

TEMA KESIHATAN DAN KEBERSIHAN

1 Punca segelintir murid tidak menjaga kebersihan tandas

- Ibu bapa tidak mendidik anak tentang aspek kebersihan sejak kecil
- Murid sendiri tidak tahu kaitan kebersihan tandas dengan aspek kesihatan



2 Kebaikan menjaga kebersihan

- Terhindar daripada penyakit seperti kurap, kudis dan pembiakan kutu
- Membina personaliti diri yang unggul sekali gus menonjolkan imej diri yang positif
- Mudah didekati oleh orang lain



3 Punca pemakanan seimbang sukar diamalkan

- Pengaruh iklan di media massa
- Pengaruh rakan sebaya
- Tidak dididik dari kecil untuk mengamalkan pemakanan seimbang
- Kekangan masa untuk mencari atau menyediakan makanan yang sihat



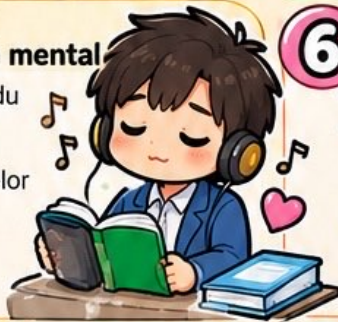
4 Peranan ibu bapa dalam menjaga kesihatan anak-anak

- Membekalkan anak dengan makanan yang disediakan dari rumah
- Mendidik anak dengan maklumat kepentingan menjaga kesihatan
- Memastikan anak menerima suntikan vaksin yang sepatutnya
- Membawa anak untuk menjalani pemeriksaan kesihatan secara berkala



5 Langkah mengelakkan diri daripada masalah kesihatan mental

- Meluahkan perasaan kepada individu yang boleh dipercayai
- Mendapatkan bantuan profesional seperti pakar psikologi atau kaunselor
- Melakukan aktiviti riadah untuk mengurangkan stres
- Mendekatkan diri kepada Tuhan dan ajaran agama



6 Kesan buruk persediaan yang tidak bersih

- Mudah dijangkiti penyakit
- Menjalani kehidupan yang tidak selesa



7 Ciri individu yang mengalami tekanan mental

- Kelihatan kusut dan tidak teratur
- Mudah marah
- Lebih gemar mengasingkan diri dan menyendiri



8 Peranan ibu bapa memantau kesihatan mental anak

- Meluangkan masa secukupnya dengan anak
- Mengambil tahu aktiviti seharian anak
- Peka akan perubahan sikap dan tingkah laku anak



9 Cara individu menjaga kebersihan diri

- Mandi dua hingga tiga kali sehari
- Menggosok gigi
- Mencuci tangan sebelum makan
- Memastikan pakaian bersih



10 Cabaran mengamalkan gaya hidup sihat

- Kekangan atau kekurangan masa
- Pengaruh rakan sebaya
- Sikap malas dan tiada motivasi
- Pengaruh media massa



11 Kepentingan menjaga kesihatan mental

- Dapat menjalani kehidupan dengan lebih sejahtera
- Prestasi kerja akan berada pada tahap yang baik
- Hubungan dengan ahli keluarga lebih harmoni



12 Cara mencegah penyakit berjangkit

- Menjaga faktor kebersihan diri
- Mengelakkan diri berada di kawasan penyakit berjangkit
- Kuarantin diri jika bergejala
- Mengambil langkah pencegahan seperti memakai pelitup muka



13 Tindakan ibu bapa memastikan anak mengambil makanan sihat

- Membekalkan anak dengan bekal dari rumah
- Memantau pemakanan anak di luar rumah
- Menjadi contoh teladan dengan membudayakan pemakanan sihat di rumah
- Mendidik anak dari kecil untuk makan makanan sihat





1 Sebab-sebab kita perlu mengutamakan keselamatan ketika menggunakan Internet

- Mengelakkan kebocoran data peribadi
- Tidak menjadi mangsa penipuan dalam talian
- Tidak mudah terpedaya dengan maklumat atau berita palsu



2 Peranan ibu bapa dalam memastikan anak-anak menggunakan Internet dengan selamat

- Mengehadkan masa penggunaan
- Memantau penggunaan Internet anak
- Memasang aplikasi kawalan ibu bapa pada peranti



3 Cara pihak sekolah memupuk kesedaran tentang kepentingan menjaga keselamatan

- Memaklumkan cara menjaga keselamatan ketika perhimpunan mingguan sekolah
- Menampal poster di kawasan strategik dalam kawasan sekolah
- Menjalankan latihan kecemasan kebakaran dengan kerjasama anggota bomba dan penyelamat
- Menjemput penceramah dan mengadakan ceramah langkah menjaga keselamatan di kawasan sekolah



