Nama: ..... Kelas: ..... Tarikh: .....

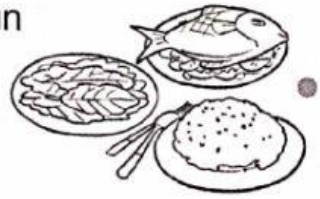
UNIT 12: Amalan Pemakanan Sihat

Buku Teks: m.s. 89 – 92

PBD ELAK BERLEBIHAN

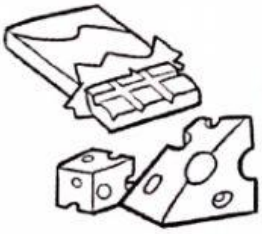
Padankan amalan pengambilan yang berikut dengan akibatnya. SP8.1.2, 8.1.3

1. Pengambilan makanan yang seimbang.



2. Pengambilan gula yang berlebihan.

3. Kerap mengambil makanan yang berlemak.



4. Pengambilan makanan segera yang kerap.

5. Pengambilan makanan yang masin secara berlebihan.

6. Gemar mengambil makanan ringan setiap hari.

- Penyakit jantung
- Tenaga
- Kurang berat badan
- Obesiti
- Diabetes
- Darah tinggi

TP

Scanned with CamScanner
LIVEWORKSHEETS