

## PENDIDIKAN JASMANI DAN KESIHATAN

### "SARAPAN PAGI SIHAT"

BELAJAR MELALUI VIDEO INI:



## PENDIDIKAN JASMANI DAN KESIHATAN

### LATIHAN KEFAHAMAN

Sila pilih makanan mengikut fungsi yang betul.



Roti

Yang manakah  
makanan yang  
memberi tenaga?

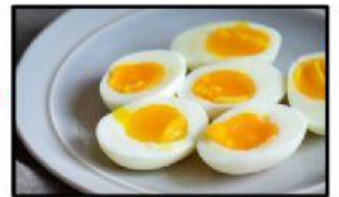


Keropok



Coklat

Makanan yang  
membantu  
tumbesaran ialah:



Telur



Buah dan sayuran

Kita perlu makan  
\_\_\_\_\_ untuk  
badan lebih sihat.



Gula-gula



Air bikarbonat

Apakah minuman yang  
membantu kekuatan  
tulang?



Susu

Tahniah anda telah selesai menjawab.  
Sila tekan "Finish"