NAMA: KELAS:

PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 6 (PERUBAHAN BENTUK FIZIKAL)

1. dan ialah hormone yang mempengaruhi proses kematangan dan seksual manusia.

2. Berikut ialah perubahan pada diri seseorang wanita kecuali _____ *

A. tumbuh bulu ketiak C. pinggul membesar
B. tumbuh misai D. mengalami haid

3. Apakah perkara yang perlu diberi keutamaan apabila seseorang mengalami perubahan fizikal? *

A. Perlu menjaga kèbersihan diri C. Perlu menjaga tingkah laku
B. Perlu menjaga kebersihan persekitaran D. Perlu menjaga batas pergaulan dalam persahabatan

4. Tumbuh misai, penghasilan sperma dan perubahan saiz zakar. Perubahan fizikal di atas menunjukkan perubahan pada _____. *
A. kanak-kanak lelaki C. remaja lelaki
B. kanak-kanak perempuan D. remaja perempuan

5. Sebagai remaja yang bergaya dan berjaya, seseorang itu perlulah _____. *

A. baik hati C. rajin
B. menghargai diri sendiri D. bebas

6. Antara berikut, yang manakah tidak menunjukkan cara penjagaan kesihatan dan kebersihan diri yang betul? *

A. Membersihkan muka setiap hari C. Memotong kuku yang panjang
B. Mengotorkankan bahagian rahang gigi D. Memakai pakaian yang bersih

7. Berikut merupakan alat-alat menjaga kesihatan dan kebersihan diri kecuali *

A. syampu C. ubat gigi
B. minyak D. pisau cukur

8. Apakah kesan terhadap diri akibat tingkah laku seksual yang negatif? *

A. Dipandang tinggi C. Menjadi pelajar contoh di sekolah
B. Disayangi keluarga D. Mencemarkan imej kendiri

9. Mengapakah remaja disarankan menjaga batas-batas dalam pergaulan seharian? *

A. Menjadi lebih rapat C. Perhubungan menjadi lebih mesra
B. Keselamatan diri terjaga D. Mendapat ramai kawan

10. Ramli sentiasa menyentuh Fatin semasa berbual dengannya. Antara berikut yang manakah cara penyelesaian bagi situasi di atas? *

A. Membiarkan sahaja Ramli berbuat begitu
B. Tidak berjumpa dengannya lagi
C. Menasihati supaya tidak melakukan perbuatan itu lagi
D. Menyentuh semula Ramli