

LATIHAN ASAS REFLEKSOLOGI

Jenis-jenis Bahan yang Digunakan Semasa Urutan Refleksologi

Nama: _____	Kelas: _____
Tarikh: _____	Markah: ____ / 20

Objektif Pembelajaran

Murid dapat mengenal pasti bahan yang digunakan dalam urutan refleksologi dan memadamkan bahan dengan kegunaannya.

Aktiviti 1 — Kenali Bahan

Arahan: Lihat senarai di bawah. Pilih bahan yang sesuai digunakan semasa urutan refleksologi.

1. Minyakurut	2. Tuala
3. Sabun	4. Air
5. Tisu	6. Gam

Jawapan: Tandakan ✓ pada bahan yang betul.

Aktiviti 2 — Padankan Bahan dengan Kegunaan

Arahan: Padankan nombor bahan dengan huruf kegunaan yang betul.

Bahan	Kegunaan
1. Minyakurut	A. Membersihkan kaki
2. Tuala	B. Mengelap kaki
3. Sabun	C. Membantu urutan menjadi lebih lancar
4. Air	D. Membasuh kaki
5. Tisu	E. Mengelap atau membersihkan kotoran ringan

Aktiviti 3 — Pilih Jawapan yang Betul

1. Apakah bahan yang membantu tangan bergerak dengan lebih lancar semasa urutan?

A. Minyak urut B. Pensel C. Gam

Jawapan: _____

2. Apakah bahan yang digunakan untuk menggelap kaki?

A. Tuala B. Pembaris C. Buku

Jawapan: _____

3. Apakah bahan yang boleh digunakan untuk membersihkan kaki?

A. Sabun dan air B. Cat dan gam C. Pensel dan kertas

Jawapan: _____

4. Apakah bahan yang sesuai untuk menggelap kotoran ringan?

A. Tisu B. Gunting C. Pembaris

Jawapan: _____

5. Sebelum urutan, kaki perlu...

A. Dibersihkan B. Diconteng C. Dicat

Jawapan: _____

Aktiviti 4 — Betul atau Salah

1. Minyak urut boleh membantu melancarkan urutan. BETUL / SALAH

2. Tuala digunakan untuk menggelap kaki. BETUL / SALAH

3. Gam digunakan untuk urutan refleksologi. BETUL / SALAH

4. Sabun dan air boleh digunakan untuk membersihkan kaki. BETUL / SALAH

5. Tisu boleh digunakan untuk membersihkan kotoran ringan. BETUL / SALAH

Aktiviti 5 — Saya Ingat!

Tulis 3 bahan yang kamu ingat digunakan semasa urutan refleksologi.

1.	_____
2.	_____
3.	_____

Tahniah! □ Kamu telah belajar mengenal bahan asas untuk urutan refleksologi.