

Hari : _____

Subjek : Pendidikan Moral

Tarikh : _____

Nama : _____

Kelas: _____

Tajuk : Amalan Gaya Hidup Sihat Dalam Komuniti

Soalan 1 : Tandakan (v) pada gambar yang menunjukkan gaya hidup yang sihat.

☐☐☐☐

Soalan 2 : Pilih 4 amalan gaya hidup sihat dan letakkan pada ruangan yang disediakan.

Rehat yang mencukupi

Pemeriksaan kesihatan berkala

Bermasam muka dengan rakan dan jiran

Berfikiran positif

Mengambil makanan berlebihan

Sentiasa bersukan

i. _____

iii. _____

ii. _____

iv. _____

Soalan 3

B. Berdasarkan situasi dalam gambar, berikan tindakan yang sepatutnya dilakukan untuk mengamalkan gaya hidup sihat.

Situasi

Tindakan

1.



2.



3.



4.



Menolong ibu mencuci pinggan / gelas

Makan makanan seimbang

Memberi perhatian ketika belajar

Sentiasa berfikiran positif