JAWAPAN PRAKTIS 2

**PENDAHULUAN**

Petikan membincangkan **kebaikan/ kepentingan/faedah/manfaat/kemaslahatan/kesan positif** makan bersama-sama dengan keluarga dalam kalangan masyarakat.

**ISI TERSURAT** - **Kelebihan makan bersama-sama dengan keluarga:**

1. Dapat menunjukkan tabiat pemakanan yang baik.

2. Ibu bapa boleh menetapkan disiplin atau peraturan di meja makan.

3. Boleh berinteraksi dengan anak-anak.

4. Dapat mengesan pergerakan harian anak-anak.

5. Kemungkinan anak-anak untuk berbabit dalam gejala sosial rendah rendah.

6. Boleh menjadikan masa makan sebagai masa yang terbaik untuk memuji anak-anak.

7. Dapat melatih anak-anak berfikir dan bertutur.

8. Keakraban hubungan antara anggota keluarga akan terjalin.

9. Mampu membentuk adab sopan anak-anak.

**ISI TERSIRAT** - **Halangan untuk mengamalkannya:**

1. Ibu bapa sibuk dengan kerjaya / aktiviti masing-masing.

2. Amalan ini tidak menjadi budaya dalam keluarga.

3. Kurangnya usaha ibu bapa untuk mengamalkannya.

4. Kurangnya kesedaran tentang kepentingan makan bersama dalam kalangan masyarakat.

5. Anak-anak sibuk dengan aktiviti sekolah / tuisyen.

6. Tarikan makanan segera / terdapat banyak pilihan makanan di luar.

7. Ruang makan di rumah tidak kondusif / sesuai / selesa.

***KESIMPULAN***

Ibu bapa haruslah membudayakan amalan makan bersama-sama dengan keluarga supaya dapat membentuk keluarga bahagia.

**Soalan 2(a) : Petikan Umum**

**i)** Maksud rangkai kata *kesejahteraan minda* ialahketenangan / ketenteraman pemikiran/fikiran/akal

**ii) Tabiat buruk yang diamalkan ketika makan:**

• makan tanpa mengikut waktu makan yang sepatutnya.

• gemar menikmati makanan ketika menonton televisyen.

• makan tergesa-gesa.

**iii) Langkah-langkah untuk mengalakkan amalan makan bersama-sama dengan keluarga:**

• kempen galakan makan bersama-sama dengan keluarga.

• media massa menguar-uarkan kebaikan amalan makan bersama-sama dengan keluarga.

• ibu bapa menetapkan waktu makan bersama-sama dengan keluarga.

• melatih/mengasuh anak anak-anak makan bersama-sama sejak kecil.

• menyediakan makanan kesukaan/kegemaran keluarga.