

Mata pelajaran: Pendidikan Jasmani dan Kesihatan

Tingkatan: 2

Tajuk: Kepentingan menjaga kehormatan diri.

Arahan: Padankan cara menjaga kehormatan diri mengikut aspeknya yang betul.

Mandi setiap hari
dengan menggunakan
sabun

keselamatan

Sentiasa peka dan
berjaga-jaga dengan
orang sekeliling

kebersihan

Melakukan aktiviti
senaman sekerap
mungkin

kesihatan