4 Peranan ibu bapa dalam menjaga keselamatan anak

- Mengambil tahu aktiviti anak di luar rumah termasuk rakan sebaya
- Menghantar dan mengambil anak dari sekolah atau menguruskan pengangkutan yang diyakini selamat
- Tidak membenarkan anak di bawah umur dan tidak memiliki lesen membawa kenderaan
- Meletakkan peralatan tajam dan berbahaya di tempat yang tersembunyi dan tidak dapat dicapai oleh anak



5 Kesan sekiranya aspek keselamatan tidak dititikberatkan

- Mendapat kecelakaan atau kecederaan
- Boleh merisikokan kehilangan nyawa
- Mengalami kerugian dari aspek kewangan



6 Langkah mengurangkan kemalangan jalan raya

- Mengetatkan penguatkuasaan undang-undang
- Menjalankan sekatan jalan raya dengan lebih kerap
- Mengadakan kempen kesedaran keselamatan jalan raya dengan lebih menyeluruh



7 Ciri sekolah selamat

- Mempunyai pelan laluan kecemasan
- Pengawal keselamatan menjalankan tanggungjawab dengan sempurna
- Sekolah dilengkapi dengan kamera litar tertutup di kawasan strategik



8 Cabaran kecanggihan teknologi

- Kebocoran data peribadi
- Penipuan dalam talian
- Suntingan gambar dan video palsu menggunakan teknologi kecerdasan buatan
- Penyebaran berita palsu dan maklumat yang tidak sahih
- Gangguan buli siber



9 Langkah memastikan penunggang motosikal selamat

- Memastikan penunggang mematuhi peraturan jalan raya
- Sekatan dan pemeriksaan motosikal dijalankan dari semasa ke semasa
- Ceramah keselamatan penunggang motosikal dari sekolah ke sekolah



10 Peranan ibu bapa memantau kesihatan mental anak

- Kekangan atau kekurangan masa
- Pengaruh rakan sebaya
- Sikap malas dan tiada motivasi
- Pengaruh media massa



SERTA TELEGRAM SEARCH

@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026!

JOM BERSAMA KITA JADI LEBIH SELAMAT!





1 Aktiviti-aktiviti yang dapat memupuk perpaduan

- Permainan sukan rakyat di kawasan perumahan
- Aktiviti gotong-royong
- Majlis rumah terbuka



2 Kepentingan perpaduan antara kaum di Malaysia

- Memastikan kestabilan sosial
- Tiada pergaduhan atau pertelingkahan berlaku
- Ekonomi boleh berkembang dengan baik
- Meningkatkan imej negara di mata dunia



3 Cara memupuk perpaduan dalam kalangan masyarakat

- Mengadakan aktiviti gotong-royong
- Menganjurkan majlis rumah terbuka
- Mengaktifkan fungsi rukun tetangga
- Membudayakan amalan ziarah-menziarahi



4 Langkah memupuk perpaduan di kawasan kediaman

- Mengadakan aktiviti gotong-royong
- Menganjurkan majlis rumah terbuka
- Mengaktifkan fungsi rukun tetangga
- Membudayakan amalan ziarah-menziarahi



5 Cabaran memupuk perpaduan di negara kita

- Kerajaan menganjurkan kempen perpaduan secara efektif
- Penganjuran majlis rumah terbuka ketika musim perayaan



6 Implikasi jurang perpaduan antara kaum

- Keharmonian sosial tergugat
- Memberikan impak kepada ekonomi dan pelaburan
- Imej dan nama baik negara terjejas



7 Cabaran mewujudkan komuniti kejiranan yang harmoni

- Sikap mementingkan diri sendiri atau individualistik
- Perbezaan agama, bangsa dan kepercayaan
- Jurang sosioekonomi
- Pekangan masa
- Pengaruh teknologi



SERTAI TELEGRAM SEARCH
@exercise_students
UNTUK TARGET/RAMALAN
SPM 2026!



KEBUDAYAAN, KESENIAN DAN ESTETIKA

1 Punca masyarakat mula melupakan seni tradisional

- Lambakan hiburan digital seperti permainan dalam talian
- Persaingan dengan budaya luar seperti budaya k-pop
- Gaya hidup yang sibuk
- Kurang pendedahan dari peringkat akar umbi



2 Usaha mempopularkan kesenian tradisional

- Pihak kerajaan mengadakan kempen kebudayaan secara terancang
- Pihak kerajaan memperuntukkan dana khusus kepada penggiat seni dan kebudayaan
- Pihak sekolah memperkenalkan aktiviti kebudayaan menerusi kurikulum seperti kelab kebudayaan dan kesenian
- Media massa menyiarkan rancangan khusus tentang warisan kesenian tanah air



3 Sebab seni anyaman semakin dilupakan

- Kurangnya minat generasi muda kerana menganggap sebagai ketinggalan zaman
- Proses pembuatan yang rumit
- Sukar mendapatkan bahan mentah
- Kekurangan pulangan ekonomi
- Pengaruh modenisasi



