Pilih jawapan yang betul.

1. Jenny memakai baju renang untuk _____.
   a. berbasikal
   b. berjoging
   c. berenang
   d. bermain bola sepak

2. Rahul dan kawan-kawannya bermain bola keranjang di _____.
   a. restoran
   b. padang
   c. pusat membeli-belah
   d. pawagam

3. Untuk hidup sihat, kita mestilah _____.
   a. makan makanan yang seimbang
   b. merokok
   c. makan makanan berlemak
   d. minum minuman keras

4. Saya bermain sukan kegemaran saya dengan menggunakan kayu pemukul dan bola kecil.
   a. besbol
   b. badminton
   c. bola jaring
   d. lompat tinggi

5. Contoh makanan yang tidak sihat untuk diri kita ialah _____.
   a. buah-buahan
   b. sayur-sayuran
   c. gula-gula
   d. ikan

LIVEWORKSHEETS

Baca petikan di bawah dan jawab soalan-soalan di bawah.

Dewasa ini, ramai orang bersenam dan bersukan untuk menjaga kesihatan. Ada banyak cara untuk menjaga kesihatan.

Pertama, kita mesti makan makanan yang berkhasiat. Contohnya, buah-buahan dan sayur-sayuran. Selain itu, kita mesti bersenam 3 kali seminggu. Kita boleh bersenam dengan ahli keluarga atau kawan-kawan kita. Di samping itu, kita juga mesti menjaga kebersihan. Akhirnya, kita mestilah tidak merokok, minum minuman keras dan mengambil dadah.

Menjaga kesihatan ada banyak kebaikan seperti mendapat badan yang cergas. Walau bagaimanapun, ada orang yang tidak menjaga kesihatan mereka. Jika kita tidak menjaga kesihatan, kita akan jatuh sakit.

Oleh itu, kita mestilah menjaga kesihatan diri kita.

6. Mengapa ramai orang mula bersenam?

_____

7. Apakah contoh makanan berkhasiat?

_____

8. Berapa kali kita mesti bersenam?

_____

9. Dengan siapa kita boleh bersenam?

_____

10. "Untuk menjaga kesihatan, kita mesti merokok". Betul atau Salah?

_____

LIVEWORKSHEETS

Isi tempat kosong dengan kata sendi yang betul

11. Menjaga kebersihan diri juga penting _____ hidup sihat.
12. Sarah bermain ragbi _____ padang.
13. Saya bersenam _____ setiap hari.
14. Makanan seperti buah-buahan dan sayur-sayur lebih baik _____ piza dan coklat.
15. Saya dan keluarga selalu pergi _____ taman untuk bersenam.
16. Ayah membeli raket dan bulu tangkis _____ kedai peralatan sukan.

di	ke	dari
daripada	untuk	pada

Tuliskan semula petikan di bawah dalam Bahasa Malaysia.

Today hari Saturday. Today ialah hari kegemaran saya kerana every Tuesday, saya akan berjumpa dengan kawan-kawan saya untuk bermain bola sepak. Kami always bermain di padang berhampiran rumah saya. Sometimes, kami pergi ke gelanggang bola sepak di Sunway. Yesterday, saya menyediakan pakaian sukan saya. Kami bermain bola sepak in the evening kerana cuaca in the afternoon sangat panas. Before mula bermain, kami memanaskan badan. Kami bermain untuk 2 jam. After pulang ke rumah, saya terus mandi dan makan malam dengan keluarga saya. Saya tidak sabar untuk berjumpa dengan kawan-kawan saya semula pada next week.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

LIVEWORKSHEETS

Tuliskan karangan tentang sukan kegemaran kamu.

-Apakah sukan kegemaran kamu?Mengapa?
-Di manakah kamu bermain? Dengan siapa?
-Bilakah kamu bermain?
-Apakah yang kamu guna untuk bermain?
-Bagaimanakah cara bermain sukan itu?

LIVEWORKSHEETS