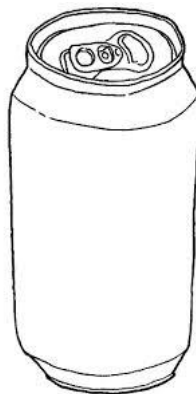
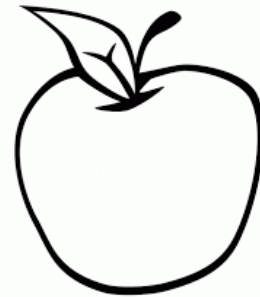
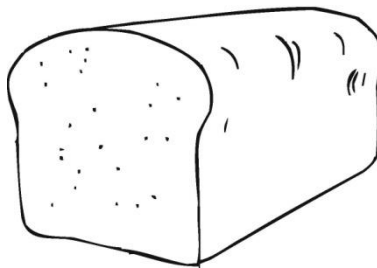
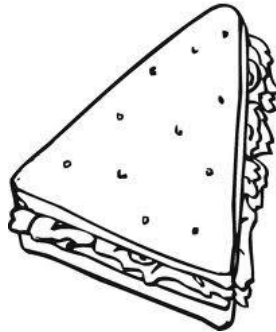
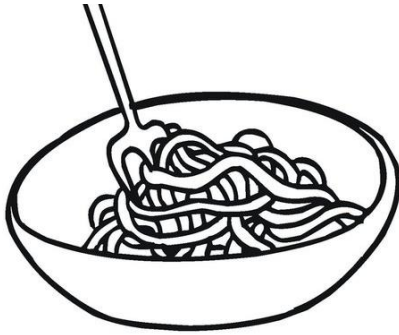


Nama :

Kelas :

Warnakan makanan yang berkhasiat. (7 markah)



Powered by twinkl.com. Image Credit: Getty Images

www.coloring-pages-123.com

© coloring-blues.com

B. Warnakan makanan yang sesuai mengikut keperluan untuk sajian berikut. (15 markah)

SARAPAN			
roti	sirap	bijirin	sawi
susu	lemang	karipap	nasi lemak

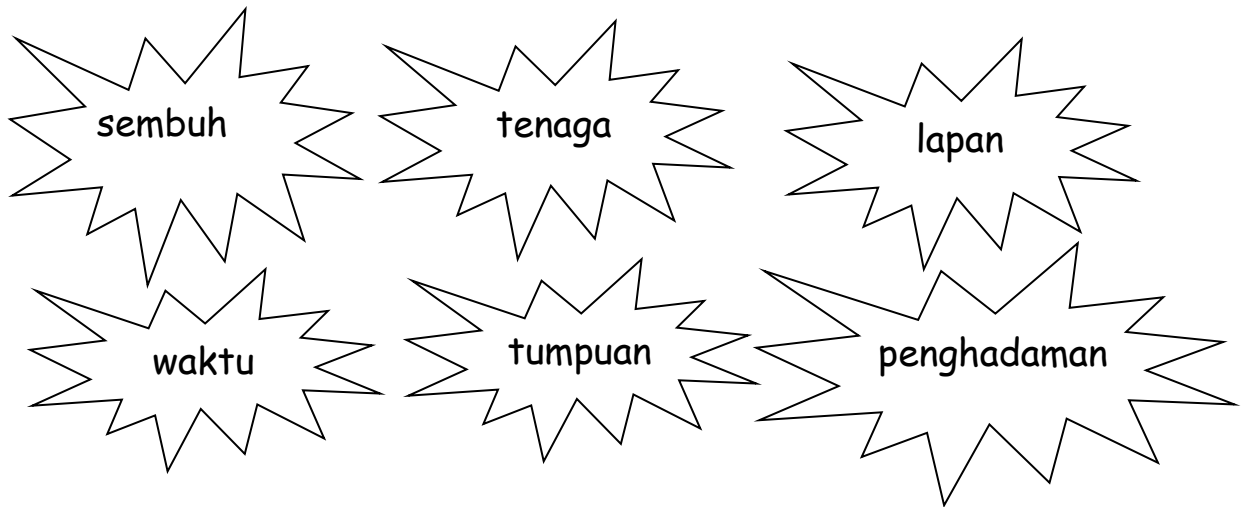
MAKAN TENGAH HARI		
ayam goreng	burger	air suam
nasi putih	ikan goreng	sosej
minuman bergas		sup sayur

MAKAN MALAM		
kuih-muih	jus oren	nugget
sup daging	sup sayur	buah epal
nasi ayam	mi segera	yogurt

Bulatkan jawapan yang betul

1. Sampah- sarap boleh menjejaskan persekitaran. Nyamuk aedes boleh membiak dan menyebabkan penyakit.....
A. malaria B. taun C. denggi D. cirit-birit
2. ialah organ yang mengepam darah ke seluruh tubuh.
A. Paru-paru B. Jantung C. Buah Pinggang D. Hati
3. Azzahra bersama bapa dan adiknyadi taman pada setiap petang untuk mengisi masa lapang.
A. berjoging B. berlari C. melompat D. berskipping
4. Bapa Fatin menerima khabar dari kampung tentang kematian datuknya.
Apakah perasaan bapa Fatin?
A. Gembira B. Kasihan C. Suka D. Sedih
5. Nurul Syifaa membuat kad ucapan Hari Guru untuk dihadiahkan kepada Cikgu Amirul sebagai ucapan.....atas jasa beliau.
A. selamat hari lahir B. terima kasih C. semoga berjaya D. takziah
6. Paru-paru ialah organ.....
A. pembiakan B. pemakanan C. pernafasan D. mengepam darah
7. Berikut adalah antara kesan penyalahgunaan dadah **kecuali**
A. Darah tinggi B. Khayal C. Penyakit kulit D. Kemurungan
8. Kita perlu memakai setiap kali menggunakan pengangkutan air.
A. topi keledar B. lampu suluh C. baju hujan D. Jacket keselamatan

D. Isi tempat kosong dengan jawapan yang betul. (6 markah)



1. Luka akan cepat _____ jika mendapat rehat yang cukup.
2. Rehat yang cukup boleh melancarkan proses _____ makanan.
3. Rehat dan tidur yang cukup dapat memberikan _____ kepada murid untuk melakukan aktiviti.
4. _____ murid di dalam kelas akan terjejas sekiranya tidak mendapat tidur yang cukup.
5. Badan yang sihat akan mencerdaskan otak jika murid tidur dan rehat pada _____ yang ditetapkan.
6. Masa tidur yang cukup untuk murid adalah sekurang-kurangnya _____ jam.

E. Tuliskan sentuhan atau pada situasi di bawah (8 markah).

1. Murid lelaki memeluk murid perempuan.

2. Ibu memeluk dan mencium anaknya kerana berjaya dalam peperiksaan.

3. Murid lelaki memegang alat genital murid perempuan.

4. Guru bersalaman dengan murid sambil mengucapkan tahniah kerana memenangi acara sukan.

5. Guru lelaki memeluk pinggang murid perempuan.

6. Abang memegang tangan adik perempuannya semasa melintas jalan raya.

7. Abang membersihkan luka adik perempuannya.

8. Murid lelaki menyentuh punggung murid perempuan.

F. Lengkapkan kesan negatif penyalahgunaan bahan terhadap kesihatan diri dan orang lain. (6 markah)

pening badan dan mulut berbau
sesak nafas mata merah khayal
kematian jenayah ketagih

1. Merokok

(i) _____

(ii) _____

2. Alkohol

(i) _____

(ii) _____

3. Penyalahgunaan dadah

(i) _____

—

(ii) _____