4 Tanggungjawab kerajaan mempopularkan seni warisan tradisional negara

- Mengadakan kempen dan promosi media
- Penganjuran festival kesenian
- Pendidikan latihan kepada golongan muda



5 Cara menggalakkan remaja menggalakkan adat tradisi kaum masing-masing

- Ibu bapa mendidik sejak kecil
- Ibu bapa menunjukkan cara sambutan adat tertentu
- Pihak sekolah mengadakan pertandingan pakaian tradisi
- Kerajaan boleh mengadakan pertandingan video pendek berasaskan tradisi



6 Peranan pelbagai pihak dalam memelihara makanan tradisional

- Ibu bapa mengajar anak menyediakan makanan tradisi di rumah
- Kerajaan mengadakan kempen dan festival makanan tradisi
- Pihak sekolah mengadakan pertandingan memasak makanan tradisi
- Media massa menyiarkan dokumentari berkenaan makanan tradisi
- Masyarakat bergotong-royong menyediakan makanan tradisi



7 Kepentingan memelihara adat dan budaya tempatan

- Mengekalkan identiti dan lambang negara
- Mengukuhkan perpaduan kaum
- Meningkatkan ekonomi melalui pelancongan



8 Kebaikan memelihara bangunan warisan

- Menjana ekonomi negara melalui pelancongan
- Memupuk semangat patriotisme
- Sebagai sumber penyelidikan dan pendidikan
- Bukti sejarah yang nyata



SERTAI TELEGRAM SEARCH

@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026!





1 Sebab penggunaan teknologi hijau kurang mendapat sambutan masyarakat

- Tahap kesedaran dan literasi yang rendah
- Kos permulaan yang tinggi
- Kekurangan infrastruktur dan sokongan
- Sikap dan kebiasaan masyarakat

2 Usaha menggalakkan penggunaan teknologi hijau dalam kehidupan

- Penggunaan panel solar pada kediaman
- Amalan 5R (menolak, mengurangkan, guna semula, kitar semula dan mengkompos)
- Pengangkutan hijau (kereta elektrik)
- Peranan institusi pendidikan
- Peranan kerajaan menyebarkan maklumat melalui kempen

3 Cara menggalakkan masyarakat mengamalkan kitar semula

- Ibu bapa menjadikan amalan 3R sebagai gaya hidup
- Pihak sekolah memberikan penekanan melalui aktiviti dan amalan
- Pihak berkuasa tempatan memperbanyak infrastruktur
- Media massa menjalankan kempen secara berterusan

4 Cabaran untuk memupuk amalan kitar semula

- Kekurangan pengetahuan dan kesedaran
- Sikap masyarakat yang sambalewa
- Kekurangan infrastruktur
- Nilai insentif yang rendah

5 Peranan pelbagai pihak dalam menjaga alam sekitar

- Kerajaan menguatkuasakan undang-undang
- Masyarakat membudayakan amalan hijau
- Pematuhan standard alam sekitar oleh sektor swasta dan industri
- Institut pendidikan mendidik generasi baharu secara berterusan
- Media massa menyebarkan maklumat yang berkaitan

6 Cara-cara menjaga alam sekitar

- Mempraktikkan amalan kitar semula
- Menjimatkan tenaga dan air
- Mengurangkan pencemaran udara
- Menanam pokok
- Menerusi pendidikan

7 Kepentingan teknologi hijau

- Memelihara dan melindungi alam sekitar
- Mengurangkan pelepasan gas hijau
- Menjimatkan dan memulihara sumber asli
- Meningkatkan kesihatan awam

SERTAI TELEGRAM SEARCH @exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026 !

TEMA SAINS, TEKNOLOGI DAN INOVASI

1 Kebaikan kemajuan sains dan teknologi

- Memudahkan komunikasi
- Meningkatkan taraf kesihatan
- Melancarkan urusan kerja seharian
- Memperbaiki sistem pengangkutan



2 Langkah meningkatkan penggunaan teknologi terkini dalam kalangan masyarakat

- Kerajaan menganjurkan kempen tentang penggunaan teknologi
- Integrasi teknologi dalam pendidikan dari rumah dan sekolah



3 Kepentingan penggunaan teknologi dalam kehidupan

- Memudahkan komunikasi
- Meningkatkan taraf kesihatan
- Melancarkan urusan kerja seharian
- Memperbaiki sistem pengangkutan



4 Cara meningkatkan minat murid dalam bidang STEM

- Ibu bapa mendedahkan anak dalam bidang STEM sejak kecil
- Kerajaan mengadakan kempen berkaitan STEM kepada kumpulan sasaran
- Pendekatan PdP dalam bidang STEM secara menarik di sekolah



5 Keburukan teknologi kepada manusia

- Merenggangkan hubungan sosial
- Meningkatkan kadar jenayah siber
- Menjejaskan kesihatan fizikal dan mental
- Ancaman kehilangan pekerjaan



6 Kesan ketagihan telefon pintar

- Gangguan tidur
- Masalah kesihatan seperti mata
- Produktiviti menurun
- Renggangnya hubungan sosial bersemuka



7 Cabaran penggunaan teknologi buatan

- Integriti seperti isu plagiat
- Privasi dan keselamatan data pengguna
- Penyebaran berita palsu
- Hilangnya daya kreativiti manusia



SERTAI TELEGRAM SEARCH

@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN
SPM 2026!

