



Standard Pembelajaran

2.2.1 Membaca dan memahami bahan grafik daripada multimedia untuk membuat gambaran.

Baca dan fahami poster di bawah ini. Tandakan (✓) pada pernyataan yang benar dan (x) pada pernyataan yang salah.

Apa itu Koronavirus?

Koronavirus ialah kumpulan virus yang menyebabkan pelbagai penyakit daripada selesema sehinggalah ke penyakit yang lebih teruk seperti MERS-CoV dan SARS-CoV.

Koronavirus di China adalah tidak sama dengan influenza di Malaysia.

Namun begitu, pencegahan kedua-dua penyakit ini adalah hampir sama.

Kerap mencuci tangan

Memasak daging dan telur dengan sempurna

Menutup mulut dan hidung ketika bersin dan batuk

Elak bersentuhan dengan individu yang mempunyai gejala

Langkah-langkah Pencegahan

Tidak boleh

- ① Merokok
- ② Minuman beralkohol
- ③ Makanan yang diproses atau makanan segera
- ④ Berfikir negatif yang dapat mengganggu kestabilan emosi

Boleh

- ① Amalan Pinggan Sihat Malaysia (suku-suku separuh)
- ② Minum air yang mencukupi
- ③ Makanan tinggi serat dan antioksidan
- ④ Tidur yang mencukupi
- ⑤ Sentiasa aktif
- ⑥ Mencapai berat badan yang normal

pada musim Pwlinch Kawalan Pergerakan (PKP) bagi meningkatkan sistem imuniti badan.

Kita hendaklah kerap mencuci tangan agar kekal bersih dan terhindar daripada koronavirus.

Kita disarankan supaya mengambil makanan yang diproses dan segera bagi meningkatkan sistem imunisasi badan.

Kita boleh bersentuhan dengan individu yang bergejala dan tidak bergejala.

Kita hendaklah mengamalkan Pinggan Sihat Malaysia, iaitu suku-suku separuh.

Tandatangan Guru: _____

Tarikh: _____