PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 2

Pilih kepentingan postur yang betul, rehat dan tidur yang mencukupi untuk pertumbuhan serta perkembangan fizikal yang sihat.

Dapat merehatkan fizikal dan mental	Hidup lebih cergas	Membaiki sel-sel rosak
Mengelakkan kecederaan	Badan lebih sihat	Tumbesaran sempurna
Melancarkan proses penghadaman	Meningkatkan keupayaan belajar	

LIVEWORKSHEETS