

PENDIDIKAN JASMANI DAN PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 2

A. Tandakan makanan yang sihat.

			
			
			

B. Pilih jawapan yang tepat.

sesak	berkongsi	menggosok	tangan
-------	-----------	-----------	--------

1. Basuh _____ sebelum dan selepas menyentuh mata.
2. Jangan _____ tuaia.
3. Elakkan _____ mata dengan tangan yang kotor.
4. Elakkan berada di tempat _____.

C. Tandakan (/) pada kenyataan pengaruh yang baik dalam pengambilan makanan dan minuman.

1. Membeli makanan berlebihan.
2. Membeli makanan yang mempunyai label Halal.
3. Membeli makanan ringan.
4. Makan mengikut keperluan.
5. Minum minuman berkarbonat.
6. Membeli makanan yang sudah tamat tempoh.
7. Menyemak atau memerhati kebersihan kedai sebelum membeli makanan.
8. Mulakan dengan membaca doa sebelum makan.
9. Membasuh tangan sebelum makan.
10. Mendengar nasihat ibu bapa dan guru mengenai makanan yang sesuai.