

1. Doktor mengingatkan Rania agar membiasakan diri untuk duduk dan berdiri dengan cara yang _____ supaya tidak timbul masalah postur badan.

A	elok	C	baik
B	benar	D	betul
2. Seseorang yang mempunyai hati yang _____ akan dapat mengekalkan hubungan yang harmoni dengan orang lain.

A	bersih	C	tenang
B	jernih	D	jelas
3. Kehidupan kita akan menjadi lebih _____ apabila kita menitikberatkan aspek kesihatan kerana kesihatan merupakan aset yang penting dalam kehidupan kita.

A	ceria	C	murni
B	senang	D	indah
4. Senaman berjadual sangat perlu bagi memastikan tubuh menjadi _____ dan membantu sistem peredaran darah lebih teratur.

A	lancar	C	cergas
B	cerdas	D	pantas
5. Rehat dan tidur yang _____ dapat mengurangkan tekanan serta dapat menenangkan minda.

A	genap	C	lengkap
B	cukup	D	lebih
6. Walaupun usia Datul Lee Chong Wei semakin meningkat, namun beliau masih mampu bersaing dengan pemain _____ dunia .

A	tertinggi	C	terbijak
B	terpenting	D	terbaik
7. Aktiviti-aktiviti sukan dan pendidikan jasmani di sekolah perlu dipertingkatkan untuk mengenal pasti bakat-bakat _____ yang berpotensi.

A	muda	C	awal
B	mentah	D	rendah

8. Otak yang cerdas juga membolehkan kita berfikir dengan_____apabila menghadapi sesuatu perkara.
 A rasional C tetap
 B lancar D senang
9. Setelah 25 tahun tinggal di London, Encik Lim mengambil keputusan untuk menetap di tanah air.
Peribahasa yang sesuai dengan situasi di atas ialah
 A sesat di hujung jalan, balik ke pangkal jalan
 B di mana bumi dipijak, di situ langit dijunjung
 C sudah dapat gading bertuah, tanduk tidak berguna lagi
 D setinggi-tinggi terbang bangau, akhirnya hinggap di belakang kerbau juga.
10. **Peribahasa** yang berikut membawa maksud sekiranya kita berusaha dengan bersungguh-sungguh, kita akan mencapai kejayaan, **kecuali**
 A usaha tangga kejayaan
 B hati hendak semua jadi
 C bagaimana acuan, begitulah kuihnya
 D di mana ada kemahuan, di situ ada jalan.
11. Dalam poster di bawah, terdapat **tiga kesalahan ejaan**. Kenal pasti kesalahan-kesalahan tersebut dan tulis ejaan yang betul pada ruang jawapan disediakan.

TAHUKAH ANDA?

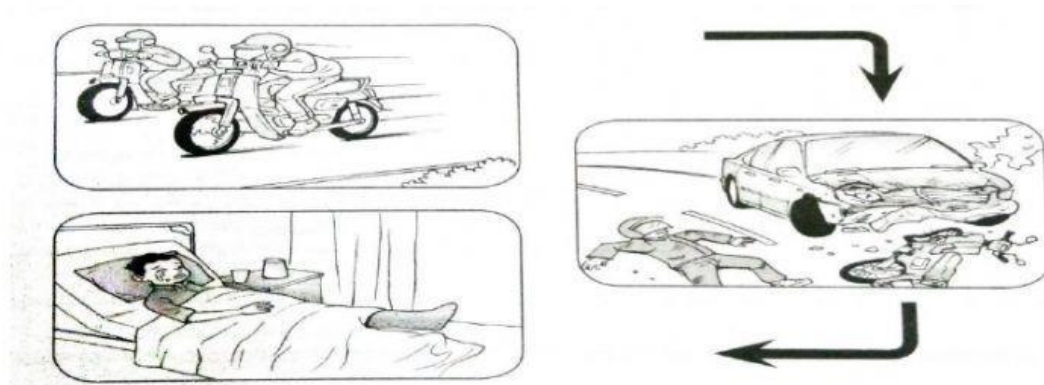
Golongan belia yang berumur 16 tahun hingga 25 tahun mempunyai risiko yang tinggi untuk membunuh diri?

Cara Mengatasi Kemurungan

- Peka terhadap perubahan yang berlaku dalam kalangan rakan ataupun diri sendiri berkaitan dengan emosi dan keupayaan mental.
- Mengamalkan cara hidup yang seimbang dan positif.
- Ibubapa dan guru dapat membantu mengasah kemahiran anak-anak dan remaja menangani cabaran setiap hari.
- Sokongan psikosocial boleh disediakan di sekolah dan dalam kumpulan masyarakat yang lain.



- I _____
 II _____
 III _____



12. *Lihat gambar di atas dengan teliti. Berdasarkan gambar bersiri tersebut, tulis dua peribahasa yang sesuai.*

I

II
