

TUGASAN PDPR PJPK TAHUN 2

NOTA

Arahan: Baca nota dibawah yang diambil dari buku teks Pendidikan Jasmani dan Kesihatan.

BERSAMA MENCEGAH

Penyakit konjunktivitis dan penyakit tangan, kaki dan mulut ialah penyakit berjangkit dan biasanya menyerang kanak-kanak. Kita perlu menjaga kebersihan diri bagi mencegahnya.

BERSAMA MENCEGAH

PENYAKIT TANGAN, KAKI DAN MULUT

PENYAKIT TANGAN, KAKI DAN MULUT
Penyakit berjangkit yang menyerang kanak-kanak berumur dari 5 tahun hingga 10 tahun.

PUNCA PENYAKIT
Disebabkan oleh virus.

TANDA-TANDA PENYAKIT
Iritasi sakit di mulut, ruam di kaki, tangan dan punggung.

CARA PENYAKIT BERJANGKIT
Bersekituhan dengan pesakit, terkena air liur dan pada bahak pesakit.

PENYAKIT KONJUNKTIVITIS

PENYAKIT KONJUNKTIVITIS
Sakit mata, gatal dan berair pada bahagian putih mata.

PUNCA PENYAKIT
Disebabkan oleh kuman, bakteria, atau virus.

TANDA-TANDA PENYAKIT
Mata berair pada cahaya, mata terasa gatal, air mata berlebihan dan mata merah, berair, serta pedih.

CARA PENYAKIT BERJANGKIT
Elakkan bergaul dan bersekituhan dengan pesakit, jangan guna tuala yang pernah pesakit, dan sentiasa mencuci tangan.

88

Minta rakan membuat buku scrap berkaitan penyakit tersebut.

TUGASAN PDPR PJPK TAHUN 2

LATIHAN

Arahan: Padankan jawapan dengan betul.



Jaga Kebersihan Diri

Penyakit konjunktivitis dan penyakit tangan, kaki dan mulut boleh dicegah daripada merebak.



Elak sentuh muka dengan tangan yang tidak dibasuh

Berehat di rumah dan elak bergaul dengan orang lain



Elak bersentuhan dengan rakan yang sakit

Kerap basuh tangan dengan sabun dan air

Makan makanan berkhasiat supaya cepat pulih

Tutup mulut semasa batuk atau bersin