



KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

**KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH  
PENDIDIKAN KHAS (MASALAH PEMBELAJARAN)**

# **Pendidikan Jasmani**

**Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran**

**TAHUN 3**





KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH  
PENDIDIKAN KHAS (MASALAH PEMBELAJARAN)

# Pendidikan Jasmani

Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran

## TAHUN 3

Bahagian Pembangunan Kurikulum

APRIL 2017

Terbitan 2017

© 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.

## KANDUNGAN

Rukun Negara.....	v
Falsafah Pendidikan Kebangsaan .....	vi
Definisi Kurikulum Kebangsaan .....	vii
Kata Pengantar.....	ix
Pendahuluan.....	1
Matlamat.....	2
Objektif.....	2
Kerangka Kurikulum Standard Sekolah Rendah.....	3
Fokus .....	4
Kemahiran Abad Ke-21.....	4
Kemahiran Berfikir Aras Tinggi.....	5
Strategi Pengajaran dan Pembelajaran .....	7
Rancangan Pendidikan Individu .....	11
Elemen Merentas Kurikulum .....	12
Pentaksiran Sekolah.....	14
Organisasi Kandungan .....	17

Panel Penggubal.....	42
Penghargaan.....	43



## **RUKUN NEGARA**

BAHAWASANYA Negara kita Malaysia mendukung cita-cita hendak:  
Mencapai perpaduan yang lebih erat dalam kalangan seluruh masyarakatnya;  
Memelihara satu cara hidup demokratik;  
Mencipta satu masyarakat yang adil di mana kemakmuran negara  
akan dapat dinikmati bersama secara adil dan saksama;  
Menjamin satu cara yang liberal terhadap tradisi-tradisi  
kebudayaannya yang kaya dan berbagai 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 prinsip-prinsip yang berikut:

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

# **FALSAFAH PENDIDIKAN KEBANGSAAN**

## **3. Kurikulum Kebangsaan**

“Pendidikan di Malaysia adalah suatu usaha berterusan ke arah lebih memperkembangkan potensi individu secara menyeluruh dan bersepadu untuk mewujudkan 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 memberi sumbangan terhadap keharmonian dan kemakmuran keluarga, masyarakat dan negara”

Sumber: Akta Pendidikan 1996 (Akta 550)



## **DEFINISI KURIKULUM KEBANGSAAN**

### **3. Kurikulum Kebangsaan**

(1) Kurikulum Kebangsaan ialah suatu program pendidikan yang termasuk kurikulum dan kegiatan kokurikulum yang merangkumi semua pengetahuan, kemahiran, norma, nilai, unsur kebudayaan dan kepercayaan untuk membantu perkembangan seseorang murid dengan sepenuhnya dari segi jasmani, rohani, mental dan emosi serta untuk menanam dan mempertingkatkan nilai moral yang diingini dan untuk menyampaikan pengetahuan.

Sumber: Peraturan-Peraturan Pendidikan (Kurikulum Kebangsaan) 1997  
[PU(A)531/97.]



## **KATA PENGANTAR**

Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR) yang dilaksanakan secara berperingkat mulai tahun 2011 telah disemak semula bagi memenuhi dasar baharu di bawah Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia (PPPM) 2013-2025 supaya kualiti kurikulum yang dilaksanakan di sekolah rendah setanding dengan standard antarabangsa. Kurikulum berasaskan standard yang menjadi amalan antarabangsa telah dijelmakan dalam KSSR menerusi pengubalan Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran (DSKP) untuk semua mata pelajaran yang mengandungi Standard Kandungan, Standard Pembelajaran dan Standard Prestasi.

Usaha memasukkan standard pentaksiran di dalam dokumen kurikulum telah mengubah landskap sejarah sejak Kurikulum Kebangsaan dilaksanakan di bawah Sistem Pendidikan Kebangsaan. Menerusinya murid dapat ditaksir secara berterusan untuk mengenal pasti tahap penguasaannya dalam sesuatu mata pelajaran, serta membolehkan guru membuat tindakan susulan bagi mempertingkatkan pencapaian murid.

DSKP yang dihasilkan juga telah menyepadukan enam tunjang Kerangka KSSR, mengintegrasikan pengetahuan, kemahiran dan nilai, serta memasukkan secara eksplisit Kemahiran Abad Ke-21 dan Kemahiran Berfikir Aras Tinggi (KBAT). Penyepaduan tersebut dilakukan untuk melahirkan insan seimbang dan harmonis dari segi intelek, rohani, emosi dan jasmani sebagaimana tuntutan Falsafah Pendidikan Kebangsaan.

Bagi menjayakan pelaksanaan KSSR, pengajaran dan pembelajaran guru perlu memberi penekanan kepada KBAT dengan memberi fokus kepada pendekatan Pembelajaran Berasaskan Inkuiri dan Pembelajaran Berasaskan Projek, supaya murid dapat menguasai kemahiran yang diperlukan dalam abad ke-21.

Kementerian Pendidikan Malaysia merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam pengubalan KSSR. Semoga pelaksanaan KSSR akan mencapai hasrat dan matlamat Sistem Pendidikan Kebangsaan.

**Dr. SARIAH BINTI ABD. JALIL**

Pengarah

Bahagian Pembangunan Kurikulum



## PENDAHULUAN

Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR) Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) digubal selaras dengan Falsafah Pendidikan Kebangsaan yang berlandaskan prinsip-prinsip pendekatan bersepadu, perkembangan individu secara menyeluruh, peluang pendidikan dan kualiti pendidikan yang sama untuk semua murid dan pendidikan seumur hidup. KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani bersifat holistik, dan boleh diubahsuai selaras dengan keperluan murid berkeperluan khas (MBK) masalah pembelajaran selaras dengan yang dihasratkan dalam Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia (PPPM) 2013-2025.

Bagi memenuhi keperluan individu, pengajaran dan pembelajaran di Program Pendidikan Khas Integrasi (Masalah Pembelajaran) dibentuk secara fleksibel selaras dengan Peraturan-Peraturan Pendidikan (Pendidikan Khas) 2013 , 8.(1)(c) yang menyatakan. seseorang guru boleh membuat pengubahsuaian kepada kaedah atau teknik pengajaran dan pembelajaran, masa yang diperuntukkan bagi setiap aktiviti, susunan aktiviti dan bahan bantu mengajar apa-apa pengubahsuaian yang dibuat di bawah perenggan (1)(c) hendaklah mengikut Kurikulum Pendidikan Khas.

KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani dibina supaya pembelajaran yang diperoleh di bilik darjah dapat diaplikasikan dalam kehidupan seharian. Kurikulum ini juga menyediakan pendidikan berkualiti untuk MBK supaya mereka menjadi insan yang seimbang, berdikari dan berupaya menjalani kehidupan dengan lebih bermakna.

## **MATLAMAT**

KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani digubal untuk memenuhi keperluan dan perkembangan individu bagi membentuk MBK yang cergas, sejahtera dan produktif.

