

Nama: Kelas: Tarikh:



Praktis Ekstra **Unit 1**

Pendidikan Kesihatan
Reproduktif dan Sosial (PEERS)

Jelaskan risiko penyalahgunaan bahan terhadap diri sendiri.

Risiko penyalahgunaan bahan terhadap diri sendiri	
Fizikal	
Janin	
Saraf	
Hati	
Sosial	
Mental dan emosi	
Otak	

Tarikh:



Praktis Ekstra Unit 2 Pemakanan

Panitia Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan telah menganjurkan Kempen Keselamatan Makanan. Antara aktiviti yang dianjurkan ialah pertandingan menulis esei bertajuk “Cara Memilih Makanan atau Minuman Selamat”.

[illegible]

Nama: Kelas: Tarikh:



Praktis Ekstra **Unit 3**

Pertolongan Cemas

Susun dan huraikan langkah prosedur T.O.T.A.P.S.

- *Skill test*
- *Talk*
- *Touch*
- *Active movement*
- *Passive movement*
- *Observe*