

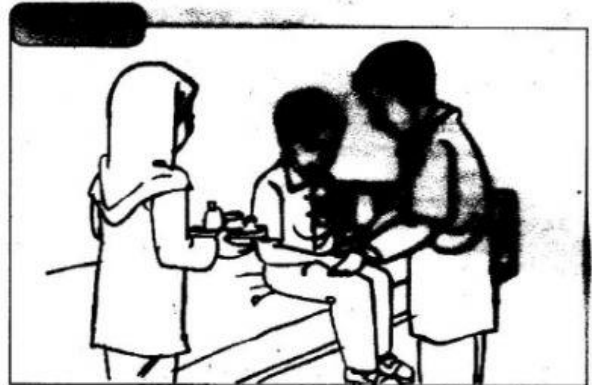
1.4.1 Berbicara untuk menganalisis isu semasa yang didengar, ditonton atau dibaca dalam situasi tidak formal secara bertatasusila

Baca bahan-bahan yang diberikan dengan teliti. Kemudian, jawab soalan-soalan yang berikutnya.

Pantun Menjaga Kebersihan

Bancuh air dengan selasih,
Rendang bertih dengan padi;
Kalau mahu tubuh bersih,
Jangan sesekali malas mandi.

Bunga mekar tengah halaman,
Harum baunya dipetik orang;
Eloklah dipakai harum-haruman,
Supaya diri disenangi orang.



KUALA LUMPUR, Selasa – Kantin Sekolah Kebangsaan Taman Kencana diarahkan tutup apabila 36 orang murid sekolah terabit mengalami gejala muntah, sakit perut dan cirit-birit selepas bersarapan di situ pada waktu rehat, semalam. Menurut Pengarah Kesihatan, Datuk Dr. Khalid Ibrahim, 12 orang murid sudah menerima rawatan pesakit luar, manakala 24 orang murid lagi mengalami gejala ringan.

Kejadian keracunan makanan ini terkawal dan tiada kes baharu dilaporkan. Beliau menjelaskan, kantin sekolah sudah ditutup mengikut Akta Pengawalan dan Pencegahan Penyakit Berjangkit 1988 dan notis bawah Peraturan 32 (1) (b), Peraturan-peraturan Kebersihan Makanan 2009 telah dikeluarkan kepada pengendali makanan.

- 1 Bahan 1, Bahan 2 dan Bahan 3 menekankan aspek kebersihan dan penjagaan kesihatan. Berdasarkan petikan dan gambar tersebut, nyatakan perkara yang perlu dilakukan untuk memastikan diri kita dalam keadaan sihat.

Berdasarkan petikan dan gambar, perkara yang perlu dilakukan untuk memastikan diri kita dalam keadaan sihat ialah kita perlu mandi pada setiap hari agar tubuh bersih. Selain itu, kita perlu memakan makanan yang benar-benar bersih untuk mengelakkan terkena keracunan makanan. [3 markah]

JAWAB MENGGUNAKAN
AYAT YANG LENGKAP

[JAWAPAN BERDASARKAN
BAHAN]

- 2 Berdasarkan Bahan 2 dan Bahan 3, apakah yang akan berlaku jika kita tidak menjaga kebersihan makanan?

Berdasarkan bahan 2 dan bahan 3, jika kita tidak menjaga kebersihan makanan, kita boleh mengalami keracunan makanan dengan gejala muntah, sakit perut dan cirit-birit. Selain itu, keracunan makanan yang serius menyebabkan kita perlu dihantar ke hospital untuk rawatan segera. [3 markah]

JAWAB MENGGUNAKAN
AYAT YANG LENGKAP

[JAWAPAN BERDASARKAN
BAHAN]

- 3 Di sekolah, murid sentiasa diberikan penekanan terhadap penjagaan kebersihan dan kesihatan.

Pada pendapat anda, mengapakah kita mesti mengutamakan kebersihan dan kesihatan diri?

Pada pendapat saya, kita mesti mengutamakan kebersihan dan kesihatan diri untuk memastikan diri kita bebas daripada sebarang penyakit berbahaya agar dapat hadir ke sekolah untuk memperoleh ilmu pengetahuan. Selain itu, kita dapat menjalani kehidupan sehari-hari dalam keadaan benar-benar sihat agar badan sentiasa cergas dan berminda cerdas. [4 markah]

JAWAB MENGGUNAKAN
AYAT YANG LENGKAP

[SOALAN KBAT]

Bahan 1

Malaysia cergas, (4 kali)
Kukuhkan tekad
Gaya hidup sihat
Badan cergas minda cerdas
Inilah matlamat akan berubah
Kemajuan dikecapi
Kita pewaris kemakmuran negara

Malaysia cergas
Bersukan bersenam
Berekreasi bersama keluarga
Berbudaya sukan
Jadikanlah amalan

(Petikan lirik lagu "Malaysia Cergas"
[rujuk lampiran])

Bahan 2

Sukan merupakan kegiatan yang memerlukan kemahiran atau ketangkasan serta tenaga yang dilakukan sama ada untuk pertandingan, hiburan, riadah atau sekadar aktiviti mengisi masa lapang. Sesungguhnya sukan amat penting bagi melahirkan murid yang sihat.

Lebih-lebih lagi, bersukan boleh menguatkan otot, tulang dan jantung serta mengekalkan berat badan ideal. Lantaran itu, murid perlu menyertai aktiviti sukan yang diadakan di sekolah agar diri cergas dan aktif sekali gus menyihatkan badan dan mencerdaskan otak.

Berdasarkan bahan 1, bahan 2 dan bahan 3, cara untuk kita meningkatkan kecergasan diri adalah dengan bersukan dan bersenam. Selain itu, kita juga boleh berekreasi dan beriadah bersama keluarga.

Berdasarkan bahan 2, kelebihan apabila seseorang itu menyertai aktiviti sukan ialah seseorang itu dapat mengisi masa lapang. Selain itu, bersukan boleh menguatkan otot, tulang dan jantung serta mengekalkan berat badan ideal. Hal ini boleh menyihatkan badan dan mencerdaskan otak.

Bahan 3



1 Berdasarkan Bahan 1, Bahan 2 dan Bahan 3 di atas, terangkan cara untuk kita meningkatkan kecergasan diri.

[3 markah]

2 Berdasarkan Bahan 2, apakah kelebihannya apabila seseorang itu menyertai aktiviti sukan?

[3 markah]

3 Walaupun sukan banyak memberikan faedah, tetapi terdapat murid yang enggan melibatkan diri dalam aktiviti sukan.

Pada pendapat anda, mengapakah aktiviti sukan kurang digemari oleh sesetengah murid?

kerana murid menganggap bersukan akan mengurangkan waktu untuk belajar dan ulang kaji. Selain itu murid menganggap bersukan hanya memenatkan badan. Mereka lebih suka aktiviti santai atau hiburan..