

# PENDIDIKAN KESIHATAN

## TAHUN 3

### UNIT 11 JAGA DIRI SIHAT EMOSI

#### SENTUHAN SELAMAT DAN TIDAK SELAMAT

NAMA :

KELAS :



**AKTIVITI 1 : Lihat  
video, kemudian jawab soalan yang  
diberi :**



## Selamatkan Maruah

Ibu dan bapa Amira sentiasa berpesan supaya Amira menjaga kehormatan anggota seksualnya.

### Cara Amira menjaga kehormatan anggota seksual.



Menutup pintu bilik  
ketika menyalin  
pakaian.



### Kesan jika Amira tidak menjaga kehormatan anggota seksual.



Mendapat malu  
dan emosi  
terganggu.



Maruah keluarga tercalar.

Tidak disukai rakan.

Mengelak melalui  
tempat sunyi seorang

Memakai pakaian yang  
sopan.



## Bertindak Cepat

Ibu Justin selalu berpesan supaya tidak membiarkan orang lain menyentuh anggota seksualnya. Laporkan kepada orang dewasa yang dipercayai jika berlaku sentuhan tidak selamat.



Siapakah orang dewasa yang kamu percayai?

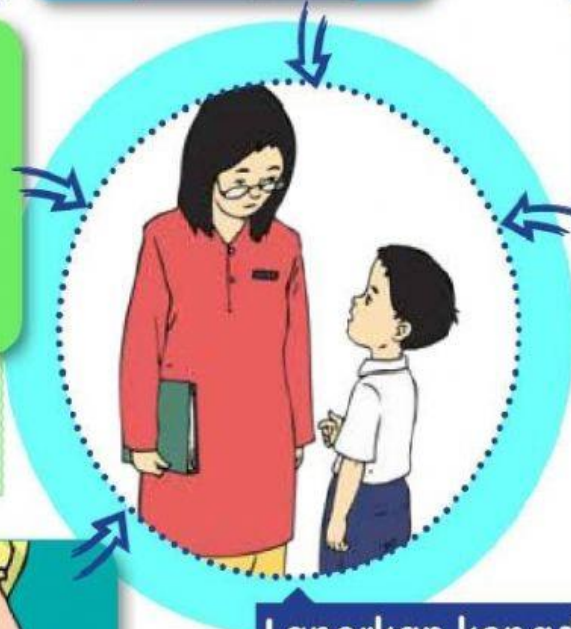


Meraba dada kamu



Menyelak baju kamu

Menyentuh bahagian aenital kamu.



Laporkan kepada guru, ibu bapa atau polis.



Apakah yang mungkin berlaku jika kita tidak berkata TIDAK kepada sentuhan tidak selamat?

Menepuk punggung kamu.

Membeli baju baharu.

## Uji Minda

Jawab semua soalan.

- 1 Tulis SELAMAT pada sentuhan selamat, dan TIDAK pada sentuhan tidak selamat dalam ruang kosong di bawah.



- 2 Nyatakan tindakan kamu jika berlaku sentuhan tidak selamat dalam hubungan kekeluargaan.