OLAHRAGA

Pengembangan Pola Hidup Sehat

SMP Kelas 8

POLA HIDUP SEHAT

Pola hidup sehat adalah gaya hidup yang memperhatikan semua aspek kondisi kesehatan seseorang. Tak hanya soal makanan, tapi juga kebiasaan orang itu dalam menjalani gaya hidup. Kesehatan adalah hal penting yang mendukung semua kegiatan dan aktivitas yang Anda lakukan.

Materi Dasar

- Hakikat pergaulan bebas
- Ciri-ciri pergaulan bebas
- Faktor pergaulan bebas
- Contoh pergaulan bebas

PERGAULAN BEBAS

Pergaulan bebas adalah perilaku menyimpang yang tak sesuai norma dan ajaran agama. Contoh pergaulan bebas adalah memakai narkoba, minum minuman alkohol, hingga seks bebas.