## **OBJEKTIF**

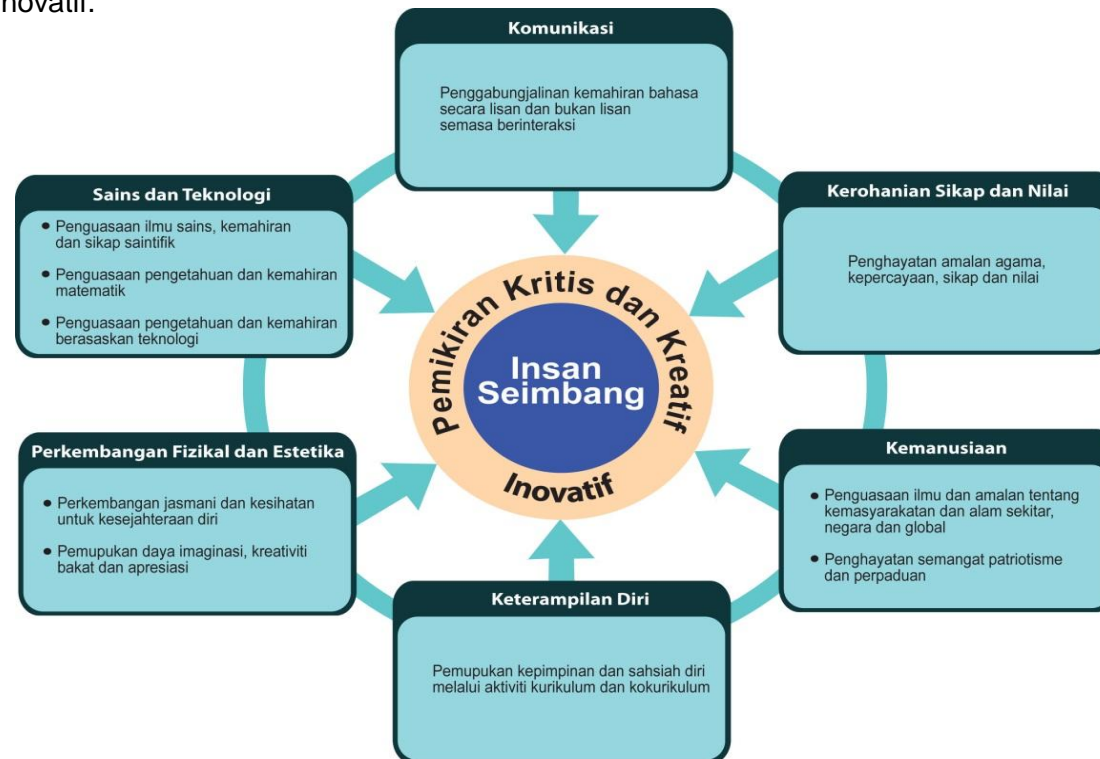
KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani memberi penekanan diberi agar murid boleh:

1. Mempertingkat dan mengekalkan kecergasan berasaskan kesihatan dan perlakuan motor.
2. Menguasai kemahiran asas pergerakan dan permainan mengikut kemampuan diri.
3. Melakukan senaman dan aktiviti fizikal sebagai rutin harian.
4. Mengaplikasikan pengetahuan kesihatan dan keselamatan semasa menyertai pelbagai kegiatan fizikal.
5. Membentuk sahsiah dan disiplin diri
6. Membuat keputusan bijak dalam kehidupan.

### KERANGKA KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH

KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani dibina berasaskan enam tunjang, iaitu Komunikasi; Kerohanian, Sikap dan Nilai; Kemanusiaan; Keterampilan Diri; Perkembangan Fizikal dan Estetika; serta Sains dan Teknologi. Enam tunjang tersebut merupakan domain utama yang menyokong antara satu sama lain dan disepadukan dengan pemikiran kritis, kreatif dan inovatif.

Kesepaduan ini bertujuan membangunkan modal insan yang menghayati nilai-nilai murni berteraskan keagamaan, berpengetahuan, berketrampilan, berpemikiran kritis dan kreatif serta inovatif. KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani digubal berdasarkan enam tunjang Kerangka KSSR sebagaimana yang digambarkan dalam Rajah 1.



Rajah 1: Kerangka KSSR

## FOKUS

KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani memberi fokus kepada lima aspek utama bagi tujuan menghasilkan MBK yang berpengetahuan, berkemahiran, berdikari, bersosialisasi dan mengamalkan nilai murni. Lima aspek tersebut adalah:

- i. Kemahiran Pergerakan
- ii. Aplikasi pengetahuan dalam pergerakan,
- iii. Kecergasan meningkatkan Kesihatan,
- iv. Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan dan
- v. Kesukanan.

## KEMAHIRAN ABAD KE-21

Satu daripada hasrat KSSR adalah untuk melahirkan murid yang mempunyai Kemahiran Abad Ke-21 dengan memberi fokus kepada kemahiran berfikir serta kemahiran hidup dan kerjaya yang berteraskan amalan nilai murni. Kemahiran Abad Ke-21 bermatlamat untuk melahirkan murid yang mempunyai ciri-ciri yang dinyatakan dalam profil murid seperti dalam Jadual 1 supaya

berupaya bersaing di peringkat global. Penguasaan Standard Kandungan (SK) dan Standard Pembelajaran (SP) dalam KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani menyumbang kepada pemerolehan Kemahiran Abad Ke-21 dalam kalangan murid.

Jadual 1: Profil Murid

PROFIL MURID	PENERANGAN
<b>Berdaya tahan</b>	Berkeupayaan menghadapi dan mengatasi kesukaran, mengatasi cabaran dengan kebijaksanaan, keyakinan, toleransi, dan empati.
<b>Mahir berkomunikasi</b>	Berkeupayaan menyuarakan dan meluahkan fikiran, idea dan maklumat dengan yakin dan kreatif, melalui kaedah lisan, bertulis, dan mengguna pelbagai media serta teknologi.



PROFIL MURID	PENERANGAN
<b>Pemikir</b>	Berfikir secara kritis, kreatif dan inovatif; berkeupayaan menangani masalah yang kompleks dan membuat keputusan yang beretika. Berfikir tentang pembelajaran dan diri sebagai individu yang sedang belajar. Mengemukakan soalan dan bersifat terbuka kepada perspektif, nilai dan tradisi individu dan masyarakat lain. Berkeyakinan dan kreatif dalam menangani bidang pembelajaran yang baharu.
<b>Kerja sepasukan</b>	Berkebolehan bekerjasama secara berkesan dan harmoni dengan orang lain. Menggalas tanggungjawab bersama, menghormati dan menghargai sumbangan yang diberikan oleh setiap ahli pasukan. Memperoleh kemahiran interpersonal melalui aktiviti kolaboratif, bagi menjadikan mereka pemimpin dan ahli pasukan yang lebih baik.
<b>Bersifat ingin tahu</b>	Berkeupayaan membangunkan rasa ingin tahu semula jadi untuk meneroka strategi dan idea baharu. Mempelajari kemahiran yang diperlukan untuk menjalankan inkuiri dan penyelidikan, serta menunjukkan sifat berdikari dalam pembelajaran. Menikmati pengalaman pembelajaran sepanjang hayat secara berterusan.

PROFIL MURID	PENERANGAN
<b>Berprinsip</b>	Berintegriti, jujur, saksama, adil dan menghormati maruah individu, kumpulan dan komuniti. Bertanggungjawab atas tindakan, akibat tindakan dan keputusan yang dibuat.
<b>Bermaklumat</b>	Berkeupayaan mendapatkan pengetahuan dan membentuk pemahaman yang luas dan seimbang merentasi pelbagai disiplin pengetahuan, serta meneroka pengetahuan dengan cekap dan berkesan dalam konteks isu tempatan dan global. Memahami isu-isu etika / undang-undang berkaitan maklumat yang diperoleh.
<b>Penyayang/ Prihatin</b>	Menunjukkan empati, belas kasihan dan rasa hormat terhadap keperluan dan perasaan orang lain. Komited untuk berkhidmat kepada masyarakat dan memastikan kelestarian alam sekitar.
<b>Patriotik</b>	Mempamerkan semangat kekitaan, kasih sayang, kesetiaan, kebanggaan, dan rasa hormat terhadap negara.

## KEMAHIRAN BERFIKIR ARAS TINGGI

Kemahiran Berfikir Aras Tinggi (KBAT) dinyatakan dalam kurikulum secara eksplisit supaya guru dapat menterjemahkan dalam pengajaran dan pembelajaran (PdP) bagi merangsang pemikiran berstruktur dan berfokus dalam kalangan murid. Penerangan KBAT adalah berfokus kepada empat tahap pemikiran seperti Jadual 2.

Jadual 2: Tahap pemikiran dalam KBAT

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

KBAT ialah keupayaan untuk mengaplikasikan pengetahuan, kemahiran dan nilai dalam membuat penaaakulan dan refleksi bagi menyelesaikan masalah, membuat keputusan, berinovasi dan berupaya mencipta sesuatu. KBAT merangkumi kemahiran berfikir kritis, kreatif dan menaakul dan strategi berfikir.

**Kemahiran berfikir kritis** adalah kebolehan untuk menilai sesuatu idea secara logik dan rasional untuk membuat pertimbangan yang wajar dengan menggunakan alasan dan bukti yang munasabah.

