



Kelas : Tahun 4 Al Biruni

Mata Pelajaran : Pengurusan Diri

Tajuk : Pengurusan Emosi dan Sosial

Standard Pembelajaran : 3.1.3 Mengaplikasi cara mengurus perasaan dan bertindak balas kepada sesuatu situasi.



Nama: _____

Tarikh: _____



Arahan : Pilih jawapan yang betul.

Tarik nafas
dan bertenang

Minta maaf

Berkongsi
dengan kawan

Minta bantuan
guru

Bercakap
dengan sopan

Berundur dan
menjauhkan diri

1



Saya kalah dalam permainan
dan berasa marah.

2



Saya terlanggar kawan
tanpa sengaja.

3



Kawan saya tidak mempunyai
pensel warna.

4



Saya tidak faham tugas
yang diberi.

5



Saya ingin bercakap dengan
kawan yang sedih.

6



Kawan menjerit dan saya
berasa tidak selesa.