

اقرأ واكمل.

Read and complete:

mixes - gastric juice - teeth - nutrients - eat

When we eat

We use our digestive system to digest what we 1 eat

We put food in our mouths. We chew food with our

2

Then the food goes down the esophagus. It arrives in the stomach. In the stomach, the food 3 with the gastric juice.

The 4 changes the food into a simpler form to get energy and 5 We need the energy and nutrients in our body.



How can we have a healthy digestive system? Check the healthy things:

كيف يمكن أن تتمتع بجهاز هضمي صحي؟ ضع علامة ✓ على الأشياء الصحية.

لاحظ!

إن ممارسة الرياضة (مثل المشي) والاكل الصحي وشرب الماء يساعد الجهاز الهضمي ولكن قلة التمارين والطعام غير الصحي كالآيس كريم يضر الجهاز الهضمي.

a.


☐

b.


☐

c.


☐

d.


☐

e.


☐

Help your child learn how to have a healthy digestive system.

ساعد طفلك أن يتعلم كيف يتمتع بجهاز هضمي صحي.