

Φύλλο Εργασίας

Όνομα

Οι συμβουλές του μικρού λύκου

Κυκλώνω την απάντηση ΝΑΙ ή ΟΧΙ:



1. Για να μεγαλώσω, πρέπει να τρώω. ΝΑΙ ΟΧΙ
2. Το σώμα μου χρειάζεται ενέργεια. ΝΑΙ ΟΧΙ
3. Σωστό είναι να τρώω ακόμη και όταν δεν πεινάω. ΝΑΙ ΟΧΙ
4. Όταν τρώω σωστά, το μυαλό μου λειτουργεί καλύτερα. ΝΑΙ ΟΧΙ
5. Το στομάχι μου πονάει, όταν τρώω συνεχώς και δε χωνεύω τις τροφές.
ΝΑΙ ΟΧΙ
6. Το βράδυ τρώω κανονικά ό,τι έφαγα το μεσημέρι. ΝΑΙ ΟΧΙ
7. Μπορώ να τρώω και συγχρόνως να παίζω. ΝΑΙ ΟΧΙ
8. Όταν τρώω, κάθομαι σε μια καρέκλα. ΝΑΙ ΟΧΙ
9. Πρέπει να μασάω καλά την τροφή μου. ΝΑΙ ΟΧΙ
10. Οι αθλητές πρέπει να τρώνε περισσότερο. ΝΑΙ ΟΧΙ
11. Το σώμα μου δεν ξοδεύει ενέργεια, όταν κοιμάμαι. ΝΑΙ ΟΧΙ
12. Όταν κάνει ζέστη, πρέπει να τρώω περισσότερο. ΝΑΙ ΟΧΙ
13. Οι βιταμίνες υπάρχουν στα φρούτα και τα λαχανικά. ΝΑΙ ΟΧΙ
14. Χρειάζομαι τις πρωτεΐνες, για να αναπτυχθούν τα κόκαλα και οι μύες μου. ΝΑΙ ΟΧΙ
15. Μπορώ να τρώω συνεχώς τροφές με πολλά λιπαρά. ΝΑΙ ΟΧΙ
16. Μπορώ να τρώω συγχρόνως με το φαγητό μου και ένα γλυκό.

ΝΑΙ ΟΧΙ

17. Οι «βαριές» τροφές κάνουν κακό στο στομάχι μου. ΝΑΙ ΟΧΙ
18. Σωστό είναι να τρώω όλα τα φαγητά. ΝΑΙ ΟΧΙ
19. Μπορώ να τρώω κάθε μέρα το αγαπημένο μου φαγητό. ΝΑΙ ΟΧΙ
20. Για να είμαι υγιής, πρέπει να τρώω σωστά. ΝΑΙ ΟΧΙ

