



## 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.

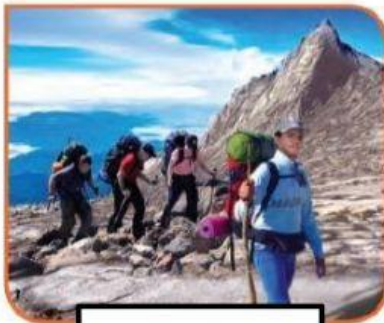
Berenang

Bermain bola  
sepak

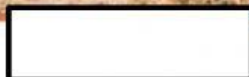
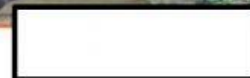
Berkebun

Berkhemah

Mendaki gunung



**Aktiviti  
Riadah yang  
Sihat**



### NILAI MURNI

- Kebebasan
- Kebersihan fizikal dan mental