

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 3with the
 gastric juice.

The 4 changes the food into a simpler form
 to get energy and 5We 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.

لا حظ!

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