TEMA JATI DIRI, PATRIOTISME DAN KEWARGANEGARAAN

1 Usaha yang boleh dilakukan untuk memperkukuh jati diri generasi muda

- Ibu bapa perlu menunjukkan teladan yang baik kepada anak
- Ibu bapa memperkukuh didikan agama terhadap anak
- Institusi pendidikan memperkukuh ilmu sivik dan patriotisme
- Kerajaan mengadakan program pembangunan belia



2 Aktiviti yang boleh memupuk semangat patriotik dalam masyarakat berbilang kaum

- Aktiviti gotong-royong di kawasan penempatan
- Majlis rumah terbuka
- Sukan rakyat
- Pertandingan kesenian dan kebudayaan
- Tayangan filem patriotik



3 Peranan sekolah dalam mengukuhkan semangat patriotik

- Mengadakan sambutan bulan kebangsaan
- Menganjurkan kuiz sejarah
- Pertandingan hiasan kelas bertemakan bulan kebangsaan
- Pertandingan pakaian kreatif bertemakan kemerdekaan
- Pertandingan deklamasi sajak
- Tayangan filem atau dokumentari patriotik
- Ceramah perdana sejarah dan perjuangan tokoh tanah air



4 Peranan pelbagai pihak dalam mengukuhkan semangat patriotik

- Ibu bapa perlu menceritakan sejarah tanah air kepada anak sejak kecil
- Pihak sekolah menerapkan semangat patriotik menerusi aktiviti kokurikulum
- Media massa menyiarkan dokumentari bertemakan patriotik
- Kerajaan menganjurkan kempen patriotik secara efektif



5 Punca semangat patriotisme semakin pudar dalam kalangan generasi muda

- Kurangnya penekanan dan didikan dari rumah oleh ibu bapa
- Terlalu mengagungkan budaya luar
- Keghairahan dalam dunia hiburan dan budaya hedonisme
- Sikap individualistik



6 Langkah menggalakkan remaja menghayati Rukun Negara

- Menubuhkan Kelab Rukun Negara di sekolah
- Disisipkan dalam kurikulum menerusi pembelajaran di sekolah
- Kerajaan menganjurkan kempen kesedaran
- Pencipta kandungan media sosial



7 Kepentingan jati diri dalam kehidupan

- Mengelakkan pengaruh negatif
- Memupuk perpaduan dan keharmonian
- Mengekalkan kedaulatan negara



8 Peranan media massa dalam menyemai nilai murni dalam kalangan masyarakat

- Menyiarkan kandungan yang bersifat positif
- Memaparkan budaya dan adat resam masyarakat pelbagai kaum yang positif
- Mendidik adab dan etika digital





1 Peranan media massa mempopularkan pelancongan berasaskan makanan



- Memperkenalkan variasi makanan popular tanah air
- Menggunakan promosi melalui pengiklanan di kaca televisyen
- Memanfaatkan kuasa media sosial dan mempengaruhi media sosial
- Menganjurkan festival makanan

2 Manfaat sektor pelancongan kepada penduduk setempat



- Peluang pekerjaan dan perniagaan
- Meningkatkan pendapatan dan ekonomi
- Pembangunan infrastruktur
- Pemeliharaan warisan dan kebudayaan

3 Peranan kerajaan memajukan sektor pelancongan



- Pembangunan prasarana dan kemudahan
- Kempen dan promosi pelancongan
- Memperkenalkan produk pelancongan baharu
- Penganjuran acara antarabangsa

4 Langkah menggalakkan kedatangan pelancong kesihatan ke Malaysia



- Memperkukuh promosi pasaran antarabangsa
- Memberikan insentif cukai kepada hospital
- Meningkatkan kualiti infrastruktur dan kemudahan
- Melahirkan lebih ramai pakar perubatan bertaraf antarabangsa

5 Kebaikan sektor pelancongan



- Meningkatkan ekonomi negara
- Mewujudkan peluang pekerjaan
- Memperkenalkan budaya dan warisan
- Memajukan industri kecil dan sederhana
- Pembangunan infrastruktur setempat

6 Langkah pelbagai pihak memperkenalkan destinasi pelancongan negara



- Kerajaan membangunkan infrastruktur dan kemudahan
- Kerajaan menganjurkan kempen mega secara berkesan
- Pengusaha industri pelancongan menawarkan pakej yang berpatutan
- Masyarakat menjaga kebersihan
- Masyarakat memelihara keamanan