**Kemahiran berfikir kreatif** adalah kemampuan untuk menghasilkan atau mencipta sesuatu yang baharu dan bernilai dengan menggunakan daya imaginasi secara asli serta berfikir tidak mengikut kelaziman.

**Kemahiran menaakul** adalah keupayaan individu membuat pertimbangan dan penilaian secara logik dan rasional.

**Strategi berfikir** merupakan cara berfikir yang berstruktur dan berfokus untuk menyelesaikan masalah.

KBAT boleh diaplikasi dalam bilik darjah melalui aktiviti berbentuk menaakul, pembelajaran inkuiri, penyelesaian masalah dan projek. Guru dan murid perlu menggunakan alat berfikir seperti peta pemikiran dan peta minda serta penyualan aras tinggi untuk menggalakkan murid berfikir.

### **STRATEGI PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN**

Strategi PdP yang dirancang perlu memberi penekanan kepada pembelajaran berpusatkan murid dan PdP berasaskan aktiviti. Murid dilibatkan secara aktif dalam PdP yang menyepadukan pemerolehan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan penerapan sikap dan nilai murni. Perancangan, matlamat pendidikan dan strategi PdP ini perlu didokumenkan dalam Rancangan Pendidikan Individu (RPI).

Bagi meningkatkan minat dan keseronokan belajar, guru boleh mempelbagaikan pendekatan pengajaran seperti pembelajaran berasaskan inkuiri, konstruktivisme, pembelajaran kontekstual, pembelajaran masteri, analisis tugasan, belajar melalui bermain, pengajaran bertema, pembelajaran pengalamian, pendekatan kolaborasi dan multi sensori.

### **Pembelajaran Berasaskan Inkuiri**

Pembelajaran berasaskan inkuiri merupakan pendekatan yang mementingkan pembelajaran melalui pengalaman. Inkuiri secara am bermaksud mencari maklumat, menyoal dan menyiasat tentang sesuatu fenomena yang berlaku. Pembelajaran secara inkuiri berlaku apabila konsep dan prinsip utama dikaji dan ditemui oleh murid sendiri. Dalam strategi PdP inkuiri, murid menyoal dan mengemukakan pendapat berlandaskan hasil penerokaan. Guru boleh bertindak sebagai fasilitator dengan mengemukakan soalan bagi memandu murid ke arah inkuiri. Perbincangan boleh dijalankan sebelum, semasa dan selepas menjalankan aktiviti.

### **Konstruktivisme**

Konstruktivisme membolehkan murid belajar sesuatu dengan cara membina sendiri pemahaman yang bermakna kepada diri mereka. Antara unsur penting dalam konstruktivisme adalah:

- (i) Guru mengambil kira pengetahuan sedia ada murid.
- (ii) Pembelajaran adalah hasil usaha murid sendiri.
- (iii) Pembelajaran berlaku apabila murid menghubungkan idea asal dengan idea baharu bagi menstruktur semula idea mereka.

- (iv) Murid berpeluang bekerjasama, berkongsi idea dan pengalaman serta membuat refleksi.

### **Pembelajaran Kontekstual**

Pembelajaran Kontekstual adalah pembelajaran yang dikaitkan dengan kehidupan harian murid. Dalam melaksanakan pendekatan pembelajaran kontekstual, perkaitan antara ilmu yang diajar dengan kehidupan harian dieksplisitkan. Murid tidak hanya belajar secara teori semata-mata, bahkan dapat menghayati kerelevanan ilmu yang dipelajari dengan kehidupan harian.

### **Pembelajaran Masteri**

Pendekatan Masteri memastikan semua murid menguasai standard pembelajaran yang ditetapkan sebelum berpindah ke standard pembelajaran seterusnya. Pendekatan ini berpegang kepada prinsip bahawa setiap murid mampu belajar jika diberi peluang. Peluang perlu diberi kepada murid untuk belajar mengikut kadarnya. Aktiviti pemulihan dan pengayaan perlu dilaksanakan bagi murid yang belum menguasai asas masteri, sementara aktiviti pengayaan dilaksanakan oleh murid yang telah mencapai aras masteri.

### **Analisis Tugas**

Pendekatan Analisis Tugas melibatkan proses pembahagian kemahiran kepada beberapa komponen atau langkah mudah untuk dikuasai dan dipelajari oleh seseorang murid. Strategi ini

membantu guru menyusun atur kemahiran yang hendak diajar, memberi latihan yang konsisten dan menilai tahap pencapaian murid. Pendekatan Analisis Tugas dilaksana melalui langkah seperti berikut:

- (i) Memastikan kemahiran yang sesuai diajar pada murid mengikut tahap keupayaan.
- (ii) Menghuraikan secara ringkas kemahiran dipilih.
- (iii) Kemahiran yang dipilih dipecahkan kepada langkah-langkah kecil.
- (iv) Buat penyesuaian langkah pembelajaran mengikut keupayaan dan kebolehan murid.
- (v) Guru membuat pemerhatian dan penilaian terhadap kemahiran yang dikuasai murid.
- (vi) Membuat penambahan dan perubahan di mana perlu sehingga murid dapat menguasai kemahiran yang hendak diajar.

### **Pembelajaran Berasaskan Projek**

Pembelajaran Berasaskan Projek merupakan proses PdP yang berasaskan inkuiri. Strategi ini memerlukan murid untuk memberi tumpuan kepada persoalan atau masalah yang kompleks, menyelesaikan masalah tersebut melalui proses penyiasatan secara bekerjasama dalam suatu tempoh waktu. Projek yang dijalankan adalah untuk menyiasat topik atau isu yang dihadapi murid dalam persekitaran sebenar. Semasa menjalankan proses penyiasatan ini, murid dapat mempelajari kandungan, maklumat dan fakta-fakta yang diperlukan untuk membuat kesimpulan tentang persoalan atau masalah yang ditimbulkan. Melalui PBP murid dapat mempelajari kemahiran yang dihasratkan dan mengasah kemahiran berfikir mereka sendiri.

### **Belajar Melalui Bermain**

Pendekatan Belajar Melalui Bermain (BMB) ditekankan dalam proses PdP bagi murid khususnya MBK kerana pendekatan ini berupaya menarik minat dan menimbulkan keseronokan ketika belajar. BMB menggalakan MBK melakukan penerokaan, penemuan dan pembinaan kefahaman berdasarkan pengalaman, dengan rasa gembira dan seronok. Pendekatan ini boleh meningkatkan keupayaan kognitif dan meningkatkan rasa ingin

tahu, penguasaan kemahiran berfikir dan psikomotor, serta kemahiran mengendalikan emosi.

Ciri-ciri BMB adalah seperti berikut:

- (i) Aktiviti yang menyeronokkan.
- (ii) Penerokaan dan interaksi dengan persekitaran.
- (iii) Permainan bebas dan terancang.
- (iv) Keanjalan masa.
- (v) Percubaan idea sendiri.
- (vi) Peluang untuk memberikan tumpuan dan perhatian.

### **Pendekatan Bertema**

Pendekatan Bertema (PB) digunakan dalam proses PdP murid. Pemilihan topik atau tema mestilah bersesuaian dengan persekitaran murid.

Pendekatan PB melibatkan:

- (i) Penggunaan suatu tajuk umum merentasi bidang pembelajaran.
- (ii) Pemilihan tajuk tema berasaskan kesesuaian tahap murid, situasi tertentu atau peristiwa semasa.
- (iii) Saling berkaitan dengan pengalaman sedia ada dan pengalaman baru yang diperoleh secara tersusun dan sistematik.

- (iv) Peluasan dan pengukuhan pengetahuan dan kemahiran
- (v) Pemeringkatan daripada yang mudah kepada yang sukar dan umum kepada yang lebih khusus.

Pemilihan tema pula perlu mengambil kira:

- (i) Kesesuaian dengan kehidupan murid.
- (ii) Peluang untuk mengaplikasi kemahiran kepada murid-murid seperti kemahiran asas mendengar, membaca, menulis, mengira, penggunaan komputer dan lain-lain.
- (iii) Kemahiran yang diperoleh daripada tema yang diajar dapat membantu murid mendapat kemahiran penyelesaian masalah.
- (iv) Sumber yang mudah didapati.
- (v) Mengikut musim atau peristiwa untuk memberi kesedaran dan pengukuhan serta meningkatkan pengetahuan murid.

