

DRAF



KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH

DOKUMEN STANDARD KURIKULUM DAN PENTAKSIRAN

PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN LIMA

KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH
DOKUMEN STANDARD KURIKULUM DAN PENTAKSIRAN

PENDIDIKAN KESIHATAN
TAHUN LIMA

BAHAGIAN PEMBANGUNAN KURIKULUM

Cetakan Pertama 2014
© Kementerian Pendidikan Malaysia

Hak Cipta Terpelihara. Tidak dibenarkan mengeluarkan mana-mana bahagian artikel, ilustrasi dan isi kandungan buku ini dalam apa jua bentuk dan dengan cara apa jua sama ada secara elektronik, fotokopi, mekanik, rakaman atau cara lain sebelum mendapat kebenaran bertulis daripada Pengarah, Bahagian Pembangunan Kurikulum, Kementerian Pendidikan Malaysia, Aras 4-8, Blok E9, Parcel E, Kompleks Pentadbiran Kerajaan Persekutuan, 62604 Putrajaya.



RUKUN NEGARA

BAHAWASANYA negara kita Malaysia mendukung cita-cita untuk mencapai perpaduan yang lebih erat dalam kalangan seluruh masyarakatnya; memelihara satu cara hidup demokratik; mencipta masyarakat yang adil bagi kemakmuran negara yang akan dapat dinikmati bersama secara adil dan saksama; menjamin satu cara yang liberal terhadap tradisi-tradisi kebudayaannya yang kaya dan berbagai-bagai corak; membina satu masyarakat progresif yang akan menggunakan sains dan teknologi moden;

MAKA KAMI, rakyat Malaysia, berikrar akan menumpukan seluruh tenaga dan usaha kami untuk mencapai cita-cita tersebut berdasarkan atas prinsip-prinsip yang berikut:

- KEPERCAYAAN KEPADA TUHAN
- KESETIAAN KEPADA RAJA DAN NEGARA
- KELUHURAN PERLEMBAGAAN
- KEDAULATAN UNDANG-UNDANG
- KESOPANAN DAN KESUSILAAN

Falsafah Pendidikan Kebangsaan

Pendidikan di Malaysia adalah suatu usaha berterusan ke arah lebih memperkembangkan potensi individu secara menyeluruh dan bersepadu untuk melahirkan insan yang seimbang dan harmonis dari segi intelek, rohani, emosi dan jasmani berdasarkan kepercayaan dan kepatuhan kepada Tuhan. Usaha ini adalah bertujuan untuk melahirkan warganegara Malaysia yang berilmu pengetahuan, berketerampilan, berakhlak mulia, bertanggungjawab dan berkeupayaan mencapai kesejahteraan diri serta memberikan sumbangan terhadap keharmonian dan kemakmuran keluarga, masyarakat dan negara.

KANDUNGAN

RUKUN NEGARA

FALSAFAH PENDIDIKAN KEBANGSAAN

KURIKULUM PENDIDIKAN KESIHATAN

PENDAHULUAN 1

MATLAMAT 1

OBJEKTIF 1

FOKUS 1

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL 2

(PEERS) DALAM KURIKULUM PENDIDIKAN KESIHATAN

CADANGAN PENGAGIHAN WAKTU 3

ORGANISASI STANDARD KURIKULUM 3

PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN 4

KEMAHIRAN BERFIKIR ARAS TINGGI (KBAT) 5

PENTAKSIRAN 6

KURIKULUM PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN LIMA

OBJEKTIF PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN LIMA 9

MODUL 1 : KESIHATAN FIZIKAL 11

MODUL 2 : KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL 15

MODUL 3 : KESIHATAN PERSEKITARAN 18

PENDAHULUAN

Pendidikan Kesihatan ialah disiplin ilmu yang membolehkan murid mendapat pengalaman pembelajaran secara berterusan untuk membuat keputusan, meningkatkan literasi kesihatan dan mengamalkan gaya hidup sihat. Murid dididik supaya sentiasa bersedia menyesuaikan diri dalam aspek fizikal, mental, emosi, sosial dan rohani. Pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Kesihatan yang terancang dapat meningkatkan potensi individu ke tahap kesihatan optimum.

MATLAMAT

Pendidikan Kesihatan membolehkan individu mengawal kesihatan diri, keluarga, masyarakat dan persekitaran menerusi pengetahuan, kemahiran, amalan gaya hidup sihat dan bersikap positif untuk mencapai kesejahteraan hidup serta jangka hayat panjang yang berkualiti.