7 Cara menjadikan Malaysia sebagai hab pelancongan kesihatan



- Memperkukuh kualiti hospital
- Mengekalkan kos rawatan yang kompetitif dan berpatutan
- Memperkasa promosi dan kerjasama antarabangsa
- Menyediakan pakej pelancongan bersepadu
- Mempermudah urusan logistik dan imigresen
- Menambahkan tenaga pakar perubatan bertaraf antarabangsa
- Memperbanyak pelbagai fasiliti moden dan canggih persis yang digunakan di hospital negara maju



SERTAI TELEGRAM SEARCH
@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026 !



TEMA EKONOMI, KEUSAHAWANAN DAN PENGURUSAN KEWANGAN

1 Cabaran untuk menjadi seorang usahawan



- Risiko kewangan dan aliran tunai
- Pemasaran dan persaingan sengit
- Kurang pengalaman dan pengetahuan
- Perubahan teknologi dan pasaran
- Tekanan mental dan keseimbangan hidup



2 Peranan sekolah memupuk minat murid terhadap bidang keusahawanan



- Sisipan dalam kurikulum dan akademik
- Penglibatan dalam koperasi sekolah
- Aktiviti kokurikulum
- Pembelajaran berasaskan projek



3 Cara menguruskan perbelanjaan harian dengan baik



- Membuat bajet dan tetapkan had perbelanjaan harian
- Membezakan antara keperluan dan kehendak
- Mengamalkan prinsip simpan sebelum belanja



4 Peranan ibu bapa mendidik anak menguruskan kewangan



- Ibu bapa menjadi contoh teladan kepada anak
- Ibu bapa membantu anak membuka akaun bank simpanan
- Ibu bapa melatih anak menguruskan wang saku
- Ibu bapa mendidik anak membezakan antara keperluan dan kehendak



5 Cara pihak sekolah mendidik murid tentang ilmu kewangan



- Mendidik murid melalui aktiviti koperasi sekolah
- Menganjurkan minggu celik kewangan
- Penyerapan melalui aktiviti pembelajaran di dalam kelas
- Ceramah kesedaran pengurusan kewangan



6 Cabaran memupuk kesedaran tentang pengurusan kewangan dalam kalangan masyarakat



- Gaya hidup boros
- Budaya biar papa asalkan bergaya
- Keberhutangan yang tinggi
- Kurang pengetahuan sejak usia muda



SERTA TELEGRAM SEARCH

@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026 !



TEMA

PERTANIAN, PENTERNAKAN DAN PERIKANAN

1 Faktor generasi muda kurang berminat dalam bidang penternaakan

- Persepsi negatif dan dianggap kurang berprestij
- Kekurangan modal dan aset
- Masalah pemilikan tanah
- Pulangan modal yang lambat dan pendapatan tidak stabil
- Ketiadaan keterjaminan pasaran
- Kurang pendedahan teknologi moden
- Kurang galakan dan sokongan daripada keluarga

2 Usaha untuk memajukan bidang penternaakan

- Pemberian latihan dan bimbingan
- Penggunaan teknologi moden
- Sokongan kewangan dan subsidi
- Kempen menarik minat golongan belia

3 Langkah menarik minat golongan muda menceburi bidang pertanian

- Peranan kerajaan memperkenalkan penggunaan teknologi moden
- Bantuan kewangan, subsidi dan geran tanah
- Peranan institusi pendidikan khususnya menerusi pendidikan TVET
- Sokongan daripada ibu bapa
- Kempen efektif daripada media massa

4 Kepentingan bidang pertanian kepada negara

- Menjamin sekuriti dan bekalan makanan
- Menjana pendapatan daripada hasil eksport
- Mewujudkan peluang pekerjaan
- Menyeimbangkan jurang ekonomi
- Melestarikan alam sekitar

5 Cabaran dalam industri perikanan negara

- Kepupusan dan kerosakan sumber marin
- Pencemaran maritim
- Kekurangan tenaga kerja muda
- Ancaman keselamatan di laut
- Kekurangan modal dan penggunaan teknologi tradisional

SERTAI TELEGRAM SEARCH

@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026 !