### **Pembelajaran Pengalamian**

Pendekatan Pembelajaran Pengalamian adalah berdasarkan kesediaan dan keupayaan individu murid khususnya MBK. Pendekatan ini meningkatkan keupayaan sendiri individu di mana murid diberi peluang menilai keupayaan diri sendiri.

Dalam melaksanakan pendekatan ini, guru berperanan:

- (i) Menentukan suasana yang positif untuk proses pembelajaran.
- (ii) Menjelaskan peranan murid dalam tugas.
- (iii) Memastikan sumber untuk proses pembelajaran ada dan mudah diperoleh.
- (iv) Menyusun sumber untuk proses pembelajaran.
- (v) Seimbangkan komponen intelek dan emosi dalam pembelajaran.
- (vi) Berkongsi perasaan dan pemikiran dengan murid tanpa menguasai dan mengongkong mereka.

Proses pembelajaran bagi Pendekatan Pengalamian ialah:

- (i) Guru menentukan matlamat dan objektif untuk individu dan/atau kumpulan.
- (ii) Guru merancang aktiviti pembelajaran yang sesuai dengan kesediaan murid.
- (iii) Guru perlu menjelaskan tentang tugas atau aktiviti yang akan dijalankan dengan murid dan berbincang mengenai apa yang diharapkan daripada murid.
- (iv) Murid perlu ditempatkan dalam situasi atau suasana yang memerlukan kemahiran baru atau sokongan dan peneguhan dengan pengalaman lalu.

- (v) Pembelajaran berlaku melalui pengalaman pembelajaran dan guru memberi maklumat tentang apa yang dilakukan atau dipelajari.
- (vi) Guru memberikan bantuan, latihan dan penegasan dengan mengaitkan pembelajaran yang baru dalam kehidupan sebenar murid seperti sekolah, keluarga dan komuniti.

### **Pembelajaran Luar Bilik Darjah**

Pendekatan ini bertujuan menyediakan ruang dan peluang untuk murid:

- (i) Memperoleh pengalaman sebenar.
- (ii) Meningkatkan kecergasan dan perkembangan fizikal.
- (iii) Bersosialisasi dan berkomunikasi.
- (iv) Melaksanakan aktiviti yang menggembirakan.
- (v) Meneroka dan berinteraksi dengan persekitaran.
- (vi) Melakukan aktiviti bebas dan aktiviti terancang.

Antara aktiviti di luar bilik darjah termasuk lawatan, perkhemahan/kursus motivasi, perkelahan, aktiviti berkuda, berenang dan aktiviti menjual beli.

### **RANCANGAN PENDIDIKAN INDIVIDU**

Peraturan-Peraturan Pendidikan (Pendidikan Khas) 2013 telah menjelaskan bahawa RPI adalah rekod yang melaporkan butiran rancangan pendidikan berasaskan kepada potensi individu MBK. Guru perlu mengenal pasti keupayaan dan kelemahan murid melalui ujian diagnostik secara lisan, penulisan dan pemerhatian. Perbincangan bersama pihak ibu bapa, penjaga dan juga pakar khusus seperti psikologis, audiologis, terapis pertuturan, terapis cara kerja dan sebagainya juga perlu diadakan bagi membantu guru merancang aktiviti intervensi dan rehabilitasi yang mampu meningkatkan kesediaan murid untuk belajar dengan lebih baik. Kerjasama dan kolaboratif antara ibu bapa dan kumpulan multidisiplinari yang dianggotai oleh pakar seperti audiologis, psikologis dan sebagainya amat penting dalam menentukan aktiviti intervensi dan rehabilitasi yang bersesuaian berdasarkan kepada masalah ketidakupayaan yang dimiliki murid. Aktiviti intervensi seperti latihan pertuturan, kawalan emosi dan tingkah laku boleh membantu murid meningkatkan tumpuan, minat dan memberi perhatian kepada pembelajaran di dalam bilik darjah. Pada masa yang sama RPI membantu guru mengenal pasti strategi PdP yang bersesuaian yang dapat meningkatkan potensi

keupayaan murid samada dalam akademik mahu pun kemahiran vokasional.

## **ELEMEN MERENTAS KURIKULUM**

Elemen Merentas Kurikulum (EMK) ialah unsur nilai tambah yang diterapkan dalam proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) selain yang ditetapkan dalam standard kandungan. Elemen-elemen ini diterapkan bertujuan mengukuhkan kemahiran dan keterampilan modal insan yang dihasratkan serta dapat menangani cabaran semasa dan masa hadapan. Elemen-elemen di dalam EMK adalah seperti berikut:

### **1. Bahasa**

- Penggunaan bahasa pengantar yang betul perlu dititikberatkan dalam semua mata pelajaran.
- Semasa PdP bagi setiap mata pelajaran, aspek sebutan, struktur ayat, tatabahasa, istilah dan laras bahasa perlu diberi penekanan bagi membantu murid menyusun idea dan berkomunikasi secara berkesan.

### **2. Kelestarian Alam Sekitar**

- Kesedaran mencintai dan menyayangi alam sekitar dalam jiwa murid perlu dipupuk melalui PdP semua mata pelajaran.
- Pengetahuan dan kesedaran terhadap kepentingan alam sekitar dalam membentuk etika murid untuk menghargai alam.

### **3. Nilai Murni**

- Nilai murni diberi penekanan dalam semua mata pelajaran supaya murid sedar akan kepentingan dan mengamalkannya.
- Nilai murni merangkumi aspek kerohanian, kemanusiaan dan kewarganegaraan yang menjadi amalan dalam kehidupan harian.

### **4. Sains Dan Teknologi**

- Menambahkan minat terhadap sains dan teknologi dapat meningkatkan literasi sains serta teknologi dalam kalangan murid.
- Penggunaan teknologi dalam pengajaran dapat membantu serta menyumbang kepada pembelajaran yang lebih cekap dan berkesan.



- Pengintegrasian Sains dan Teknologi dalam PdP merangkumi empat perkara iaitu:
  - (i) Pengetahuan sains dan teknologi (fakta, prinsip, konsep yang berkaitan dengan sains dan teknologi);
  - (ii) Kemahiran saintifik (proses pemikiran dan kemahiran manipulatif tertentu);
  - (iii) Sikap saintifik (seperti ketepatan, kejujuran, keselamatan); dan
  - (iv) Penggunaan teknologi dalam aktiviti PDP.

#### **5. Patriotisme**

- Semangat patriotik dapat dipupuk melalui semua mata pelajaran, aktiviti kokurikulum dan khidmat masyarakat.
- Semangat patriotik dapat melahirkan murid yang mempunyai semangat cintakan negara dan berbangga sebagai rakyat Malaysia.

#### **6. Kreativiti Dan Inovasi**

- Kreativiti adalah kebolehan menggunakan imaginasi untuk mengumpul, mencerna dan menjana idea atau mencipta sesuatu yang baharu atau asli melalui ilham atau gabungan idea yang ada.

- Inovasi merupakan pengaplikasian kreativiti melalui ubah suaian, membaiki dan mempraktikkan idea.
- Kreativiti dan inovasi saling bergandingan dan perlu untuk memastikan pembangunan modal insan yang mampu menghadapi cabaran abad ke-21.
- Elemen kreativiti dan inovasi perlu diintegrasikan dalam PdP.

#### **7. Keusahawanan**

- Penerapan elemen keusahawanan bertujuan membentuk ciri-ciri dan amalan keusahawanan sehingga menjadi satu budaya dalam kalangan murid.
- Ciri keusahawanan boleh diterapkan dalam PdP melalui aktiviti yang mampu memupuk sikap seperti rajin, jujur, amanah dan bertanggungjawab serta membangunkan minda kreatif dan inovatif untuk memacu idea ke pasaran.

#### **8. Teknologi Maklumat dan Komunikasi**

- Penerapan elemen TMK dalam PdP memastikan murid dapat mengaplikasi dan mengukuhkan pengetahuan dan kemahiran asas TMK yang dipelajari.

