Nama :_____

Kelas :_____

PENTAKSIRAN SETARA STANDARD 2021
PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 4
[20 MARKAH]

A. Baca soalan dan pilih satu jawapan yang betul sahaja.

1. Berikut merupakan cara untuk mencegah penyakit Diabetes,***kecuali***

   A. Membuat pemeriksaan tekanan darah sekurang-kurangnya 4 kali setahun

   B. Mengamalkan gaya hidup sihat

   C. Mengambil kadar gula yang tinggi.

2. Apakah maksud rakan sebaya?

   A. Rakan kepada adik beradik kita

   B. Rakan yang sama umur serta bersekolah di sekolah yang sama

   C. Rakan dari pada lingkungan umur,latar belakang dan minat yang sama

3. Berikut merupakan kepentingan bantu mula, ***kecuali***

   A. Mencegah jangkitan kuman

   B. Mengelakkan kecederaan yang serius

   C. Memudahkan tugas doktor

❖ Demam kuat yang mengejut ❖ Sakit pada bahagian tulang, sendi dan

4. Ciri-ciri di atas adalah tanda bagi penyakit …….

   A. Taun

   B. Selesema

   C. Demam denggi

LIVEWORKSHEETS

5. Antara yang berikut, yang manakah perubahan fizikal yang **tidak** dialami oleh remaja lelaki ?

   A. Ketinggian meningkat

   B. Payudara membesar

   C. Bentuk badan berubah

6. Demam denggi merebak melalui .....

   A. Air kotor

   B. Makanan tercemar

   C. Gigitan nyamuk aedes

7. Proses menghancurkan makanan menjadi kecil agar zat-zat mudah diserapkan dalam sistem peredaran darah adalah .....

   A. Perkumuhan

   B. Pencernaan

   C. Penghantaran

8. Kegiatan rekreasi bersama keluarga baik untuk kesihatan. Berikut manakah **bukan** aktiviti rekreasi?

   A. Berkerja

   B. Melawat

   C. Berkebun

9. Apakah yang akan anda lakukan sekiranya adik atau abang anda terlibat dengan gejala sosial seperti BULI ?

   A. Turut serta dalam aktiviti tersebut bersama-sama.

   B. Memberi nasihat yang baik apabila di rumah.

   C. Memarahi mereka di khalayak ramai.

LIVEWORKSHEETS

10. Apakah kemalangan **tidak** mengakibatkan kecederaan lebam dan terseliuh?

    A. Terjatuh basikal

    B. Tersadung

    C. Terkena pisau

B. Tuliskan **BETUL** atau **SALAH** pada kenyataan yang berikut.

11. Buah-buahan merupakan makanan daripada kumpulan protein ☐

12. Racun dapat menyebabkan kematian ☐

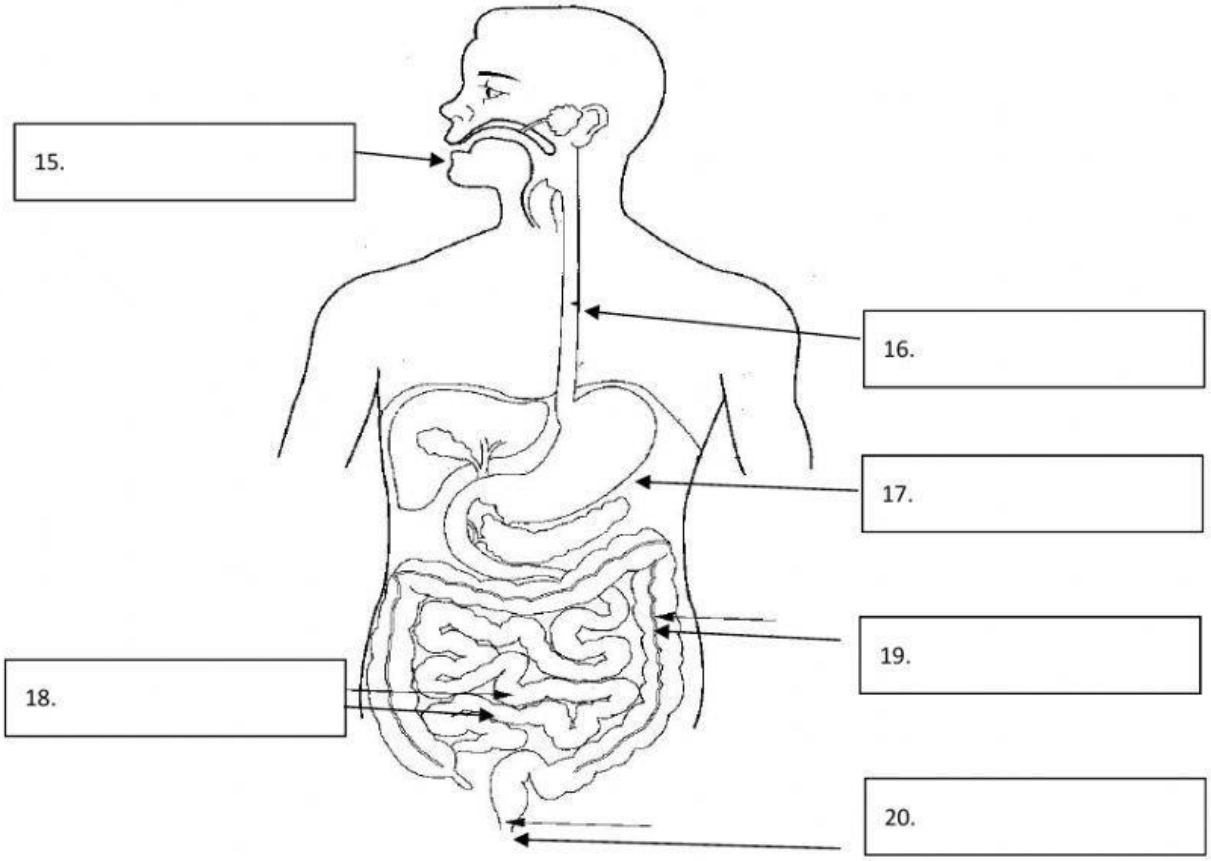
13. Kita digalakkan mengambil makanan yang berlemak dengan banyak ☐

14. Tidur yang tidak cukup menyebabkan badan menjadi sihat. ☐

LIVEWORKSHEETS

C. Labelkan sistem pencernaan dalaman manusia.

Dubur	Usus besar	Esofagus	Perut	Mulut	Usus Kecil



KERTAS SOALAN TAMAT

LIVEWORKSHEETS