

**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?

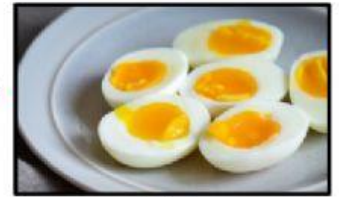


Keropok



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"