Subjek : PENDIDIKAN KESIHATAN

Tajuk : PENGURUSAN MENTAL DAN EMOSI

Sub Topik : Konflik dan Stres dalam Keluarga

Aktiviti pengukuhan : Susun maklumat berikut mengikut kategori yang betul.

Berfikiran positif	Hilang keyakinan diri	Bertindak luar kawalan
Tekanan menghadapi peperiksaan	Gangguan mental	Memberontak
Beribadat	Pergaduhan antara adik-beradik	Bercakap dengan seseorang

Arahan : Seret pilihan jawapan di atas ke dalam kotak mengikut kategori di bawah dengan betul.

SITUASI STRES

KESAN STRES

LANGKAH MENGATASI STRES

LIVEWORKSHEETS