

BAHAGIAN B : TAKSIRAN KUMPULAN

[30 markah]

NASKHAH CALON

(TEMA : KESIHATAN DAN KEBERSIHAN)

Kesihatan ialah nikmat dan harta yang sangat bernilai kepada manusia. Oleh itu, pelbagai usaha perlu dilaksanakan bagi membudayakan amalan gaya hidup sihat.

Bincangkan.

NASKHAH PENTAKSIR

(TEMA : KESIHATAN DAN KEBERSIHAN)

Kesihatan ialah nikmat dan harta yang sangat bernilai kepada manusia. Oleh itu, pelbagai usaha perlu dilaksanakan bagi membudayakan amalan gaya hidup sihat.

Bincangkan.

CADANGAN IDEA

Gaya hidup sihat bolehlah ditakrifkan sebagai satu amalan kehidupan yang boleh membawa impak positif kepada diri seseorang, keluarga dan masyarakat. Apabila amalan ini dapat dibudayakan tentulah seseorang itu memiliki kehidupan yang penuh ceria tanpa mengalami sebarang masalah yang boleh menjejaskan kehidupannya untuk satu tempoh tertentu.

Usaha yang boleh dilaksanakan:

- | | |
|----------------------------|---|
| 1. Diri sendiri/individu – | Pemakanan sihat/seimbang |
| 2. Keluarga/Ibu bapa - | Mengutamakan kebersihan diri |
| 3. Masyarakat- | Persekitaran yang bersih |
| | Beriadah/Aktiviti senaman |
| | Atasi stres/tekanan |
| | Menjalani pemeriksaan kesihatan |
| | Rehat dan tidur yang secukupnya |
| | Membawa anak menziarahi orang sakit |
| 4. Sekolah- | Guru-guru menasihati murid |
| | Memastikan murid menyertai kegiatan sukan dan permainan |
| | Memastikan pengusaha kantin menjual makanan berkhasiat |
| | Kebersihan dan keceriaan sekolah terjaga |
| 5. Kerajaan- | (Kementerian Kesihatan) |
| | Mengadakan Kempen Gaya Hidup Sihat |
| | Menggalakkan masyarakat membuat pemeriksaan kesihatan |
| | Mengadakan ceramah kesihatan |
| | Mengadakan Pameran Kesihatan |
| | (Kerajaan) |
| | Pembinaan tempat-tempat rekreasi/riadah |

6. Media Massa/Media Sosial

(Stesen televisyen/radio/Internet)

Menyiarkan program kesedaran membudayakan amalan gaya hidup sihat