

BAHAGIAN C: Kepentingan Keselamatan Semasa Berjoging

Isi tempat kosong dengan jawapan yang sesuai.

Sungguh enak sate daging,
Nasi impit di dalam raga;
Jika hendak pergi berjoging,
Jangan lupa beritahu keluarga.

Parit melebar dibina jambatan,
Kawasan tebing perlu ditarah;
Sentiasa kita jaga keselamatan,
Pakai pakaian berwarna cerah.

Pasar pagi menjual bunga,
Suasana pasar sentiasa hingar;
Usah memakai fon telinga,
Datang bahaya tidak didengar.

Sedap rasa laksa kebuk,
Tergigit cili cepatnya marah;
Kawasan jalan sentiasa sibuk,
Perlu lari berlawanan arah.



Pantun di atas tentang keselamatan semasa berjoging di tepi jalan raya.

Berdasarkan pantun tersebut, tulis karangan tentang kepentingan keselamatan semasa kita berjoging. **KRAJ**

lewat pulang atau ditimpa kecelakaan

tidak dapat mendengar bunyi kenderaan

aspek keselamatan semasa berjoging

sebaik-baiknya kita memberitahu keluarga kita

memakai fon telinga semasa berjoging

memakai pakaian yang berwarna cerah

kita dapat melihat kenderaan di hadapan kita

Berjoging merupakan suatu senaman yang disukai ramai. Berjoging tidak memerlukan peralatan khas selain kasut yang sesuai. Berjoging dapat dilakukan di mana-mana sahaja. Walaupun begitu, kita jarang mengambil berat tentang _____.

Sebelum kita keluar berjoging, _____. Keluarga kita tidak akan bimbang apabila mereka mengetahui bahawa kita keluar untuk berjoging. Oleh itu, keluarga kita akan cepat bertindak jika kita _____.

Seterusnya, kita hendaklah _____. Hal ini demikian kerana pengguna jalan raya yang lain dapat melihat kita dengan jelasnya jika kita berjoging di tepi jalan raya. Risiko dilanggar oleh kenderaan juga dapat dikurangkan.

Di samping itu, janganlah kita _____. Mendengar muzik yang kuat menggunakan fon telinga menyebabkan kita _____ atau bunyi persekitaran. Kesannya, kita tidak dapat bertindak dengan pantas jika berlaku sesuatu.

Akhir sekali, kita haruslah berjoging berlawanan arah lalu lintas supaya _____. Oleh itu, kita akan dapat mengelak jika ada kenderaan yang terbabas atau boleh mengagak jarak kenderaan dengan kita.

Kesimpulannya, kita perlulah menjaga keselamatan diri apabila berjoging terutamanya di tepi jalan raya. Aspek keselamatan perlulah kita ambil berat supaya kita sentiasa selamat.