



LATIH MINDA

Arahan: Tulis jawapan yang betul pada tempat kosong yang sesuai tentang nutrien yang terdapat pada jenis makanan dalam nasi lemak.

Pilihan
jawapan:

• Lemak

• Protein

• Vitamin

• Karbohidrat

Nasi:
_____Kacang:
_____Telur:
_____Ikan bilis:
_____Santan:
_____Timun:



LATIH MINDA

Arahan: Klik dan heret jenis sukan yang selamat pada gambar yang sesuai.

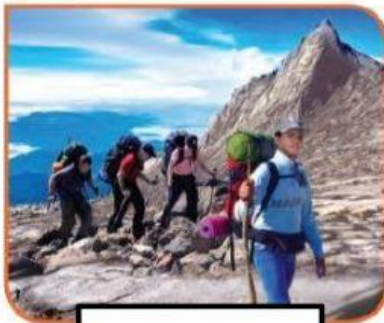
Berenang

Bermain bola
sepak

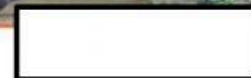
Berkebun

Berkhemah

Mendaki gunung



**Aktiviti
Riadah yang
Sihat**



NILAI MURNI

- Kebebasan
- Kebersihan fizikal dan mental