

Nama:

Kelas:

Hari:

Tarikh:

Pendidikan Sahsiah

1.1.4 Mengamalkan cara hidup sihat melalui kecergasan fizikal

Arahan: Suaikan gambar dengan jawapan yang betul.



**PEMAKANAN
SEIMBANG**



**PENJAGAAN
BADAN**



**TIDUR YANG
CUKUP**