

Pentingnya Isi Piring Sehat bagi Anak

(Pembukaan)

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Yang saya hormati Bapak/Ibu guru serta teman-teman sekalian.

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas rahmat-Nya kita dapat berkumpul dalam keadaan sehat.

(Isi Pidato)

Pada kesempatan ini, saya akan menyampaikan pidato tentang **pentingnya** menjaga kesehatan melalui pola makan sehat.

Teman-teman sekalian, kesehatan merupakan hal yang sangat **penting** dalam kehidupan kita. Tubuh yang sehat akan membantu kita **belajar** dengan baik, berpikir lebih fokus, dan **menjalani** aktivitas sehari-hari dengan **semangat**.

Saat ini, banyak **anak-anak** lebih memilih **makanan** cepat saji dibandingkan makanan bergizi. Kebiasaan tersebut dapat **menyebabkan** berbagai masalah kesehatan seperti **obesitas**, kurang **gizi**, dan menurunnya **konsentrasi** belajar.

Dalam ilmu **kesehatan**, terdapat konsep isi piring sehat yang terdiri dari **karbohidrat**, **protein**, **sayur**, dan **buah**.

Melalui pola makan sehat, kita dapat **menjaga** pertumbuhan tubuh dan **meningkatkan** kecerdasan. Oleh karena itu, kita harus **membiasakan** diri memilih makanan yang **baik** bagi tubuh.

Mari kita **menerapkan** kebiasaan sehat mulai dari sekarang. Dengan menjaga pola makan, kita sedang **membangun** masa depan yang lebih **bagus**.

(Penutup)

Dapat disimpulkan bahwa menjaga pola makan sehat sangat penting bagi pertumbuhan anak.

Saya berharap kita semua mulai peduli terhadap kesehatan dengan menerapkan isi piring sehat.

Mohon maaf apabila terdapat kesalahan dalam penyampaian pidato ini.

Terima kasih atas perhatian teman-teman sekalian.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.