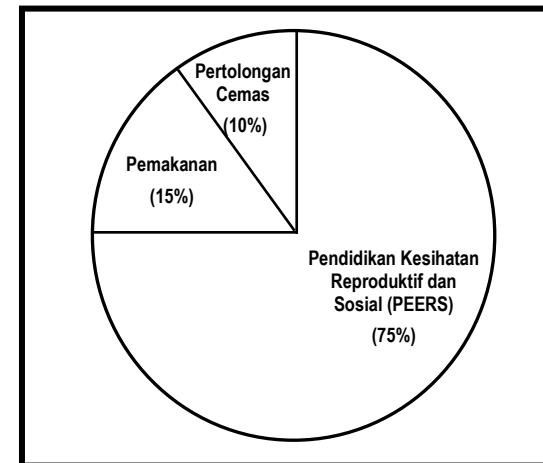
OBJEKTIF

Murid boleh :

- (i) mempertingkatkan pengetahuan, sikap dan amalan kesihatan diri, keluarga, masyarakat serta persekitaran;
- (ii) mempamerkan kemahiran mencegah masalah kesihatan dan penyakit; dan
- (iii) menguasai keupayaan bagi menghadapi dan menangani masalah serta isu berkaitan dengan kesihatan.

FOKUS

Kurikulum Pendidikan Kesihatan terdiri daripada Pendidikan Kesihatan Reproktif dan Sosial iaitu PEERS (75%), pemakanan (15%) dan pertolongan cemas (10%). Sejumlah 35 waktu dalam penjadualan persekolahan setahun diagihkan untuk pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Kesihatan bagi Tahap Satu dan Tahap Dua sekolah rendah.



Kandungan Pendidikan Kesihatan memberi penekanan terhadap gaya hidup sihat bersesuaian dengan ciri dan keperluan murid serta disusun mengikut tiga modul utama iaitu :

Modul 1 : Kesihatan Fizikal

Modul ini menekankan aspek perkembangan fizikal serta penjagaan kesihatan diri, keluarga dan masyarakat. Fokus diberi kepada kesihatan diri dan reproduktif, pemakanan dan penyalahgunaan bahan.

Modul 2 : Kesehatan Mental, Emosi dan Sosial

Modul ini menekankan aspek perkembangan mental, emosi dan sosial serta mengurus risiko, konflik dan perubahan dalam kehidupan. Fokus diberi kepada pengurusan mental dan emosi, kekeluargaan serta perhubungan.

Modul 3 : Kesehatan Persekitaran

Modul ini menekankan aspek kesihatan dan keselamatan persekitaran. Fokus diberi kepada pencegahan penyakit, keselamatan dan pertolongan cemas.

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS) DALAM KURIKULUM PENDIDIKAN KESIHATAN

Pendidikan Kesihatan Reproductif dan Sosial (PEERS) diajar melalui kurikulum Pendidikan Kesihatan. PEERS adalah satu proses sepanjang hayat untuk memperoleh pengetahuan dan membentuk sikap, nilai serta kepercayaan terhadap identiti, perhubungan dan keintiman sesama insan.

PEERS bukan hanya terbatas kepada isu seksual atau hubungan seks semata-mata. PEERS mencakupi pengetahuan dari aspek biologikal, sosiobudaya, psikologikal dan kerohanian ke arah amalan tingkah laku yang sihat dalam kehidupan.

Objektif PEERS adalah untuk membantu murid :

- (i) membentuk pandangan yang positif tentang kesihatan reproduktif dan sosial untuk diri, keluarga dan masyarakat;
- (ii) menyediakan maklumat yang perlu diketahui supaya murid mengambil berat tentang kesihatan seksual dan keluarga sebagai institusi asas manusia serta menyumbang kepada pemeliharaan integriti institusi kekeluargaan secara berterusan dan berkekalan; dan
- (iii) memperoleh kemahiran membuat keputusan secara bijak dan bertanggungjawab tentang kesihatan dan tingkah laku seksual pada masa kini serta masa depan.

PEERS merangkumi :

- (i) Kesihatan diri dan reproduktif
 - Aspek perkembangan dan perubahan fizikal, fisiologikal serta psikologikal semasa akil baligh, dan penjagaan kesihatan reproduktif.
- (ii) Penyalahgunaan bahan
 - Kesan buruk pengambilan bahan berbahaya iaitu rokok, dadah, inhalan dan alkohol, serta kemahiran berkata TIDAK.
- (iii) Kemahiran pengurusan mental dan emosi
 - Kemahiran pengurusan konflik dan stres dalam diri, keluarga, rakan sebaya dan masyarakat.

