Praktis 1 Tema Buku Teks: Bersih Selalu, Sihat Sentiasa

Lihat gambar di bawah dengan teliti. Berdasarkan maklumat yang terdapat dalam gambar tersebut, tulis ulasan yang panjangnya antara **80 hingga 100 patah perkataan**.

Lengkapkan perenggan yang diberikan dengan frasa yang sesuai.

Amalan Gaya Hidup Sihat

Rangka Ulasan

Pendahuluan
Pengamalan gaya hidup sihat – terhindar daripada risiko

Isi 1
Mengambil makanan seimbang – pelbagai zat – kekal sihat

Isi 2
Bersukan pada masa lapang – meningkatkan antibodi

Isi 3
Pemeriksaan kesihatan berkala – mengesan penyakit lebih awal

Penutup
Mengamalkan gaya hidup sihat – sepanjang masa

Ulasan Cemerlang

keadaan sihat | mencegah lebih baik | pemakanan seimbang | pada waktu lapang

mengeluarkan peluh | mengandungi pelbagai zat | lebih awal | pelbagai jenis penyakit

Pengamalan gaya hidup sihat dapat menghindarkan kita daripada terdedah kepada risiko **(1)** _____. Oleh hal yang demikian, kita seharusnya mengamalkan **(2)** _____. Pemakanan seimbang bermaksud mengambil makanan yang **(3)** _____ dan membantu tubuh agar kekal sihat. Selain itu, kita digalakkan untuk bersukan **(4)** _____ kerana melalui bersukan badan dapat **(5)** _____ dan meningkatkan antibodi badan. Malahan, kita juga hendaklah menjalani pemeriksaan kesihatan secara berkala walaupun dalam **(6)** _____. Perkara ini dapat membantu kita untuk mengesan penyakit yang dihidapi **(7)** _____. Oleh itu, kita seharusnya mengamalkan gaya hidup sihat sepanjang masa kerana **(8)** _____ daripada mengubati.

LIVEWORKSHEETS