

1. Beslenme alışkanlığı nasıldır?

Tolga yararlı yemekleri sevmemekte, hiç yememekte veya çok az yemektedir. Makarna gibi gıdaları sevmektedir.

2. Ispanağı beğenmeyen Tolga'ya annesi neler söylemiştir?

Ispanağın çok faydalı olduğunu, içinde vitaminler ve bolca demir olduğunu, her gün makarna yenmeyeceğini, hep aynı şeyleri yemek istediğini, böyle sağlıklı beslenemeyeceğini, söylemiş.

3. Proje görevi Tolga'nın yemek hakkındaki fikirlerini nasıl etkilemiştir?

Proje görevi Tolga'nın hiç tatmadığı yemekleri tatmasını ve hiçbir yemeğe ön yargısının kalmamasını sağlamış.

4. Tolga'nın sevmediği yemekleri yememek için annesine "Doydum." demesi onun kişiliği ve annesiyle olan ilişkisi hakkında ne tür ipuçları vermektedir?

Annesi ve Tolga, birbirlerini üzmemek isteyen kişilerdir. Tolga, annesini üzmemek için "Doydum." demiş olsa da doymadığı hâlde bunu söylemesi bir yalandır.

5. Tolga'nın sevdiği yemekler olmayınca "Sofrada hiçbir şey yok." demesini nasıl değerlendiriyorsunuz?

Tolga'nın bu cümlesi, beklentilerin karşılanmadığı bir durumda duygu durumunu ifade etme biçimidir ve hem bir duygusal tepki hem de çocukça bir abartma olarak değerlendirilebilir. Tolga için o an, sevdiği yemeklerin olmaması, sofradaki her şeyin değersizleşmesine neden olmuş olabilir. Sonuç olarak, Tolga'nın bu cümlesi, beklentilerin karşılanmadığı bir durumda duygu durumunu ifade etme biçimidir ve hem bir duygusal tepki hem de çocukça bir abartma olarak değerlendirilebilir.

6. Yeme alışkanlıklarınızı Tolga'nın yemek alışkanlıklarıyla karşılaştırdığınızda neler söylersiniz?

Ben evde yapılan hemen her yemeği severek yerim. Sadece bamya gibi yemekleri yemiyorum. Çok sevmediğim hâlde sadece sağlığa olan yararlarından dolayı yediğim yemekler de olabiliyor.

2.

ETKİNLİK

Okuduğunuz metni inceleyip metindeki Tolga ve annesinin beslenme konusundaki bakış açılarını inceleyiniz.

Annesinin Bakış Açısı

1. **Sağlık Odaklılık:** Tolga'nın annesi, sağlıklı beslenmenin önemini vurgular. O, besinlerin vitaminler, mineraller ve diğer besleyici öğeler açısından zengin olmasını önemser.

2. **Koruyuculuk:** Annesi, Tolga'nın sağlıklı büyümesi ve gelişmesi için gerekli besinleri tüketmesini ister. Bu onun koruyucu

Tolga'nın Bakış Açısı

1. **Lezzet Odaklılık:** Tolga, daha çok sevdiği yiyecekleri yemeyi tercih eder. Onun için yemeklerin lezzeti ve yemekten zevk almak daha önemlidir.

2. **Direnç Gösterme:** Tolga, annesinin sürekli sağlıklı yemekleri dayatmasından rahatsızlık duyar ve buna karşı direnç gösterir.

İncelediğiniz bakış açılarından birini seçerek konuyu onun bakış açısıyla ifade ediniz.

Annenin bakış açısı:

Benim için en önemli şey, Tolga'nın sağlıklı bir şekilde büyümesi ve gelişmesidir. Bu yüzden sofrada bulunan her bir yemeğin onun için besleyici ve sağlıklı olmasına dikkat ediyorum. Yiyeceklerin vitaminler, mineraller ve diğer besleyici öğeler açısından zengin olması gerektiğini düşünüyorum. Çünkü sağlıklı beslenme, onun hem fiziksel hem de zihinsel sağlığını doğrudan etkiler.

Tolga'nın sağlıklı bir şekilde büyüebilmesi için doğru besinleri tüketmesi gerekiyor. Bu, benim ona karşı koruyucu ve destekleyici bir tutum sergilememi sağlıyor. Ona, hangi yiyeceklerin vücudu için faydalı olduğunu, hangi gıdaların daha fazla enerji vereceğini açıklamaya çalışıyorum. Amacım, ona sadece bir yemek listesi sunmak değil, sağlıklı alışkanlıklar kazandırmak.

Bu konuda ona rehberlik etmek, onu eğitmek ve sağlıklı beslenme konusunda bilinçli hale getirmek benim görevim. Kendi alışkanlıklarımı örnek alarak, onun da sağlıklı seçimler yapmasını sağlamak istiyorum. Çünkü sağlıklı bir yaşam, çocuklukta edinilen doğru alışkanlıklarla başlar ve bu alışkanlıkların hayat boyu devam etmesini isterim.