

1. Gaya hidup sihat perlu diamalkan kerana_____

- A) dapat menghindarkan diri daripada penggunaan dadah.
- B) ibu bapa tidak memberikan kebebasan dalam pergaulan.
- C) dapat meunjimatkan duit keluarga.
- D) dapat menjimatkan masa.

2. Kita hendaklah sentiasa _____ untuk membina tubuh badan yang sihat.

- A) bersenam
- B) makan
- C) merokok
- D) bergaduh

3. Penagihan dadah berpunca daripada aktiviti?

- A) Berbasikal.
- B) Makan minum.
- C) Merokok.
- D) Tidur.

4. Pernyataan yang manakah tidak merujuk kepada gaya hidup sihat.

- A) HIDUP SELAMAT TANPA DADAH
- B) HIDUP HARMONI TANPA DADAH
- C) HIDUP SENGSARA TANPA DADAH
- D) HIDUP CEMERLANG TANPA DADAH

5. Berikut merupakan amalan gaya hidup sihat, kecuali

- A) beriadah.
- B) menyertai program keagamaan.
- C) mengambil makanan ringan.
- D) mewujudkan komunikasi yang berkesan.

6. Pilih pernyataan yang salah mengenai punca merokok.

- A) Pengaruh daripada kawan-kawan.
- B) Ingin mencuba.
- C) Galakan ibu bapa.
- D) Pengaruh iklan.

7. Dua cara melindungi diri daripada ancaman dadah.

- A) Berfikiran positif dan kekuatan moral serta disiplin.
- B) Makan dan tidur.
- C) Ponteng dan lari dari rumah.
- D) Disko dan lepak.

8. Selain dari segi kesihatan, merokok juga memberi kesan dari segi_____.

- A) ekonomi
- B) suara
- C) gaya
- D) ingatan

9. Berikut merupakan punca remaja mencuba untuk merokok kecuali

- A) mampu beli.
- B) ingin mencuba.
- C) demi kesihatan.
- D) pengaruh rakan sebaya.

10. Paracetamol adalah sejenis_____.

- A) racun
- B) inhalan
- C) ekstesi
- D) ubat

11. Penagih dadah akan membuat keluarga menjadi_____.

- A) pincang
- B) bahagia
- C) harmoni
- D) aman

12. Kita hendaklah bijak memilih_____.

- A) lawan
- B) kawan
- C) guru
- D) rokok

13. Sekiranya salah seorang adik-beradik anda terlibat dengan dadah, apakah tindakan anda?

- A) Mendiamkan diri.
- B) Melaporkan kepada ibu bapa.
- C) Menghebohkan kepada orang lain.
- D) Tidak ambil peduli.

14. Apakah tindakan anda sekiranya terserempak dengan rakan yang sedang merokok.

- A) Memarahi mereka.
- B) Membiarkan mereka.
- C) Melaporkan kepada guru.
- D) Tidak ambil peduli.

15. Masalah kecurian, pecah rumah dan _____ sering dikaitkan dengan penagih dadah.

- A) memancing
- B) ragut
- C) bersenam
- D) kenduri

16. Masyarakat mestilah _____ untuk menangani masalah penagihan dadah.

- A) berpecah belah
- B) tidak ambil peduli
- C) bergaduh
- D) Berkerjasama

17. Air daun yang boleh memabukkan ialah _____.

- A) daun ketum
- B) daun bunga raya
- C) daun lidah buaya
- D) daun kari

18. Apakah kesan dan akibat penagihan dadah?

- A) Merawat penyakit.
- B) Mendapat AIDS.
- C) Badan sihat.
- D) Otak cerdas.

19. Apakah nama penuh AADK?

- A) Agensi Anti dadah Kebangsaan.
- B) Agensi Anti Dadah Kerajaan.
- C) Agensi Anti Dadah Kedaulatan.
- D) Agensi Anti Dadah Keistimewaan.

20. Penyakit berbahaya yang berpunca daripada penagihan dadah ialah _____.

- A) AIDS
- B) malaria
- C) taun
- D) denggi

21. Berikut adalah agensi-agensi yang memainkan peranan dalam melaksanakan kempen anti dadah kecuali

- A) PEMADAM.
- B) AGENSI ANTI DADAH KEBANGSAAN (AADK).
- C) POLIS DAN KASTAM.
- D) TENTERA.

22. Yang manakah antara berikut merupakan amalan yang baik bagi menjaga kesihatan anda?

- A) Meminjam barang keperluan orang lain seperti tuala, berus gigi dengan meminta izin terlebih dahulu.
- B) Membasuh tangan selepas makan sahaja.
- C) Memastikan kuku sentiasa bersih dan pendek.
- D) Memberus gigi sekali sehari sahaja.

23. Apakah kesan merokok kepada kesihatan?

- A) Bertenaga.
- B) Kanser paru-paru.
- C) Obesiti.
- D) Sakit gigi.

24. Yang manakah antara berikut merupakan kesan merokok kepada persekitaran.

- A) Mengembirakan ahli keluarga.
- B) Hidupan air mati.
- C) Longkang tidak tersumbat.
- D) Baik untuk kesihatan orang sekeliling.

25. Abang anda merokok, apakah yang anda boleh lakukan untuk membantu beliau berhenti merokok?

- A) Menyalakan api untuk beliau.
- B) Membantu beliau membeli rokok.
- C) Menasihati beliau dengan memberitahu kesan merokok kepada kesihatan.
- D) Menghisap rokok bersama-sama beliau.

26. Mana berikut BUKAN kandungan rokok.

- A) Butana.
- B) Nikotin.
- C) Protein.
- D) Aseton.

27. Antara kesan asap rokok kepada orang lain ialah _____.

- A) gigi kuning
- B) kuku hitam
- C) sesak nafas
- D) bazir wang

28. Apakah nama-nama untuk singkatan D.A.R.V.I.H?

- A) Dadah, Api, Rokok, Variasi, Ice, HIV
- B) Dadah, Alkohol, Rokok, Vape, Inhalan, HIV.
- C) Dadah, Alkohol, Rokok, Vape, Ice, HIV.
- D) Dadah, Api, Rokok, Variasi, Inhalan, HIV.

29. Apakah agenda negara bagi membasmi dadah?

- A) Negara Bebas Dadah.
- B) Negara Anti Dadah.
- C) Negara Hapus Dadah.
- D) Negara Basmi Dadah.

30. Penyakit berbahaya yang berpunca daripada penagihan dadah ialah _____.

- A) AIDS
- B) taun
- C) malaria
- D) denggi

31. Penagihan dadah berpunca daripada aktiviti _____.

- A) berbasikal
- B) makan minum
- C) merokok
- D) tidur

32. Contoh racun adalah _____.

- A) antibiotik
- B) vitamin
- C) paraquat
- D) Panadol

33. Sekolah Bebas Dadah adalah kempen bagi _____.

- A) sukan negara Malaysia
- B) tajuk kumpulan indie
- C) program anjuran Kementerian Pendidikan
- D) anjuran Kementerian Kesihatan

34. Aktiviti yang berikut mengakibatkan gejala penagihan dadah.

- A) Bersenam.
- B) Memancing.
- C) Pergaulan bebas.
- D) Rekreasi.

35. Apakah yang dimaksudkan dengan 'kesihatan'?

- A) Sihat dari segi fizikal, emosi, mental, sosial dan rohani.
- B) Sihat daripada segala jenis penyakit.
- C) Tidak pernah menghadapi sebarang jenis penyakit berjangkit.
- D) Tidak pernah mendapatkan sebarang rawatan dari klinik atau hospital.