- (iv) Kekeluargaan
 - Kepentingan institusi perkahwinan, kekeluargaan, peranan dan tanggungjawab ahli dalam keluarga.
- (v) Perhubungan
 - Kepentingan etiket perhubungan dan kemahiran interpersonal yang positif dalam persaudaraan serta persahabatan.
- (vi) Pencegahan penyakit
 - Pengetahuan dan kemahiran mengurus kesihatan daripada penyakit berjangkit, tidak berjangkit, genetik, keturunan dan mental.
- (vii) Keselamatan
 - Langkah-langkah keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam, serta akta perlindungan bagi kanak-kanak, gadis dan wanita, termasuk kemahiran mengelak diri daripada ancaman orang yang tidak dikenali dan orang yang perlu dihubungi jika berlaku gangguan, ancaman serta kecemasan.

CADANGAN PENGAGIHAN WAKTU

| Tahap Satu dan Tahap Dua Sekolah Rendah (35 waktu setahun) | | |
|---|-----|----------------------|
| Pendidikan Kesihatan Reproduktif dan Sosial (PEERS) | 75% | 26 waktu = 780 minit |
| Pemakanan | 15% | 5 waktu = 150 minit |
| Pertolongan Cemas | 10% | 4 waktu = 120 minit |

ORGANISASI STANDARD KURIKULUM

Standard Kurikulum Pendidikan Kesihatan digubal dengan menetapkan **Standard Kandungan** dan **Standard Pembelajaran** yang perlu dikuasai oleh murid. Tujuan utama penetapan standard adalah untuk ekuiti dan kualiti. Ekuiti bermaksud semua murid diberi peluang pendidikan yang sama, manakala kualiti bermaksud semua murid perlu diberi pendidikan yang berkualiti. Justeru, kurikulum berasaskan standard memberi pendidikan berkualiti yang sama kepada semua murid.

Standard Kandungan merupakan pernyataan spesifik tentang perkara yang murid patut ketahui dan boleh lakukan dalam suatu tempoh persekolahan. Standard Kandungan merangkumi aspek pengetahuan, kemahiran dan nilai.

Standard Pembelajaran merupakan satu penetapan kriteria atau indikator kualiti pembelajaran dan pencapaian yang boleh diukur bagi setiap standard kandungan. Standard yang ditetapkan mesti dilaksanakan, mesti dicapai oleh murid dan mesti ditaksir secara berterusan oleh guru. Pendekatan menggunakan standard menuntut guru untuk lebih bertanggungjawab ke atas pencapaian murid.

PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN

Selaras dengan hasrat dan matlamat Falsafah Pendidikan Kebangsaan, Pendidikan Kesihatan menekankan perkembangan individu yang menyeluruh dan bersepadu dari aspek intelek, rohani, emosi dan jasmani. Oleh itu, pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Kesihatan perlu memberi tumpuan terhadap pemerolehan ilmu pengetahuan dan kemahiran asas kesihatan serta pemupukan dan penghayatan nilai untuk mencapai literasi kesihatan.

Dalam usaha ke arah mencapai matlamat Pendidikan Kesihatan, perkara berikut perlu diberi perhatian dalam pengajaran dan pembelajaran :

1. Pendekatan bersepadu merupakan satu strategi yang penting untuk menjalin dan mengadunkan unsur-unsur ilmu, kemahiran, bahasa dan nilai-nilai murni. Melalui pendekatan ini perkembangan kemahiran berfikir, kemahiran generik dan kemahiran belajar perlu diberi penekanan. Di samping itu, pengetahuan dan kemahiran daripada pelbagai mata pelajaran lain, pengalaman hidup harian murid serta isu-isu global perlu dihubungkan dalam proses pengajaran dan pembelajaran disiplin ilmu Pendidikan Kesihatan.
2. Daya pemikiran murid perlu dipertingkatkan untuk membolehkan murid membuat keputusan, meningkatkan literasi kesihatan dan mengamalkan gaya hidup sihat. Aktiviti yang memberi peluang untuk murid berfikir secara kreatif dan inovatif perlu dikendalikan oleh guru.
3. Penggunaan pelbagai pendekatan pengajaran dan pembelajaran yang melibatkan murid secara aktif adalah perlu untuk membolehkan murid memperoleh pengalaman dan memahami konsep menjaga diri, keluarga serta komuniti. Bagi tujuan ini, kaedah inkuiri penemuan serta pembelajaran melalui pengalaman sangat digalakkan. Antara kaedah dan teknik yang boleh digunakan termasuk aktiviti kumpulan, kerja luar, perbincangan, kajian kes, simulasi dan main peranan. Pengalaman pembelajaran seperti ini dapat memberi peluang kepada murid untuk melahirkan pandangan sendiri, asas untuk membina semangat, membina sikap sentiasa cinta dan dahagakan ilmu, minat membaca serta belajar seumur hidup.
4. Dalam proses pengajaran dan pembelajaran, penekanan perlu dibuat terhadap pemupukan nilai-nilai murni yang selaras dengan matlamat Pendidikan Kesihatan. Antara nilai yang perlu diterap dan diamalkan ialah kebersihan, keselamatan, tanggungjawab, keprihatinan, kasih sayang, kejujuran dan kerjasama.