TEMA

PERINDUSTRIAN

1

Usaha untuk memajukan industri automotif negara



- Peralihan kepada kenderaan elektrik dan teknologi hijau
- Memperkukuh rantaian bekalan
- Pembangunan modal insan dan teknologi
- Kerjasama strategik antarabangsa

2

Kebaikan penggunaan kereta elektrik



- Mesra alam sekitar
- Jimat kos bahan api
- Penyelenggaraan lebih murah dan mudah
- Pemanduan yang lebih senyap dan lancar

3

Langkah menggalakkan golongan muda terlibat dalam perindustrian



- Memperkukuh pendidikan TVET
- Menyediakan bantuan modal dan geran pendidikan
- Mengadakan kempen kesedaran untuk mengubah persepsi masyarakat

4

Beranan kerajaan menggalakkan pelabur asing melabur di negara kita



- Memberikan insentif cukai dan skim galakan
- Menyediakan infrastruktur lengkap
- Menjamin kestabilan politik dan ekonomi
- Mengadakan rombongan perdagangan

5

Kebaikan memajukan bidang perindustrian negara



- Meningkatkan pendapatan negara
- Menyediakan peluang pekerjaan
- Meningkatkan taraf hidup
- Memacu sektor lain
- Menaikkan imej dan nama negara



SERTAI TELEGRAM SEARCH

@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026!



TEMA SUKAN DAN REKREASI

1

Usaha yang perlu dilakukan untuk melahirkan atlet negara



- Kerajaan menjalankan program pembangunan sejak awal untuk mengesan bakat baharu
- Kerajaan menambah baik mutu dan kualiti prasarana serta kemudahan latihan
- Kerajaan mendapatkan khidmat jurulatih berkualiti
- Kerajaan menyediakan insentif dan ganjaran kepada atlet yang berjaya

2

Cara menggalakkan masyarakat bersukan



- Ibu bapa menjadi teladan kepada anak dalam menjalani aktiviti sukan
- Ibu bapa memberikan sokongan moral kepada anak yang gemar bersukan
- Pihak sekolah menggalakkan penyertaan murid dalam aktiviti bersukan
- Kerajaan menyediakan infrastruktur awam untuk bersukan bagi kemudahan masyarakat

3

Kepentingan bersukan



- Mencegah penyakit kronik
- Mengawal berat badan
- Mengelakkan tekanan mental
- Mengurangkan stres
- Merapatkan silaturahim
- Mengisi masa lapang secara berfaedah

4

Manfaat riadah kepada pelbagai pihak



- Menjamin kesihatan fizikal
- Memberikan ketenangan mental
- Mengeratkan hubungan silaturahim
- Membentuk perpaduan kaum
- Menggalakkan budaya hidup positif
- Memanfaatkan masa secara berfaedah

5

Punca generasi muda kurang aktif dalam bidang sukan



- Pengaruh hiburan
- Pengaruh teknologi
- Sikap malas
- Kekangan masa
- Tidak dididik sejak kecil

6

Peranan kerajaan dalam melahirkan masyarakat yang aktif



- Menyediakan kemudahan dan infrastruktur
- Mengadakan kempen dan program kecergasan

SERTAI TELEGRAM SEARCH

@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026!





1

Cabaran untuk mengekalkan makanan tradisional



- Persaingan daripada makanan moden
- Kurangnya penekanan dari rumah sejak kecil
- Makanan tradisional sukar diperoleh
- Proses penyediaan makanan tradisional rumit
- Bahan untuk menyediakan makanan tradisional ada sebahagiannya sukar diperoleh

2

Kepentingan mempelajari sejarah



- Mengetahui asal usul
- Mengambil iktibar dan pengajaran
- Memupuk semangat patriotisme
- Mengukuhkan perpaduan
- Membangunkan pemikiran kritis

3

Usaha memupuk minat murid terhadap budaya warisan negara



- Memasukkan unsur warisan dalam kurikulum
- Mengadakan minggu kebudayaan di sekolah
- Menubuhkan kelab kebudayaan dan warisan
- Mengadakan aktiviti lawatan sambil belajar

4

Cabaran mengekalkan warisan budaya negara



- Arus globalisasi dan budaya luar
- Proses urbanisasi dan pembangunan luar
- Kekurangan penekanan dan sistem pendidikan
- Kekangan penguatkuasaan dan birokrasi

5

Kepentingan bangunan bersejarah di negara



- Bukti sejarah yang nyata
- Sumber pendidikan dan kajian
- Memupuk semangat patriotisme
- Menjana ekonomi dan pelancongan
- Mengekalkan keunikan seni bina dan warisan



SERTAI TELEGRAM SEARCH
@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026!





1

Faktor rakyat perlu mengambil bahagian dalam pemilihan pemimpin



- Menentukan hala tuju dan masa hadapan negara
- Menunaikan tanggungjawab sivik
- Memastikan sistem semak dan imbang
- Memilih pemimpin berintegriti dan berwibawa
- Memperkukuh sistem demokrasi

2

Kelebihan mempunyai pemimpin yang bertanggungjawab



- Membina kepercayaan dan kredibiliti
- Meningkatkan motivasi dan prestasi pasukan
- Keadilan dan kebajikan terjaga
- Pengurusan krisis yang lebih tenang
- Keharmonian dan kestabilan terpelihara

