SK SUNGAI BATU

Pendidikan Kesihatan Tahun 4

Makanan Yang Berkhasiat Dan Tidak Berkhasiat Untuk Kesihatan

By: cikgu athirah

Arahan :

Berdasarkan gambar-gambar yang diberikan,senaraikan makanan yang berkhasiat dan tidak berkhasiat untuk kesihatan.

			
Susu	Ais Krim	Telur	Nasi Goreng
			
Burger	Buah-buahan	Nasi Lemak	Gula-gula
			
Makanan ringan	Bubur Nasi	Sandwich	Mee Segera

MAKANAN BERKHASIAT	MAKANAN TIDAK BERKHASIAT
1._____	1._____
2._____	2._____
3._____	3._____
4._____	4._____
5._____	5._____
6._____	6._____

LIVEWORKSHEETS

UNIT 12 : PEMAKANAN SIHAT

Asas kumpulan makanan.

Lengkapkan piramid makanan di bawah dengan maklumat yang diberi.



Protien	Karbohidrat
Lemak, minyak, gula dan garam	Vitamin dan mineral
Membantu dalam proses tumbesaran seseorang	Membantu dalam penghadaman, perjalanan fungsi organ yang sempurna dan meningkatkan ketahanan badan
Memberikan tenaga	Membekalkan badan dengan tenaga dan juga sebagai penebat haba

LIVEWORKSHEETS