

5.1.2	Aspek Tata Bahasa	Memahami dan menggunakan kata adjektif warna, bentuk, perasaan dan waktu dengan betul mengikut konteks.
-------	-------------------	---

Petikan di bawah dengan telitinya, kelaskan kata adjektif yang tebal.

Gaya hidup masyarakat kini semakin berubah. Ibu yang bekerjaya kebanyakannya perlu **segera** ke tempat kerja dan pastinya tidak mempunyai masa untuk menyediakan makanan di rumah. Akibatnya anak-anak akan terbiasa untuk mengambil makanan segera atau makanan ringan yang diketahui kurang berkhasiat. Makanan ringan **mudah** diperoleh kerana banyak dijual di kedai-kedai. Antara contoh makanan ringan termasuklah gula-gula, kerepek, donut dan aiskrim.

Makanan ringan tidak **baik** untuk kanak-kanak kerana dapat menjejaskan kesihatan mereka. Secara purata seseorang itu memerlukan tidak lebih daripada lima gram atau satu sudu teh garam sehari. Jumlah tersebut terdapat dalam makanan secara semula jadi. Apabila kanak-kanak makan beberapa bungkus makanan ringan sehari, jumlah garam yang diambil sudah lebih daripada yang diperlukan badan mereka. Pengambilan terlalu **kerap** dan banyak makanan yang **masin** dapat meningkatkan aliran dan tekanan darah.

Kandungan gula dalam makanan ringan adalah **tinggi**. Hal ini demikian kerana gula dapat menghasilkan tekstur dalam makanan, memberikan perisa dan melanjutkan jangka hayat makanan. Kanak-kanak yang makan terlalu banyak makanan bergula akan cenderung **kurang** makan makanan berkhasiat. Pengambilan terlalu banyak makanan bergula menyebabkan pankreas terpaksa menanggung beban kerja yang berlebihan terutamanya jika makanan itu diambil **lewat** malam. Organ yang dipaksa bekerja secara berlebihan akan menjadi **lemah** dan gagal berfungsi dengan **sempurna**. Lama-kelamaan kanak-kanak itu akan sakit.

Kanak-kanak yang makan makanan ringan tidak akan kenyang. Makanan ringan yang mengandungi lemak yang tinggi tidak menghilangkan rasa lapar. Lemak dapat meningkatkan paras insulin. Insulin yang berlebihan akan menggerakkan lemak **jauh** ke dalam sel, menghalang lemak dibebaskan daripada sel dan mengakibatkan seseorang itu berasa sangat lapar. Kanak-kanak akan tetap berasa perut mereka kosong dan perlu lebih banyak makanan supaya kenyang. Keadaan ini menyebabkan kanak-kanak obesiti.

Makanan ringan membawa pelbagai kesan negatif kepada kanak-kanak. Ibu bapa perlulah mendidik anak-anak supaya sentiasa mengambil makanan berkhasiat demi memastikan anak-anak kekal sihat dan mendapat khasiat makanan yang secukupnya untuk pembesaran mereka.

KATA ADJEKTIF	Waktu	1	
		2	
	Cara	1	
		2	
	Ukuran	1	
		2	
	Sifat/ Keadaan	1	
		2	
		3	
	Pancaindra	1	
	Jarak	1	