5. Aktiviti pengajaran dan pembelajaran yang dijalankan oleh guru perlu memberi peluang kepada murid untuk menguasai kemahiran berkomunikasi, membina perhubungan yang sihat, empati dengan orang lain, berupaya mengendalikan emosi serta tekanan dalam menguruskan hidup secara produktif dan sihat.
6. Dalam menjalankan aktiviti bilik darjah, pengalaman murid dan pengalaman pembelajaran perlu disusun atur dengan mengambil kira pelbagai tahap kecerdasan agar murid dapat belajar dengan cara tersendiri dalam keadaan yang paling sesuai. Kaedah dan aktiviti yang berbeza perlu dirancang untuk murid yang berbeza tahap kecerdasan.
7. Penguasaan kemahiran kecekapan psikososial (*life skills*) adalah perlu dan membantu murid untuk mengadaptasi permintaan serta cabaran kehidupan harian, memberi kesedaran tentang sesuatu isu atau permasalahan yang berlaku pada masa lampau, masa kini dan masa depan. Ini bermakna murid dapat membuat ramalan, menjangka akibatnya dan mengendali perubahan supaya mendapat manfaat yang maksimum.
8. Penggunaan teknologi maklumat dan komunikasi seperti Internet, e-mel, CD-Rom dan sidang telekomunikasi dalam proses pengajaran serta pembelajaran perlu digalakkan sebagai melengkapkan diri dengan kemahiran abad ke-21.

KEMAHIRAN BERFIKIR ARAS TINGGI (KBAT)

Kurikulum Kebangsaan bermatlamat untuk melahirkan murid yang seimbang, berdaya tahan, bersifat ingin tahu, berprinsip, bermaklumat, dan patriotik serta mempunyai kemahiran berfikir, berkomunikasi dan bekerja secara berpasukan. Kemahiran abad ke-21 ini selari dengan enam aspirasi yang diperlukan oleh setiap murid untuk berupaya bersaing pada peringkat global yang digariskan dalam Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia iaitu setiap murid akan mempunyai kemahiran memimpin, kemahiran dwibahasa, etika dan kerohanian, identiti sosial, pengetahuan dan kemahiran berfikir.

Kemahiran berfikir telah ditekankan dalam kurikulum sejak tahun 1994 dengan memperkenalkan kemahiran berfikir secara kritis dan kreatif (KBKK). Kemahiran berfikir ini menekan kepada pemikiran dari aras rendah hingga aras tinggi. Bermula pada tahun 2011, Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR) telah memberi penekanan kepada Kemahiran Berfikir Aras Tinggi (KBAT).

Kemahiran Berfikir Aras Tinggi ialah keupayaan untuk mengaplikasikan pengetahuan, kemahiran dan nilai dalam membuat penaaakulan dan refleksi bagi menyelesaikan masalah, membuat keputusan, berinovasi dan berupaya mencipta sesuatu. KBAT adalah merujuk kepada kemahiran mengaplikasi, menganalisis, menilai dan mencipta. Kemahiran ini ditulis secara eksplisit dalam setiap kurikulum mata pelajaran.

| KBAT | Penerangan |
|---------------------|--|
| Mengaplikasi | Menggunakan pengetahuan, kemahiran, dan nilai dalam situasi berlainan untuk melaksanakan sesuatu perkara. |
| Menganalisis | Mencerakinkan maklumat kepada bahagian kecil untuk memahami dengan lebih mendalam serta hubung kait antara bahagian berkenaan. |
| Menilai | Membuat pertimbangan dan keputusan menggunakan pengetahuan, pengalaman, kemahiran, dan nilai serta memberi justifikasi. |
| Mencipta | Menghasilkan idea atau produk atau kaedah yang kreatif dan inovatif. |

KBAT boleh diaplikasikan dalam bilik darjah melalui aktiviti berbentuk menaakul, pembelajaran inkuiri, penyelesaian masalah dan projek. Guru dan murid perlu menggunakan alat berfikir seperti peta pemikiran, peta minda, dan *Thinking Hats* serta penyoalan aras tinggi di dalam dan di luar bilik darjah untuk menggalakkan murid berfikir.