- Pengaplikasian TMK bukan sahaja mendorong murid menjadi kreatif malah menjadikan PdP lebih menarik dan menyeronokkan serta meningkatkan kualiti pembelajaran.
- TMK diintegrasikan mengikut kesesuaian topik yang hendak diajar dan sebagai pengupaya bagi meningkatkan lagi kefahaman murid terhadap kandungan mata pelajaran.

### 9. Kelestarian Global

- Elemen Kelestarian Global bermatlamat melahirkan murid berdaya fikir lestari yang bersikap responsif terhadap persekitaran dalam kehidupan harian dengan mengaplikasi pengetahuan, kemahiran dan nilai yang diperolehi melalui elemen Penggunaan dan Pengeluaran Lestari, Kewarganegaraan Global dan Perpaduan.
- Elemen Kelestarian Global penting dalam menyediakan murid bagi menghadapi cabaran dan isu semasa di peringkat tempatan, negara dan global.
- Elemen ini diajar secara langsung dan secara sisipan dalam mata pelajaran yang berkaitan.

### 10. Pendidikan Kewangan

- Penerapan elemen Pendidikan Kewangan bertujuan membentuk generasi masa hadapan yang berkeupayaan

membuat keputusan kewangan yang bijak, mengamalkan pengurusan kewangan yang beretika serta berkemahiran menguruskan hal ehwal kewangan secara bertanggungjawab.

- Elemen Pendidikan Kewangan boleh diterapkan dalam PdP secara langsung ataupun secara sisipan. Penerapan secara langsung adalah melalui tajuk-tajuk seperti Wang yang mengandungi elemen kewangan secara eksplisit seperti pengiraan faedah mudah dan faedah kompaun. Penerapan secara sisipan pula diintegrasikan melalui tajuk-tajuk lain merentas kurikulum. Pendedahan kepada pengurusan kewangan dalam kehidupan sebenar adalah penting bagi menyediakan murid dengan pengetahuan, kemahiran dan nilai yang dapat diaplikasikan secara berkesan dan bermakna.

### PENTAKSIRAN SEKOLAH

Pentaksiran Sekolah (PS) adalah sebahagian daripada pendekatan pentaksiran yang merupakan satu proses mendapatkan maklumat tentang perkembangan murid yang dirancang, dilaksanakan dan dilaporkan oleh guru yang berkenaan. Proses ini berlaku berterusan sama ada secara formal dan tidak

formal supaya guru dapat menentukan tahap penguasaan sebenar murid. PS perlu dilaksanakan secara holistik berdasarkan prinsip inklusif, autentik dan setempat (*localised*). Maklumat yang diperoleh dari PS akan digunakan oleh pentadbir, guru, ibu bapa dan murid dalam merancang tindakan susulan ke arah peningkatan perkembangan pembelajaran murid.

PS boleh dilaksanakan oleh guru secara formatif dan sumatif. Pentaksiran secara formatif dilaksanakan seiring dengan proses PdP, manakala pentaksiran secara sumatif dilaksanakan pada akhir suatu unit pembelajaran, penggal, semester atau tahun. Dalam melaksanakan PS, guru perlu merancang, membina item, mentadbir, memeriksa, merekod dan melapor tahap penguasaan murid dalam mata pelajaran yang diajar berdasarkan Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran (DSKP).

Dalam usaha memastikan pentaksiran membantu meningkatkan keupayaan dan pencapaian murid, guru harus menggunakan strategi pentaksiran yang mempunyai ciri-ciri berikut:

- (i) Pelbagai bentuk.
- (ii) Adil kepada semua murid.
- (iii) Mengambil kira pelbagai aras kognitif
- (iv) Membolehkan murid mempamerkan pelbagai keupayaan pembelajaran.

- (v) Mengambil kira pengetahuan dan kemahiran yang telah dipelajari oleh murid dan mentaksir sejauh mana mereka fahami.

PS merupakan antara satu komponen utama dalam PdP kerana ia berperanan mengukuhkan pembelajaran murid, meningkatkan keberkesanan pengajaran guru dan mampu memberi maklumat yang sah tentang apa yang telah dilaksanakan atau dicapai dalam PdP. PS dilaksanakan oleh guru dan pihak sekolah sepenuhnya bermula dengan perancangan, pembinaan item dan instrumen pentaksiran, pentadbiran, pemeriksaan atau penskoran, perekodan hingga pelaporan. PS penting untuk menentukan keberkesanan guru dan pihak sekolah dalam usaha membentuk insan yang harmonis dan seimbang. PS merupakan aktiviti berterusan yang menuntut komitmen yang tinggi, dan hala tuju yang jelas di pihak guru dan sekolah untuk memperkembangkan potensi MBK ke tahap tertinggi mengikut keupayaan masing-masing. PS mempunyai ciri-ciri berikut:

- Holistik iaitu mampu memberi maklumat menyeluruh tentang penguasaan, pengetahuan, kemahiran, dan pengamalan nilai murni;
- Berterusan iaitu aktiviti pentaksiran berjalan seiring dengan PdP;

- Fleksibel iaitu kaedah pentaksiran yang pelbagai mengikut kesesuaian dan kesediaan murid; dan
- Merujuk Standard Prestasi yang dibina berdasarkan Standard Kurikulum.

PS boleh dilaksanakan secara:

- Pentaksiran formatif yang dijalankan seiring dengan proses PdP.
- Pentaksiran sumatif yang dijalankan pada akhir unit pembelajaran, semester atau tahun.

### **Standard Prestasi Pendidikan Jasmani (Masalah Pembelajaran)**

Standard Prestasi Pendidikan Jasmani (Masalah Pembelajaran) diguna untuk melihat kemajuan dan perkembangan murid dalam pembelajaran, serta prestasi seseorang murid. Pentaksiran merupakan proses mendapatkan maklumat tentang sejauh mana murid tahu, faham dan boleh buat atau telah menguasai apa yang dipelajari berdasarkan pernyataan standard prestasi yang ditetapkan. Pentaksiran sedemikian tidak membandingkan pencapaian seseorang murid dengan murid lain. Perkembangan murid dilaporkan dengan menerangkan tentang kemajuan dan

pertumbuhan murid dalam pembelajaran. Murid dinilai secara adil dan saksama sebagai individu dalam masyarakat berdasarkan keupayaan, kebolehan, bakat, kemahiran dan potensi diri tanpa dibandingkan dengan orang lain.

Pihak sekolah berupaya mendapatkan maklum balas yang lengkap dalam bentuk data kualitatif dan kuantitatif. Maklumat yang diperolehi membolehkan pihak yang bertanggungjawab mengenali, memahami, menghargai, serta mengiktiraf murid sebagai insan yang berguna, penting dan mempunyai potensi untuk menyumbang kepada pembangunan negara dan bangsa.

Pentaksiran bagi setiap kelompok Standard Kandungan boleh dijalankan dengan menggunakan Standard Prestasi sebagai skala rujukan guru bagi menentukan tahap penguasaan MBK bagi Standard Kandungan yang ditetapkan.

Standard Prestasi menunjukkan enam Tahap Penguasaan (TP) yang merujuk kepada aras penguasaan yang disusun secara hieraki, dan diguna bagi tujuan pelaporan. Guru boleh membuat pertimbangan profesional untuk menentukan tahap penguasaan murid berdasarkan pengalaman bersama murid dan perbincangan profesional dengan rakan sejawat. Pentaksiran yang dibuat seharusnya mengintegrasikan kandungan, kemahiran dan nilai

untuk melihat sejauh mana murid menguasai Standard Kandungan tertentu secara holistik. Jadual 3 menyenaraikan maksud dan tafsiran umum tentang setiap tahap penguasaan bagi mata pelajaran Pendidikan Jasmani (Masalah Pembelajaran).

