه

الف: خوراکی‌های مفید
نان - تخم مرغ - سبزی - میوه

ب: خوراکی‌های غیر مفید
چیپس - نوشابه

ب: خوراکی‌های غیر مفید

علوی

۴ چه عواملی می‌تواند در رشد خوب شما مؤثر باشد؟ (۳ مورد)

استراحت کافی - ورزش و بازی - تغذیه سالم

۵ برای داشتن دهان و دندان‌هایی سالم چه کارهایی باید کرد؟ (۲ مورد)

شوراک‌های شیرین نخوریم - مسدود آب بزنیم

۶ با انتخاب گزینه‌ی مناسب به پرسش داده شده پاسخ بده.

کدام گزینه جزء عوامل مؤثر در رشد مناسب است؟

(۱) بازی‌های کامپیوتری (۲) زیاد خوابیدن (۳) ورزش کردن (۴) مهمانی رفتن

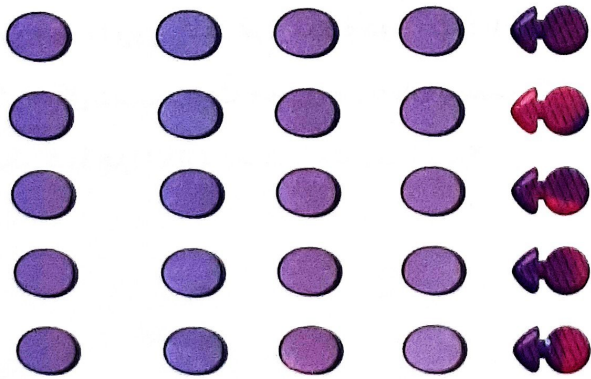
۷ خوردن کدام دسته از غذاهای زیر برای رشد استخوان‌ها مفید است؟ (دور آن‌ها خط بکش)



۱، ۲، ۳، ۴

خودارزیابی

خیلی خوب خوب قابل قبول نیاز به تلاش



با مراحل رشد انسان‌ها آشنایی دارم.

عوامل مؤثر در رشد مناسب را می‌شناسم.

دسته‌بندی خوراکی‌ها را می‌شناسم.

نحوه‌ی حفاظت از دهان و دندانم را می‌دانم.

خوراکی‌های مفید و غیر مفید را نام می‌برم.