3

Ciri pemimpin yang baik

INTEGRITI
KEJUJURAN
EMPATI
BERWIBAWA
ADIL



- Mempunyai integriti dan kejujuran
- Mampu berkomunikasi secara berkesan
- Mempunyai empati dan kepedulian
- Bertanggungjawab
- Bersikap adil
- Mahir menyelesaikan masalah
- Menjadi contoh teladan

4

Kepentingan kestabilan politik



- Pertumbuhan dan perkembangan ekonomi
- Peluang pekerjaan dapat diwujudkan
- Keharmonian dan keamanan institusi sosial
- Menggalakkan sektor pelancongan

5

Natijah salah pilih pemimpin



- Kemerosotan ekonomi
- Kenaikan kos sara hidup
- Penggubalan dasar yang merugikan
- Perpecahan sosial

PILIH DENGAN BIJAK,
DEMI MASA DEPAN
NEGARA !



SERTAI TELEGRAM SEARCH
@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026 !



1 Usaha menarik minat murid terhadap mata pelajaran Kesusasteraan Melayu



- Guru mengajar menggunakan teknologi dan pelbagai bentuk media
- Pihak sekolah menganjurkan minggu sastra
- Pusat sumber memperbanyak koleksi karya sastra agung
- Ibu bapa memberikan pendedahan dan sokongan kepada anak yang menunjukkan minat

2 Faedah membaca bahan sastra



- Memperkaya perbendaharaan kata dan kemahiran berbahasa
- Menyemai nilai murni dan kesedaran moral
- Memupuk rasa cinta akan bahasa ibunda
- Memperluas ilmu pengetahuan
- Melahirkan pemikiran yang kritis dan kreatif

3 Langkah memartabatkan bahasa kebangsaan



Bahasa Kebangsaan

Bahasa Perpaduan

Bahasa Ilmu

Bahasa Masa Depan

- Mewajibkan penggunaan bahasa kebangsaan dan urusan rasmi kerajaan
- DBP memperkaya istilah baharu sesuai dengan peredaran zaman
- Menganjurkan kempen kesedaran
- Memperkasakan bahasa Melayu di sekolah
- Berkomunikasi dalam bahasa Melayu di rumah

4 Punca generasi muda kurang menghargai bahasa kebangsaan



- Pengaruh budaya global dan bahasa asing
- Penggunaan bahasa rojak
- Kelemahan dalam sistem pendidikan
- Kurangnya penekanan dalam keluarga
- Kurangnya semangat patriotisme dan jati diri

5 Kepentingan menguasai pelbagai bahasa



- Memudahkan komunikasi seharian
- Meningkatkan peluang kerja
- Memberi akses yang luas kepada ilmu pengetahuan
- Peluang pendidikan yang lebih tinggi
- Memperkuh perpaduan nasional

KUASAI BAHASA, BUKA PELUANG, RAIH MASA DEPAN LEBIH CEMERLANG!

ILMU

PELUANG

PERPADUAN

MASA DEPAN

SERTAI TELEGRAM SEARCH @exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026!



1

Cara untuk menarik minat murid hadir ke sekolah



- Pengajaran interaktif
- Sistem ganjaran dan penghargaan
- Aktiviti kokurikulum yang menarik
- Peranan unit bimbingan dan kaunseling
- Kerjasama padu bersama dengan ibu bapa

2

Kepentingan pendidikan kepada remaja



- Membina keyakinan dan potensi diri
- Meningkatkan peluang kerjaya dan ekonomi
- Pembentukan sahsiah dan moral
- Keupayaan berfikir secara rasional
- Sumbangan kepada pembangunan negara

3

Kaedah teknologi membantu murid dalam pembelajaran



- Pembelajaran interaktif dan gamifikasi
- Bimbingan kecerdasan buatan
- Pembelajaran kolaboratif
- Alat bantu mengajar yang seiring zaman

4

Kelebihan belajar secara berkumpulan



- Meningkatkan kefahaman
- Membantu rakan yang lemah
- Meningkatkan motivasi diri
- Mengukuhkan kemahiran sosial
- Sesi pembelajaran yang aktif



SERTAI TELEGRAM SEARCH
@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026 !





1

Kriteria dalam pemilihan kerjaya



- Minat dan cita-cita
- Kelayakan akademik dan kemahiran
- Gaji dan faedah sampingan
- Peluang dan prospek kerjaya
- Kestabilan dan lokasi kerja
- Keseimbangan hidup

2

Ciri kerjaya pilihan



- Minat dan cita-cita
- Kelayakan akademik dan kemahiran
- Gaji dan faedah sampingan
- Peluang dan prospek kerjaya
- Kestabilan dan lokasi kerja
- Keseimbangan hidup

3

Persediaan sebelum menghadapi temu duga



- Mengkaji maklumat syarikat
- Memahami deskripsi kerja
- Menyediakan dokumen berkaitan
- Berpakaian kemas
- Menepati masa