Jadual 3: Pernyataan Tahap Penguasaan Umum KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani

TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	Murid boleh melakukan kemahiran pergerakan dan senaman kecerdasan fizikal atau tahu perkara asas tentang sesuatu kemahiran yang akan dilakukan
2	Murid boleh melakukan kemahiran pergerakan dan senaman fizikal serta menyatakan dengan ringkas atau menterjemahkan pengetahuan berkaitan kemahiran dan senaman tersebut dalam bentuk penerangan atau pergerakan
3	Murid boleh mengaplikasi pengetahuan berkaitan konsep, prinsip dan strategi pergerakan bagi Modul Kemahiran dan mengaplikasi pengetahuan berkaitan konsep, prinsip dan strategi meningkatkan kecergasan untuk kesihatan bagi Modul Kecergasan semasa melakukan kemahiran pergerakan dan aktiviti kecergasan

4	Murid boleh mengaplikasi pengetahuan berkaitan konsep pergerakan, prinsip dan strategi dalam kemahiran dan kecergasan semasa melakukan kemahiran pergerakan dan senaman kecergasan fizikal dengan lakuan yang betul, turutan yang betul atau mengikut prosedur yang sistematik
5	Murid boleh mengaplikasi pengetahuan tentang konsep pergerakan, prinsip, dan strategi dalam kemahiran dan kecergasan ke dalam situasi baharu secara positif dengan melakukannya mengikut prosedur yang sistematik, lakuan yang betul, dan tekal serta mempamerkan amalan kesukanan
6	Murid boleh menghasilkan idea kreatif dan inovatif, melaksanakan idea tersebut dalam kemahiran pergerakan dan kecergasan, boleh menunjuk cara sesuatu kemahiran secara tekal, mempamerkan amalan kesukanan dan boleh berkomunikasi tentang kemahiran tersebut seterusnya mempraktikkan kemahiran tersebut ke arah gaya hidup sihat untuk kesejahteraan

### ORGANISASI KANDUNGAN

KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani Tahun 3 digubal secara modular. Dalam kurikulum modular, kandungan dikelompokkan kepada bahagian-bahagian yang dinamakan sebagai modul. Modul merangkumi kandungan

pembelajaran dalam bentuk unit sendiri-lengkap (*self-contained*), terdiri daripada pengetahuan, kemahiran dan nilai yang telah dikenal pasti. KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani tahun tiga terdiri daripada Modul Kemahiran dan Modul Kecergasan yang dibina berasaskan lima aspek iaitu:-

#### **Aspek 1 : Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)**

Murid menguasai pelbagai corak pergerakan dan kemahiran motor yang diperlukan untuk melakukan pelbagai aktiviti fizikal melalui:

- (i) Gimnastik asas.
- (ii) Pergerakan berirama.
- (iii) Kemahiran asas permainan kategori serangan, jaring dan memadam.
- (iv) Olahraga asas.
- (v) Akuatik asas.
- (vi) Rekreasi dan kesenggangan.

#### **Aspek 2 : Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan**

Murid dapat mengaplikasikan pengetahuan mengenai konsep, prinsip dan strategi pergerakan dalam pembelajaran serta mengembangkan kemahiran motor dalam melaksanakan aktiviti fizikal yang melibatkan:

- (i) Pergerakan berirama.
- (ii) Kemahiran asas permainan kategori serangan, jaring dan memadam.
- (iii) Olahraga asas.
- (iv) Akuatik asas.
- (v) Rekreasi dan kesenggangan.
- (vi) Gimnastik asas

#### **Aspek 3 : Kecergasan Meningkatkan Kesihatan**

Murid berkeupayaan meningkatkan dan mengekalkan tahap kecergasan untuk kesihatan dan prestasi fizikal yang melibatkan:

- (i) Konsep kecergasan
- (ii) Komponen kecergasan berasaskan kesihatan iaitu kapasiti aerobik, kelenturan, kekuatan dan daya tahan otot dan komposisi badan
- (iii) Pengukuran kecergasan fizikal

#### **Aspek 4 : Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan.**

Murid dapat mengaplikasikan pengetahuan berkaitan konsep, prinsip dan strategi meningkatkan kecergasan untuk kesihatan dan prestasi fizikal yang melibatkan:

- (i) Konsep kecergasan.

- (ii) Komponen kecergasan berasakan kesihatan iaitu kapasiti aerobik, kelenturan, kekuatan dan daya tahan otot, dan komposisi badan.
- (iii) Pengukuran kecergasan fizikal.

#### **Aspek 5: Kesukanan**

Murid berkeupayaan mengukuhkan amalan Pendidikan Jasmani menerusi elemen keselamatan, konsep, sosiologi dan psikologi, prinsip dan strategi untuk melakukan aktiviti fizikal dengan berkesan yang melibatkan:

- (i) Pengurusan dan keselamatan.
- (ii) Tanggungjawab sendiri.
- (iii) Interaksi sosial.
- (iv) Dinamika kumpulan.

Kandungan dalam KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani tahun 3 adalah setara dengan pencapaian objektif psikomotor, kognitif dan afektif dalam PdP KSSR Pendidikan Jasmani. Bagi tujuan pengajaran Modul 1: Kemahiran, guru menggunakan Aspek 1, Aspek 2 dan Aspek 5 secara serentak. Manakala untuk pengajaran Modul 2: Kecergasan, guru menggunakan Aspek 3, Aspek 4 dan Aspek 5 secara serentak.

Guru boleh membuat pilihan sama ada mengajar kemahiran atau kecergasan terlebih dahulu tanpa mengabaikan gabungan aspek yang telah ditetapkan. Dalam Modul 1: Kemahiran, guru boleh

memilih antara akuatik asas atau rekreasi dan kesenggangan dalam pengajaran Pendidikan Jasmani. Bagi yang memilih akuatik asas, persekitaran sekolah hendaklah mempunyai kemudahan dan guru yang berkelayakan. Ringkasannya adalah seperti di Jadual 4:

Jadual 4 : Aspek Kandungan Pendidikan Jasmani

Modul 1: Kemahiran	Aspek 1	Kemahiran Pergerakan
	Aspek 2	Aplikasi Pengetahuan dalam Pergerakan
	Aspek 5	Kesukanan
Modul 2: Kecergasan	Aspek 3	Kecergasan Meningkatkan Kesihatan
	Aspek 4	Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan
	Aspek 5	Kesukanan

SK dan SP mengandungi elemen pengetahuan, kemahiran dan nilai. Jadual 5 memberikan tafsiran Standard Kandungan, Standard Pembelajaran dan Standard Prestasi. Pelaksanaan bagi kurikulum Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani adalah mengikut Surat Pekeliling Ikhtisas yang berkuatkuasa sekarang.

Jadual 5: Organisasi DSKP

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI
Pernyataan spesifik tentang perkara yang murid patut ketahui dan boleh lakukan dalam suatu tempoh persekolahan merangkumi aspek pengetahuan, kemahiran dan nilai.	Suatu penetapan kriteria atau indikator kualiti pembelajaran dan pencapaian yang boleh diukur bagi setiap standard kandungan.	Suatu set kriteria umum yang menunjukkan tahap-tahap prestasi yang perlu murid pamerkan sebagai tanda bahawa sesuatu perkara itu telah dikuasai murid

Proses pelaksanaan kurikulum perlu mengambil kira kepelbagaian kebolehan dan keupayaan individu. Bagi memenuhi keperluan individu, pengajaran dan pembelajaran di sekolah dan Program Pendidikan Khas dibentuk secara fleksibel selaras dengan Peraturan-Peraturan Pendidikan (Pendidikan Khas) 2013. Oleh yang demikian, guru-guru digalakkan untuk mengubah suai aktiviti PdP apabila diperlukan dan perlulah berdasarkan keupayaan murid.



STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>1.0 Pergerakan Lokomotor</b></p> <p>1.1 Melakukan pelbagai pergerakan lokomotor asas</p>          <p><b>2.0 Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan Lokomotor</b></p>          <p>2.1 Memahami pergerakan lokomotor</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.1.1 Melakukan aktiviti pergerakan lokomotor dengan melompat sebelah kaki dan mendarat.</p> <p>1.1.2 Melompat dengan sebelah kaki pada satu jarak dan mendarat dengan dua belah kaki dengan lutut dibengkokan.</p> <p>1.1.3 Melompat dan mendarat melepasi jarak dua tali</p>          <p>2.1.1 Menyatakan ciri-ciri pergerakan lokomotor dengan melompat sebelah kaki.</p> <p>2.1.2 Menyatakan postur badan yang betul semasa melakukan pergerakan lokomotor.</p>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p>5.1 Mematuhi dan mengamalkan pengurusan dan keselamatan</p>	<p>5.1.1 Mengamalkan kaedah persediaan diri sebelum, semasa dan selepas melakukan aktiviti</p> <p>5.1.2 Memilih peralatan yang selamat digunakan</p> <p>5.1.3 Menyimpan peralatan di tempat yang selamat selepas melakukan aktiviti</p>

**PENTAKSIRAN**

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	Mengenal pergerakan dengan melompat sebelah kaki
2	Melakukan pergerakan dengan melompat sebelah kaki
3	Melakukan pergerakan melompat sebelah kaki serta dapat membezakan aktiviti pergerakan lokomotor tersebut
4	Melakukan pergerakan melompat sebelah kaki tanpa bimbingan guru
5	Mengaplikasikan pergerakan melompat melepasi tali dengan jarak yang ditetapkan
6	Melakukan pergerakan melompat sebelah kaki melepasi dua tali dengan jarak yang ditetapkan, mendarat dengan dua belah kaki dengan postur badan yang betul serta boleh membimbing rakan

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>1.0 Pergerakan Bukan Lokomotor</b></p> <p>1.2 Melakukan pelbagai pergerakan bukan lokomotor asas</p> <p><b>2.0 Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan Lokomotor</b></p> <p>2.2 Memahami pergerakan bukan lokomotor</p> <p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p>5.2 Mempunyai keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti fizikal</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.2.1 Melakukan aktiviti pergerakan bukan lokomotor rebah, bangkit dan mengilas ke kiri dan ke kanan</p> <p>2.2.1 Mengenal pasti aktiviti pergerakan bukan lojomotor rebah, bangkit dan mengilas ke kiri dan ke kanan</p> <p>5.2.1 Memperlihatkan rasa seronok melakukan aktiviti baru dalam pergerakan bukan lokomotor</p> <p>5.2.2 Mengamalkan semangat kesukanan yang tinggi semasa melakukan aktiviti</p> <p>5.2.3 Menunjukkan reaksi positif menerima kemenangan atau kekalahan</p>

**PENTAKSIRAN**

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	Mengenal aktiviti pergerakan bukan lokomotor rebah, bangkit dan mengilas ke kiri dan ke kanan
2	Melakukan aktiviti pergerakan bukan lokomotor rebah, bangkit dan mengilas ke kiri dan ke kanan
3	Mengaplikasikan teknik pergerakan bukan lokomotor rebah, bangkit dan mengilas ke kiri dan ke kanan
4	Membezakan pergerakan bukan lokomotor rebah, bangkit dan mengilas ke kiri dan ke kanan
5	Menggabungkan dan membimbing rakan untuk mealukan aktiviti rebah, bangkit dan mengilas ke kiri dan ke kanan
6	Menghubungkait aktiviti rebah, bangkit dan mengilas ke kiri dan ke kanan dalam kehidupan seharian serta mampu membimbing rakan

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Kemahiran manipulasi alatan</b></p> <p>2.3 Melakukan kemahiran manipulasi alatan</p> <p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Manipulasi Alatan</b></p> <p>2.4 Memahami kemahiran manipulasi alatan</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>2.3.1 Melambung dan menyambut bola</p> <p>2.3.2 Membaling dan menyambut bola berpasangan</p> <p>2.3.3 Menendang dan menangkap bola</p> <p>2.4.1 Membezakan teknik melambung bola dengan teknik menyambut bola</p> <p>2.4.2 Membezakan teknik membaling bola dengan teknik menyambut bola secara berpasangan</p> <p>2.4.3 Membezakan teknik menendang bola dengan menangkap bola</p>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p><b>Dinamika kumpulan</b></p> <p>5.4 Membentuk kumpulan dan saling bekerjasama dalam kumpulan</p>	<p>5.4.1 Berkebolehan membentuk kumpulan secara bebas</p> <p>5.4.2 Melakukan aktiviti secara berpasangan</p> <p>5.4.3 Bekerjasama dalam kumpulan</p> <p>5.4.4 Memperlihatkan rasa seronok melakukan aktiviti dalam kumpulan</p>

**PENTAKSIRAN**

<b>STANDARD PRESTASI</b>	
<b>TAHAP PENGUASAAN</b>	<b>TAFSIRAN</b>
1	Mengenal aktiviti kemahiran manipulasi alatan melambung, menyambut, membaling, menendang dan menangkap
2	Menyatakan anggota badan yang terlibat semasa melakukan aktiviti melambung, menyambut, membaling, menendang dan menangkap
3	Melakukan aktiviti manipulasi alatan dengan kedudukan badan yang betul
4	Mengaplikasi teknik melambung, menyambut, membaling, menendang dan menangkap
5	Menggabungkan aktiviti melambung, menyambut, membaling, menendang dan menangkap dalam satu rangkaian pergerakan
6	Menggabungkan aktiviti melambung, menyambut, membaling, menendang dan menangkap dalam satu rangkaian pergerakan kreatif serta mampu membimbing rakan





STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p data-bbox="277 408 687 475"><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p data-bbox="230 544 676 611">5.1 Mematuhi dan mengamalkan pengurusan dan keselamatan</p>	<p data-bbox="757 568 1984 600">5.1.1 Mengamalkan kaedah persediaan diri sebelum, semasa dan selepas melakukan aktiviti</p> <p data-bbox="757 639 1413 671">5.1.2 Memilih peralatan yang selamat digunakan</p> <p data-bbox="757 711 1794 743">5.1.3 Menyimpan peralatan di tempat yang selamat selepas melakukan aktiviti</p>

**PENTAKSIRAN**

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	Menyatakan teknik asas renang, apungan, meluncur ( <i>gliding</i> ) dan tentangan keribas ( <i>flutter kick</i> )
2	Menjelaskan teknik asas renang, apungan, meluncur ( <i>gliding</i> ) dan tentangan keribas ( <i>flutter kick</i> )
3	Membezakan teknik asas renang, apungan, meluncur ( <i>gliding</i> ) dan tentangan keribas ( <i>flutter kick</i> )
4	Mengaplikasi teknik teknik asas renang, apungan, meluncur ( <i>gliding</i> ) dan tentangan keribas ( <i>flutter kick</i> )
5	Melakukan teknik asas renang, apungan, meluncur ( <i>gliding</i> ) dan tentangan keribas ( <i>flutter kick</i> ) dengan betul
6	Membimbing rakan melakukan teknik asas renang, apungan, meluncur ( <i>gliding</i> ) dan tentangan keribas ( <i>flutter kick</i> ) dan menyimpan peralatan ditempat yang selamat

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Rekreasi dan Kesenggangan</b></p> <p>2.7 Bermain permainan tradisional</p> <p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Rekreasi dan Kesenggangan</b></p> <p>2.8 Memahami asas aktiviti dan keselamatan di luar bilik darjah</p> <p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p><b>Interaksi sosial</b></p> <p>5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti fizikal</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>2.7.1 Bermain permainan Belalang dan Belatuk serta Anak Ayam dengan Musang</p> <p>2.8.1 Menyatakan cara bermain Belalang dan Belatuk serta Anak Ayam dengan Musang</p> <p>5.3.1 Berkomunikasi antara murid dan ahli kumpulan semasa melakukan aktiviti</p>

**PENTAKSIRAN**

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	Menyatakan permainan tradisional Belalang dan Belatuk serta Anak Ayam dengan Musang
2	Menerangkan permainan tradisional Belalang dan Belatuk serta Anak Ayam dengan Musang
3	Membezakan permainan tradisional Belalang dan Belatuk serta Anak Ayam dengan Musang
4	Membezakan permainan tradisional Belalang dan Belatuk serta Anak Ayam dengan Musang
5	Bermain permainan tradisional Belalang dan Belatuk serta Anak Ayam dengan Musang mengikut peraturan yang telah ditetapkan
6	Bermain permainan tradisional Belalang dan Belatuk serta Anak Ayam dengan Musang mengikut peraturan yang telah ditetapkan dan dapat membimbing rakan