PENTAKSIRAN

Pentaksiran dalam Pendidikan Kesihatan dirancang dan dikendalikan oleh guru pada peringkat sekolah. Perkara yang ditaksir merangkumi penguasaan pengetahuan, penerapan sikap dan nilai, penguasaan kemahiran, status kesihatan serta amalan harian. Hasil pentaksiran digunakan untuk tindakan susulan bagi meningkatkan pembelajaran murid dan memperbaiki pengajaran guru. Pelaporan dibuat pada peringkat sekolah untuk memberi maklum balas kepada murid, ibu bapa dan guru lain.

Standard Prestasi

Standard Prestasi merupakan skala rujukan guru untuk menentukan pencapaian murid dalam menguasai Standard Kandungan dan Standard Pembelajaran yang ditetapkan.

Standard Prestasi mengandungi enam tahap penguasaan yang disusun secara hirarki dari pencapaian terendah hingga pencapaian tertinggi. Setiap pernyataan tahap penguasaan ditafsir secara generik sebagai aras tertentu untuk memberi gambaran holistik tentang pencapaian murid.

Tafsiran umum pernyataan tahap penguasaan adalah seperti yang berikut :

| Tahap Penguasaan | Tafsiran |
|------------------|---|
| 1 | Murid tahu perkara asas, atau boleh melakukan kemahiran asas atau memberi respons terhadap perkara yang asas. |
| 2 | Murid menunjukkan kefahaman untuk menukar bentuk komunikasi atau menterjemah serta menjelaskan apa yang telah dipelajari. |
| 3 | Murid boleh menggunakan pengetahuan untuk melaksanakan sesuatu kemahiran pada suatu situasi. |
| 4 | Murid melaksanakan sesuatu kemahiran dengan beradab, iaitu mengikut prosedur atau secara sistematik. |
| 5 | Murid melaksanakan sesuatu kemahiran pada situasi baharu, dengan mengikut prosedur atau secara sistematik, serta tekal dan bersikap positif. |
| 6 | Murid berupaya menggunakan pengetahuan dan kemahiran sedia ada untuk digunakan pada situasi baharu secara sistematik, bersikap positif, kreatif dan inovatif serta boleh dicontohi. |

Tafsiran pernyataan Standard Prestasi bagi Pendidikan Kesihatan adalah seperti yang berikut :

| Tahap Penguasaan | Tafsiran |
|------------------|--|
| 1 | Mempunyai pengetahuan tentang asas kesihatan fizikal, mental, emosi, sosial dan persekitaran. |
| 2 | Memahami aspek kesihatan fizikal, mental, emosi, sosial dan persekitaran. |
| 3 | Memahami kepentingan dan boleh mengurus penjagaan diri, pengurusan mental, emosi dan sosial, serta kesihatan dan keselamatan diri. |
| 4 | Memperkembangkan aspek penjagaan diri serta pengurusan mental, emosi dan sosial terhadap keluarga dan masyarakat. |
| 5 | Mempunyai kemahiran kecekapan psikososial dalam mengurus hidup secara positif dan sihat. |
| 6 | Mempunyai keupayaan membuat keputusan untuk mengadaptasi permintaan serta cabaran kehidupan harian, meningkatkan literasi kesihatan, dan mengamalkan gaya hidup sihat. |

OBJEKTIF PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN LIMA

Pada akhir pembelajaran, murid dapat:

1. Memahami fungsi sistem reproduktif lelaki dan perempuan, pengetahuan asas tentang kejadian manusia serta kaitan kitaran haid dengan persenyawaan;
2. Menghargai dan menghormati anggota seksual diri sendiri serta orang lain, dan mengaplikasi kemahiran menangani pelbagai situasi negatif untuk menjaga kebersihan, keselamatan dan kesihatan;
3. Menilai kepentingan amalan pengambilan makanan yang berkhasiat;
4. Mengaplikasi kemahiran berkata TIDAK kepada penyalahgunaan bahan inhalan;
5. Mengaplikasi cara mengurus konflik dan stres dalam kalangan keluarga serta rakan sebaya;
6. Memahami tanggungjawab dan harapan ahli keluarga;
7. Memahami maksud remaja dan cabaran remaja, serta mengaplikasi kemahiran kecekapan psikososial dalam perhubungan maya dan bukan maya secara sihat sesama remaja;
8. Memahami cara mencegah perebakan penyakit berjangkit iaitu campak, rubella, cacar dan beguk;
9. Menilai pengaruh positif dan negatif dalam perhubungan maya dan bukan maya dengan rakan lain; dan
10. Memahami kepentingan bantu mula serta mengaplikasi bantu mula mengikut situasi untuk kecederaan ringan iaitu melecut, dan melecur.

MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL

KESIHATAN DIRI DAN REPRODUKTIF

| Standard Kandungan | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|--|--|-------------------|--|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 1.1 Mengetahui dan memahami pertumbuhan serta perkembangan fizikal yang sihat. | 1.1.1 Mengetahui sistem reproduktif lelaki dan perempuan. | 1 | Menyatakan organ dalam sistem reproduktif lelaki dan perempuan. |
| | 1.1.2 Memahami fungsi organ dalam sistem reproduktif lelaki dan perempuan. | 2 | Menerangkan fungsi organ dalam sistem reproduktif lelaki dan perempuan. |
| | 1.1.3 Mengetahui persenyawaan dalam asas kejadian manusia. | 3 | Menjelaskan dengan contoh fungsi organ reproduktif manusia dalam proses persenyawaan. |
| | 1.1.4 Memahami kaitan kitaran haid dengan persenyawaan. | 4 | Menghubungkaitkan fungsi organ reproduktif perempuan dengan kitaran haid. |
| | | 5 | Merumuskan kaitan antara kitaran haid dengan persenyawaan dalam asas kejadian manusia. |
| | | 6 | Menyampaikan maklumat kepada orang lain tentang kitaran haid dan persenyawaan dalam asas kejadian manusia. |

| Standard Kandungan | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|--|---|-------------------|---|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 1.2 Mendemonstrasi keupayaan dan kemahiran untuk menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproduktif. | 1.2.1 Memahami kepentingan menghargai aspek seksualiti dilahirkan sebagai lelaki atau perempuan. | 1 | Menyatakan penerimaan diri dan bersyukur dilahirkan sebagai lelaki atau perempuan. |
| | 1.2.2 Mengetahui cara menghargai dan menghormati anggota seksual diri sendiri dengan menjaga kebersihan, keselamatan dan kesihatan. | 2 | Menjelaskan cara menghormati anggota seksual orang lain. |
| | 1.2.3 Mengaplikasi cara menghormati anggota seksual orang lain. | 3 | Menjelaskan dengan contoh cara menjaga kebersihan, keselamatan dan kesihatan anggota seksual diri sendiri. |
| | 1.2.4 Mengaplikasi batas sentuhan pada anggota seksual dalam aspek menjaga kebersihan, keselamatan dan kesihatan. | 4 | Membincangkan cara menghargai dan menghormati anggota seksual diri sendiri dengan menjaga kebersihan, keselamatan dan kesihatan. |
| | | 5 | Membuat pertimbangan dan keputusan tentang batas sentuhan pada anggota seksual dalam aspek menjaga kebersihan, keselamatan dan kesihatan diri sendiri serta orang lain. |
| | | 6 | Menyampaikan maklumat kepada orang lain tentang cara menghargai dan menghormati anggota seksual serta batas sentuhan pada anggota seksual diri sendiri dan orang lain. |

PEMAKANAN

| Standard Kandungan | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|--|--|----------------------------|---|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 1.3 Mengetahui dan mengamalkan pemakanan yang sihat serta selamat. | 1.3.1 Memahami kepentingan mengambil pelbagai jenis makanan. 1.3.2 Mensintesis menu makanan seimbang. 1.3.3 Menilai makanan yang berkhasiat. | 1 2 3 4 5 6 | Menyatakan kepentingan mengambil pelbagai jenis makanan. Membincangkan menu makanan seimbang. Menunjuk cara penyediaan makanan seimbang. Membanding beza antara makanan yang berkhasiat dengan makanan yang tidak berkhasiat. Memberi komen tentang hidangan dalam pemilihan makanan. Mencipta dan menghasilkan hidangan yang seimbang dan berkhasiat. |

