

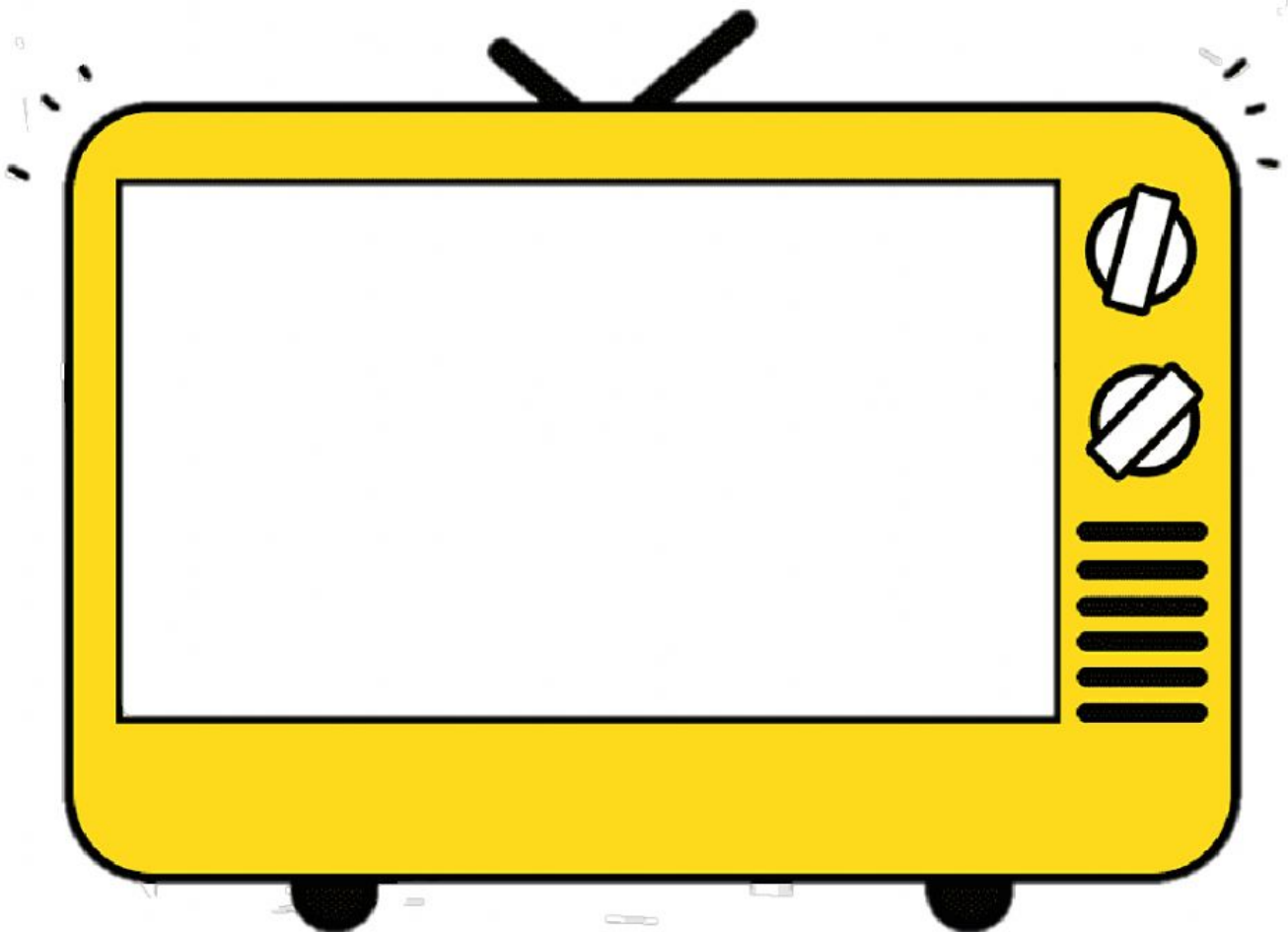


Hari :

Tarikh :

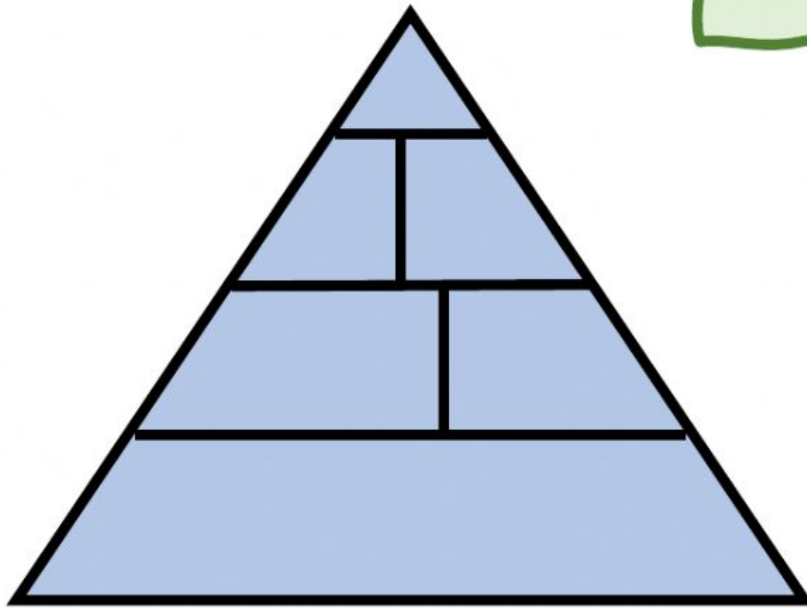
Nama :

Tonton Video di bawah. Kemudian Jawab semua soalan yang diberikan.



Letakkan Vitamin di aras yang betul.

VITAMIN



Tandakan:

Ya

Pada makanan yang mengandungi Vitamin

Tidak

Pada Makanan Yang Tidak Mengandungi Vitamin



Pilih Jawapan Yang Betul

1. Apakah **kebaikan** vitamin?
 - A. Membekalkan tenaga
 - B. Menyihatkan badan

2. Apakah kesan **kekurangan** vitamin?
 - A. Selalu demam
 - B. Selalu letih

3. Sayur dan buah merupakan makanan yang perlu diambil dengan banyak / sedikit pada setiap hari.

4. Vitamin _____ boleh membantu meningkatkan imuniti badan.
 - A. Vitamin B
 - B. Vitamin C

5. Vitamin A boleh membantu menyihatkan _____.
 - A. jantung
 - B. mata