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Konsep kecergasan</b></p> <p>3.1 Melakukan aktiviti fizikal berpandukan konsep kecergasan</p> <p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Konsep Kecergasan</b></p> <p>4.1 Memahami konsep kecergasan semasa melakukan aktiviti kecergasan fizikal</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>3.1.1 Melakukan aktiviti yang meningkatkan suhu badan, kadar pernafasan, kadar nadi dan regangan otot</p> <p>3.1.2 Melakukan aktiviti yang menurunkan kadar nadi selepas aktiviti fizikal</p> <p>3.1.3 Merasa kadar denyutan nadi sebelum dan selepas aktiviti fizikal</p> <p>4.1.1 Mengenal pasti aktiviti yang meningkatkan suhu badan, kadar pernafasan, kadar nadi dan regangan otot</p> <p>4.1.2 Membezakan kadar nadi sebelum dan selepas melakukan aktiviti fizikal</p>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p><b>Interaksi sosial</b></p> <p>5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti fizikal</p>	<p>5.3.1 Berkomunikasi antara murid dan ahli kumpulan semasa melakukan aktiviti</p>

**PENTAKSIRAN**

<b>STANDARD PRESTASI</b>	
<b>TAHAP PENGUASAAN</b>	<b>TAFSIRAN</b>
1	Mengenal aktiviti yang melibatkan suhu badan, kadar pernafasan, regangan otot dan kadar nadi
2	Menyatakan aktiviti yang meningkatkan suhu badan, kadar pernafasan, kadar nadi dan regangan otot
3	Melakukan aktiviti yang dapat meningkatkan suhu badan, kadar pernafasan, regangan otot serta meningkat dan menurunkan kadar nadi secara aktif
4	Membezakan aktiviti yang dapat meningkatkan suhu badan, kadar pernafasan, regangan otot serta meningkatkan dan menurunkan kadar nadi
5	Mengamalkan aktiviti yang dapat meningkatkan suhu badan, kadar pernafasan, regangan otot serta meningkat dan menurunkan kadar nadi secara tekak
6	Mengamalkan aktiviti yang dapat meningkatkan suhu badan, kadar pernafasan, regangan otot serta meningkat dan menurunkan kadar nadi secara tekak dan boleh membimbing rakan



STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Konsep kecergasan</b></p> <p>3.2 Melakukan senaman meningkatkan kapasiti aerobik</p> <p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Komponen Kecergasan</b></p> <p>4.2 Memahami konsep kecergasan semasa melakukan aktiviti kecergasan fizikal</p> <p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p><b>Tanggungjawab Kendiri</b></p> <p>5.2 Mempunyai keyakinan dan tanggungjawab sendiri melakukan aktiviti fizikal</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>3.2.1 Melakukan aktiviti berjalan dalam pelbagai tempoh tanpa henti selama 3 minit dalam kawasan secara perlahan, sederhana dan laju</p> <p>4.2.1 Menyatakan aktiviti-aktiviti yang boleh meningkatkan kapasiti aerobik dalam pelbagai tempo</p> <p>5.2.1 Memperlihatkan rasa seronok melakukan aktiviti baharu dalam aktiviti fizikal</p> <p>5.2.2 Mengamalkan semangat kesukanan yang tinggi semasa melakukan aktiviti</p> <p>5.2.3 Menunjukkan reaksi positif semasa menerima kemenangan atau kekalahan</p>

**PENTAKSIRAN**

<b>STANDARD PRESTASI</b>	
<b>TAHAP PENGUASAAN</b>	<b>TAFSIRAN</b>
1	Mengenal aktiviti berjalan dalam pelbagai tempo perlahan, sederhana dan laju
2	Menyatakan dan membezakan aktiviti berjalan dalam pelbagai tempo perlahan, sederhana dan laju
3	Mengaplikasi aktiviti berjalan dalam pelbagai tempo perlahan, sederhana dan laju dengan komunikasi yang sesuai
4	Melakukan aktiviti berjalan dalam pelbagai tempo dan mempunyai semangat kesukanan yang tinggi
5	Melakukan aktiviti berjalan dalam pelbagai tempo secara tekak yang dapat meningkatkan kapasiti aerobik dan berasa seronok semasa melakukan aktiviti
6	Mengamalkan semangat kesukanan yang tinggi dan memperlihatkan rasa seronok semasa melakukan aktiviti berjalan dalam pelbagai tempo secara tekak dan menjadi amalan

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Komposisi Badan</b></p> <p>3.3 Mengenal pasti komposisi badan</p> <p><b>Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan</b></p> <p>4.3 Memahami komposisi badan</p> <p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p><b>Tanggungjawab Kendiri</b></p> <p>5.1 Mematuhi dan mengamalkan pengurusan dan keselamatan</p>	<p><b>Murid boleh:</b></p> <p>3.3.1 Mengukur ketinggian dan menimbang berat badan</p> <p>3.3.2 Merekod ukuran tinggi dan berat badan dengan bantuan guru</p> <p>4.3.1 Menyatakan berat dan ketinggian diri dan rakan</p> <p>5.1.1 Mengamalkan kaedah persediaan diri sebelum, semasa dan selepas melakukan aktiviti</p> <p>5.1.2 Memilih peralatan yang selamat digunakan</p> <p>5.1.3 Menyimpan peralatan di tempat yang selamat selepas melakukan aktiviti</p>

**PENTAKSIRAN**

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	Membezakan alat untuk mengukur ketinggian dan menimbang berat badan
2	Membezakan cara mengukur dan merekod ketinggian dan berat badan
3	Melakukan aktiviti mengukur ketinggian dan menimbang berat badan secara tidak piawai
4	Melakukan aktiviti mengukur ketinggian dan menimbang berat badan secara piawai
5	Melakukan aktiviti mengukur ketinggian dan menimbang berat badan secara piawai serta membandingkan ketinggian dan berat badan dengan rakan
6	Membimbing rakan dalam aktiviti mengukur ketinggian dan menimbang berat badan secara piawai dengan tekal

### **PANEL PENGGUBAL**

- |                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| 1. Paizah binti Zakaria               | Bahagian Pembangunan Kurikulum              |
| 2. Haris bin Yusof                    | Bahagian Pembangunan Kurikulum              |
| 3. Muhammad Faunizan bin Mohd Rani    | Bahagian Pembangunan Kurikulum              |
| 4. Mohd Fadli bin Rakib               | SK Kepong, Kuala Lumpur                     |
| 5. Muhammad Dur Ehsan bin Zulkipli    | SK Seri Kelana, Seremban Negeri Sembilan    |
| 6. Mohd Izuddin bin Mohd Aris         | SK Mempaga, Bentong Pahang                  |
| 7. Mohd Akmal bin Yusof               | SK Presint 9 (2), Putrajaya                 |
| 8. Muhammad Hafizal Teng bin Abdullah | SK Jerantut, Pahang                         |
| 9. Rosli bin Lazim                    | SK Seri Sentosa, Nibong Tebal, Pulau Pinang |
| 10. Zaiful Anuar bin Abu Samah        | SK Cheng, Melaka                            |

### **TURUT MENYUMBANG**

- |                            |                                      |
|----------------------------|--------------------------------------|
| 1. Dr. Anuar bin Abdullah  | IPG Kampus Ipoh, Perak               |
| 2. Eni Eliza binti Ghazali | IPG Kampus Sultan Abdul Halim, Kedah |
| 3. Zamri bin Ismail        | SK Kolam, Rompin, Pahang             |

## **PENGHARGAAN**

### **Penasihat**

Dr. Sariah binti Abd. Jalil	-	Pengarah
Rusnani binti Mohd Sirin	-	Timbalan Pengarah (Kemanusiaan)
Datin Dr. Ng Soo Boon	-	Timbalan Pengarah (STEM)

### **Penasihat Editorial**

Mohamed Zaki bin Abd. Ghani	-	Ketua Sektor
Haji Naza Idris bin Saadon	-	Ketua Sektor
Mohd Faudzan bin Hamzah	-	Ketua Sektor
Dr. Rusilawati binti Othman	-	Ketua Sektor
Mohamed Salim bin Taufix Rashidi	-	Ketua Sektor
Paizah binti Zakaria	-	Ketua Sektor
Hajah Norashikin binti Hashim	-	Ketua Sektor





Bahagian Pembangunan Kurikulum  
Kementerian Pendidikan Malaysia  
Aras 4-8 Blok E9, Kompleks Kerajaan Parcel E  
62604 Putrajaya  
Tel: 03-8884 2000 Fax: 03-8888 9917  
<http://bpk.moe.gov.my/>