Tahun 4

Kebaikan Menjaga Kesihatan

Nama: _____ Tarikh: _____

Arahan: Lengkapkan karangan di bawah dengan kata bantu yang sesuai.

Kata bantu

penyakit	ceria	bersih	rehat	badan
tenaga	makanan	air	sihat	bersenam

Kesihatan sangat penting dalam kehidupan kita. Kita perlu menjaga kesihatan supaya _____ kita sentiasa sihat dan kuat.

Antara cara menjaga kesihatan ialah kita perlu makan _____ yang berkhasiat. Kita juga perlu minum _____ yang mencukupi setiap hari. Selain itu, kita hendaklah _____ sekurang-kurangnya tiga kali seminggu.

Kita juga perlu menjaga kebersihan diri supaya sentiasa _____. Tangan hendaklah dicuci sebelum dan selepas makan agar kita terhindar daripada _____.

Tidur dan _____ yang cukup juga penting untuk kesihatan. Apabila badan sihat, kita akan mempunyai banyak _____ untuk belajar dan melakukan aktiviti harian.

Kesimpulannya, kita mestilah menjaga kesihatan supaya dapat hidup dengan _____ dan sentiasa _____.

LIVEWORKSHEETS