

Mata Pelajaran: Pendidikan Jasmani dan Kesihatan

Kelas: Kefungsian rendah

Tajuk: Mengawal emosi dan tingkah laku impulsif

Arahan: Padankan gambar cara mengawal emosi dan tingkah laku impulsive dengan penerangannya yang betul.



Rendahkan suara

Tenangkan diri

Ubah persekitaran

Berfikir sebelum bertindak