

3-р ангийн хүн ба орчин “Амьд биеийн хоол хүнс” сэдвийн даалгавар

1. Зөв харгалзуулаарай.

- | | |
|---------|--------------------|
| А.Өндөг | 1.илчлэгтэй хүнс |
| Б.Будаа | 2.амин дэмтэй хүнс |
| В.Жимс | 3. өсөлтийн хүнс |

2. Хүн өдөрт хэдэн удаа хооллох хэрэгтэй вэ?

- А. 3 Б. 4 В. 5

3. Хүний эрүүл мэндэд ач тустай хоол хүнсний хэсэг аль нь вэ?

- А. Жимс, кофе, сүү, хүнсний ногоо
Б. Жимс, сүү, шоколад, хүнсний ногоо
В. Жимс, сүү, өндөг, хүнсний ногоо

4. Зөв харгалзуулаарай.

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Дунд хэмжээгээр хэрэглэх хүнс | А. хүнсний ногоо, жимс, цагаан идээ |
| 2. Бага хэмжээгээр хэрэглэх хүнс | Б. будаа, талх, гоймон |
| 3. Их хэмжээгээр хэрэглэх хүнс | В. өөх, тос, давс, сахар |

5. Зөв харгалзуулаарай.

- | | |
|--------------|---------------------------|
| 1. Араа шүд | А. Чоно (махан идэштэн) |
| 2. Соёо шүд | Б. Морь (өвсөн тэжээлтэн) |
| 3. үүдэн шүд | В. Туулай (мэрэгч) |

6. Хооллоход аль нь биед сайн бэ?

- А. Нэг төрлийн хоол хүнс байнга хэрэглэх
Б. Олон төрлийн хүнс хэрэглэх

7. Зөв харгалзуулаарай.

- | | |
|----------|----------------------|
| 1.Талх | 1. амьтны гаралтай |
| 2.Алим | 2. цагаан идээ |
| 3.Ааруул | 3. ургамлын гаралтай |
| 4. Мах | 4. үр тариа |

8. Хүн амьдралдаа удаа шүдэлдэг. Хамгийн анхны шүдсартайдаа ургаж настайдаа нийт шүдтэй болдог. Үүнийг гэнэ.

9. Хоол хүнсийг бутлахад шүд ямар үүрэгтэй болохыг нөхөж бичээрэй.

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 1. Үүдэн шүд үүрэгтэй | А. Жижиглэж бутлах |
| 2. Соёо шүд үүрэгтэй | Б. Таслах |
| 3. Араа шүд үүрэгтэй | В. Хазах, зуух |

10. Идэх аргын хувьд аль нь зөв бэ?

1. Сайн зажилж удаан идэх
2. Бага зэрэг зажилж хурдан идэх

Даалгавар боловсруулсан 14-р сургууль багш Б.Түмэндэмбэрэл