4

Kesan negatif lambakan pekerja asing dalam sektor pekerjaan tanah air



- Aliran keluar mata wang
- Peningkatan isu sosial dan keselamatan
- Tekanan terhadap upah tempatan
- Penularan wabak penyakit

5

Langkah menjadi pekerja yang cemerlang



- Membetulkan niat dan mengukuhkan komitmen
- Mematuhi etika kerja dan disiplin
- Proaktif dan bersedia menyelesaikan masalah
- Mempunyai kemahiran komunikasi yang berkesan
- Bersedia untuk belajar sepanjang hayat

6

Cabaran utama memilih pekerjaan pada masa ini



- Ketidakepadanan kemahiran dan kelayakan
- Gaji rendah sedangkan kos sara hidup tinggi
- Cabaran automasi dan teknologi kecerdasan buatan
- Persaingan sengit dan kekurangan pekerjaan berkualiti

7

Kesan bekerja tidak mengikut kelulusan



- Gaji dan pendapatan rendah
- Pembaziran potensi dan kemahiran
- Tekanan mental dan motivasi merosot
- Sukar naik pangkat dalam bidang asal

8

Sebab perlu merancang hala tuju kerjaya sejak kecil



- Memberi hala tuju dan matlamat hidup yang jelas
- Menjimatkan masa dan kos pendidikan
- Membina kemahiran relevan lebih awal
- Lebih bersedia menghadapi persaingan dunia kerjaya



SERTAI TELEGRAM SEARCH
@exercise_students
UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026!

RANCANG KERJAYA
DARI SEKARANG,
CAPAI MASA DEPAN
YANG LEBIH CERAH!



1 Kelebihan sifat amanah dalam kehidupan



- Mendapat kepercayaan dan rasa hormat
- Mengeratkan hubungan
- Melahirkan masyarakat yang harmoni
- Kecemerlangan kerja dan pentadbiran
- Meraih ketenangan jiwa dan keredaan Tuhan

2 Cara mengelakkan diri daripada terlibat dalam rasuah



- Tegas dalam menolak suapan
- Mengukuhkan pegangan agama
- Memahami undang-undang antirasuah
- Mengamalkan ketelitian dalam bekerja
- Mengelakkan rasa tamak atau ingin cepat kaya

3 Peranan pelbagai pihak dalam menangani rasuah



SPRM menyiasat dan mengesan kes rasuah dengan telus



Kerajaan menggubal dan menguatkuasakan undang-undang yang ketat



Media massa menyebarkan maklumat dan memberi penekanan moral



Peranan keluarga mendidik anak membenci rasuah sejak kecil



4 Kelebihan memiliki sifat jujur dalam kehidupan



- Memperoleh ketenangan hati dan jiwa
- Berupaya membina kepercayaan
- Menjaga maruah dan harga diri
- Memudahkan penyelesaian masalah
- Menjimatkan tenaga emosi

5 Peranan sekolah dalam melahirkan generasi yang berintegriti



- Menerapkan nilai integriti dalam kurikulum
- Pelaksanaan aktiviti kokurikulum
- Guru sebagai contoh teladan
- Pembangunan budaya dan peraturan di sekolah
- Literasi digital dan etika siber



SERTAI TELEGRAM SEARCH
@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026 !





1 Kelebihan sifat amanah dalam kehidupan



- Mendapat kepercayaan dan rasa hormat
- Mengeratkan hubungan
- Melahirkan masyarakat yang harmoni
- Kecemerlangan kerja dan pentadbiran
- Meraih ketenangan jiwa dan keredaan Tuhan

2 Cara mengelakkan diri daripada terlibat dalam rasuah



- Tegas dalam menolak suapan
- Mengukuhkan pegangan agama
- Memahami undang-undang antirasuah
- Mengamalkan ketelitian dalam bekerja
- Mengelakkan rasa tamak atau ingin cepat kaya

3 Peranan pelbagai pihak dalam menangani rasuah



SPRM menyiasat dan mengesan kes rasuah dengan telus



Kerajaan menggubal dan menguatkuasakan undang-undang yang ketat



Media massa menyebarkan maklumat dan memberi penekanan moral



Peranan keluarga mendidik anak membenci rasuah sejak kecil



4 Kelebihan memiliki sifat jujur dalam kehidupan



- Memperoleh ketenangan hati dan jiwa
- Berupaya membina kepercayaan
- Menjaga maruah dan harga diri
- Memudahkan penyelesaian masalah
- Menjimatkan tenaga emosi

5 Peranan sekolah dalam melahirkan generasi yang berintegriti



- Menerapkan nilai integriti dalam kurikulum
- Pelaksanaan aktiviti kokurikulum
- Guru sebagai contoh teladan
- Pembangunan budaya dan peraturan di sekolah
- Literasi digital dan etika siber



SERTAI TELEGRAM SEARCH
@exercise_students

UNTUK TARGET/RAMALAN SPM 2026 !

