

- A Gariskan pilihan jawapan yang betul bagi menerangkan maksud perkembangan seksual sekunder. **(TP 1)**

Buku Teks m.s. 128

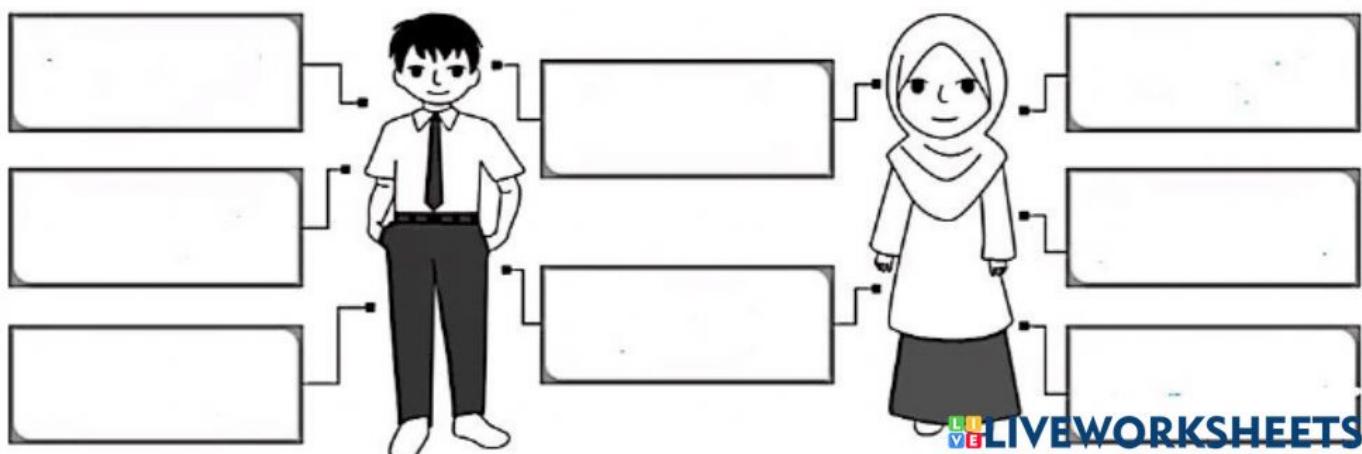
Perubahan pada (sikap / tubuh) yang terjadi pada (permulaan / pengakhiran) akil baligh yang melibatkan perkembangan dan perubahan aspek (mental / fizikal) dan emosi.

- B Tandakan (✓) pada cara-cara mengurus perkembangan seksual sekunder dari aspek fizikal yang betul dan (✗) yang salah pada ruangan yang disediakan. **(TP 2)**

- | | |
|---|--|
| 1 Mengamalkan langkah mencuci muka yang betul | |
| 2 Mandi sekurang-kurangnya sekali sehari | |
| 3 Memakai deodoran atau wangian | |
| 4 Mencabut atau menggunting pendek bulu ketiak | |
| 5 Menukar tuala wanita sekali sehari (bagi perempuan) | |
| 6 Mendapatkan tidur dan rehat yang cukup | |
| 7 Berkongsi pakaian dalam dengan orang lain | |
| 8 Mengambil pemakanan yang sihat dan seimbang | |

- C Bandingkan perubahan fizikal yang berlaku kepada remaja lelaki dan perempuan pada rajah di bawah.

TUTOR PENYELESAIAN 1PJK001



LIVEWORKSHEETS

- A Lengkapkan pernyataan dalam Peta Buih di bawah mengenai perubahan emosi yang berlaku semasa perkembangan seksual sekunder. **TP3** Buku Teks m.s. 128

i-THINK: **Peta Buih**

identiti

berlainan

bahagia

sensitif

penampilan

Perubahan Emosi Semasa Perkembangan Seksual Sekunder

mencabar

Mengalami krisis

marah

perasaan

Mudah

seperti cepat berasa

dan

Mempunyai
terhadap individu
jantina

tersinggung

 **LIVEWORKSHEETS**

- A Nyatakan cara-cara yang boleh dilakukan bagi menangani perubahan emosi semasa perkembangan seksual sekunder dengan berkesan dalam Peta Bulatan di bawah. **TP5**

i-THINK: **Peta Bulatan**

Mendapatkan nasihat dan bimbingan kaunselor atau ibu bapa

mengamalkan
gaya hidup
sihat

Berfikiran

**Cara
Menangani
Perubahan
Emosi**

diri dalam hal
keagamaan

Mengisi masa
lapang dengan
melakukan
perkara

Menguatkan
jati diri

 **LIVEWORKSHEETS**