PENYALAHGUNAAN BAHAN

| Standard Kandungan | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|---|--|-------------------|---|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 1.4 Mengetahui jenis dan kesan penyalahgunaan bahan serta berkemahiran menangani situasi berisiko terhadap diri, keluarga dan masyarakat. | 1.4.1 Mengetahui pelbagai jenis bahan inhalan. | 1 | Menyatakan pelbagai jenis bahan inhalan. |
| | 1.4.2 Memahami kesan jangka pendek terhadap fizikal dan mental akibat penyalahgunaan bahan inhalan. | 2 | Menjelaskan kesan jangka pendek dan jangka panjang akibat penyalahgunaan bahan inhalan. |
| | 1.4.3 Memahami kesan jangka panjang terhadap fizikal dan mental akibat penyalahgunaan bahan inhalan. | 3 | Menjelaskan dengan contoh cara berkata TIDAK kepada penyalahgunaan bahan inhalan. |
| | 1.4.4 Mengaplikasi cara berkata TIDAK kepada penyalahgunaan bahan inhalan. | 4 | Mendemonstrasi cara berkata TIDAK kepada penyalahgunaan bahan inhalan. |
| | 1.4.5 Menilai maklumat berkaitan kesan penyalahgunaan bahan inhalan untuk disebar kepada ahli keluarga dan rakan sebaya. | 5 | Mencadangkan cara mengelak pengambilan bahan inhalan. |
| | | 6 | Menyebarkan maklumat berkaitan kesan pengambilan bahan inhalan kepada ahli keluarga dan rakan sebaya. |

MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL

PENGURUSAN MENTAL DAN EMOSI

| Standard Kandungan | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|--|---|-------------------|--|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 2.1 Mengetahui pelbagai jenis emosi, kepentingan dan cara mengurus emosi untuk meningkatkan kesihatan mental dalam kehidupan harian. | 2.1.1 Memahami situasi konflik dan stres dalam keluarga. | 1 | Menyatakan punca konflik dan stres dalam keluarga serta rakan sebaya. |
| | 2.1.2 Memahami situasi konflik dan stres dalam kalangan rakan sebaya. | 2 | Memberi contoh konflik dan stres dalam keluarga serta rakan sebaya. |
| | 2.1.3 Memahami kesan konflik dan stres dalam keluarga. | 3 | Menerangkan kesan konflik dan stres dalam keluarga serta rakan sebaya. |
| | 2.1.4 Memahami kesan konflik dan stres dengan rakan sebaya. | 4 | Menjelaskan melalui contoh kepentingan menangani konflik dan stres yang berlaku dalam keluarga serta rakan sebaya. |
| | 2.1.5 Mengaplikasi cara mengurus konflik dan stres dalam kalangan ahli keluarga dan rakan sebaya. | 5 | Memilih cara mengurus konflik dan stres dalam keluarga serta rakan sebaya. |
| | | 6 | Menjelaskan hubung kait kesan konflik dan stres terhadap diri, keluarga serta rakan sebaya, dan sebaliknya. |

KEKELUARGAAN

| Standard Kandungan | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|--|--|-------------------|--|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 2.2 Mengetahui peranan diri sendiri dan ahli keluarga serta kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga. | 2.2.1 Mengetahui tanggungjawab ahli dalam keluarga dalam aspek mental, emosi dan sosial. 2.2.2 Memahami harapan ahli keluarga. 2.2.3 Memahami keperluan dan kehendak ahli keluarga dalam aspek mental, emosi dan sosial. | 1 | Menyatakan tanggungjawab ahli keluarga dalam aspek mental, emosi dan sosial. |
| | | 2 | Mengenal pasti harapan ahli keluarga. |
| | | 3 | Menjelaskan dengan contoh tanggungjawab ahli keluarga dalam membina keluarga yang harmoni. |
| | | 4 | Membuat kajian keperluan dan kehendak ahli keluarga dalam aspek mental, emosi dan sosial. |
| | | 5 | Meramalkan akibat sekiranya keperluan dan kehendak ahli keluarga tidak dipenuhi. |
| | | 6 | Merancang keperluan dan kehendak ahli keluarga dalam aspek mental, emosi dan sosial. |

PERHUBUNGAN

| Standard Kandungan | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|---|--|-------------------|--|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 2.3 Mengetahui dan mengaplikasi kemahiran interpersonal serta komunikasi berkesan dalam kehidupan harian. | 2.3.1 Mengetahui maksud remaja. | 1 | Menjelaskan maksud remaja. |
| | 2.3.2 Memahami peranan remaja dalam masyarakat. | 2 | Menerangkan peranan remaja dalam masyarakat. |
| | 2.3.3 Memahami cabaran yang dialami oleh remaja dalam perhubungan maya dan bukan maya. | 3 | Memberi contoh etika perhubungan maya dan bukan maya secara sihat. |
| | 2.3.4 Memahami perhubungan maya dan bukan maya secara sihat sesama remaja. | 4 | Membezakan cabaran yang dialami oleh remaja dalam perhubungan maya dan bukan maya. |
| | | 5 | Membahaskan cara menangani cabaran perhubungan maya dan bukan maya. |
| | | 6 | Mencipta cara perhubungan yang sihat. |

MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN

PENYAKIT

| Standard Kandungan | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|--|---|-------------------|---|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 3.1 Mengetahui jenis penyakit dan cara mencegah serta mengelak risiko penyakit dalam kehidupan harian. | 3.1.1 Mengetahui beberapa jenis penyakit berjangkit yang boleh dicegah melalui vaksin iaitu campak, rubella, cacar dan beguk. 3.1.2 Memahami gejala dan tanda penyakit iaitu campak, rubella, cacar serta beguk. 3.1.3 Memahami cara penyakit iaitu campak, rubella, cacar dan beguk merebak. | 1 | Menyatakan jenis penyakit berjangkit yang boleh dicegah melalui vaksin. |
| | | 2 | Menerangkan fungsi vaksin dalam mencegah penyakit. |
| | | 3 | Menjelaskan dengan contoh bagaimana penyakit berjangkit merebak. |
| | | 4 | Membezakan gejala dan tanda penyakit berjangkit iaitu campak, rubella, cacar serta beguk. |
| | | 5 | Mentafsir maklumat di dalam buku rekod kesihatan murid untuk menghasilkan karya mengenai kebaikan pengambilan vaksin. |
| | | 6 | Menyebarkan maklumat penyakit berjangkit yang boleh dicegah melalui imunisasi kepada orang lain. |

KESELAMATAN

| Standard Kandungan | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|--|--|---|---|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 3.2 Mengetahui kepentingan menjaga keselamatan diri dan mendemonstrasi kemahiran kecekapan psikososial dalam kehidupan harian. | <p>3.2.1 Menganalisis pengaruh positif dan negatif dalam perhubungan maya serta bukan maya dengan rakan lain.</p> <p>3.2.2 Mengaplikasi cara menangani pengaruh negatif dalam perhubungan maya dan bukan maya dengan rakan lain.</p> | <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4</p> <p>5</p> <p>6</p> | <p>Menyatakan maksud perhubungan maya dan bukan maya dengan rakan lain.</p> <p>Menerangkan pengaruh positif dan negatif dalam perhubungan maya dan bukan maya.</p> <p>Menjelaskan dengan contoh bagaimana menangani pengaruh negatif dalam perhubungan maya dan bukan maya.</p> <p>Membuat kajian impak berkaitan perhubungan maya dan bukan maya terhadap diri sendiri dan rakan lain.</p> <p>Membahaskan kebaikan dan keburukan perhubungan maya dan bukan maya.</p> <p>Menyampaikan maklumat tentang cara yang selamat dalam menjalin perhubungan maya dan bukan maya.</p> |

PERTOLONGAN CEMAS

| | Standard Pembelajaran | Standard Prestasi | |
|--|--|-------------------|--|
| | | Tahap Penguasaan | Tafsiran |
| 3.3 Mengetahui asas pertolongan cemas dan kepentingan bertindak dengan bijak mengikut situasi. | 3.3.1 Memahami situasi yang menyebabkan kecederaan ringan iaitu melecet, dan melecure. 3.3.2 Mengaplikasi langkah-langkah semasa memberi bantu mula untuk kecederaan ringan iaitu melecet, dan melecure. 3.3.3 Mengetahui agensi yang boleh memberi perkhidmatan kesihatan dan keselamatan mengikut situasi. | 1 | Menyatakan agensi yang boleh memberi perkhidmatan kesihatan dan keselamatan mengikut situasi. |
| | | 2 | Memberi contoh situasi yang boleh menyebabkan kecederaan ringan iaitu melecet, dan melecure. |
| | | 3 | Mendemonstrasi langkah-langkah memberi bantu mula untuk kecederaan ringan iaitu melecet, dan melecure. |
| | | 4 | Menjelaskan melalui contoh kepentingan memberi bantu mula untuk kecederaan ringan. |
| | | 5 | Menilai cara memberi bantu mula mengikut tatacara yang betul mengikut jenis kecederaan. |
| | | 6 | Menyebarkan maklumat berkaitan agensi yang boleh memberi perkhidmatan kesihatan dan keselamatan. |