1 Berdasarkan pernyataan di atas, kelaskan ciri-ciri minda yang sihat dan yang kurang sihat dalam peta pokok di bawah./*Based on the above statement, classify mind into healthy mind and unhealthy mind in the tree map below.* TP1

Berdikari *Independent*	Kurang yakin *Lacks confidence*	Sentiasa risau *Worries constantly*	Berkasih sayang *Caring*	Bersikap positif *Positive attitude*
Cepat marah *Short-tempered*	Bertanggungjawab *Responsible*	Bersikap sabar *Being patient*	Tidak boleh mengawal perasaan diri *Lacks self-control*	

Minda/*Mind*

Minda yang sihat/*Healthy mind*	**Minda yang kurang sihat/*Unhealthy mind***

2 Tandakan (✓) faktor-faktor yang menyebabkan minda menjadi kurang sihat. TP1
Tick (✓) the factors that cause the mind to become unhealthy.

- [ ] Tekanan mental
  Mental stress
- [ ] Penyalahgunaan dadah
  Drug abuse
- [ ] Sentiasa bersenam
  Regular exercise
- [ ] Kecederaan otak
  Brain injury
- [ ] Keadaan persekitaran seperti kualiti udara
  Environmental conditions such as the quality of air
- [ ] Menghidap suatu penyakit
  Suffering from a disease
- [ ] Ketidakseimbangan hormon
  Hormonal imbalance
- [ ] Pengambilan alkohol berlebihan
  Excessive consumption of alcohol
- [ ] Penuaan
  Aging
- [ ] Pengambilan pil vitamin
  Consumption of vitamin pills

LIVEWORKSHEETS