



KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

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

Pendidikan Jasmani

Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran

TAHUN 1



KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH
PENDIDIKAN KHAS
(MASALAH PEMBELAJARAN)

Pendidikan Jasmani

Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran

Tahun 1

Bahagian Pembangunan Kurikulum

MEI 2015

Terbitan 2015

© 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
Kurikulum Kebangsaan.....	vii
Kata Pengantar.....	ix
Pendahuluan.....	1
Matlamat	1
Objektif	2
Kerangka Kurikulum Standard Sekolah Rendah	3
Fokus	4
Kemahiran Abad Ke-21	4
Kemahiran Berfikir Aras Tinggi.....	5
Strategi Pengajaran dan Pembelajaran	6
Elemen Merentas Kurikulum	11
Pentaksiran Sekolah.....	14

Organisasi Kandungan	18
Modul Kemahiran.....	21
Modul Kecergasan.....	29
Panel Penggubal.....	34
Penghargaan	35



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 KESUSILAAN**

FALSAFAH PENDIDIKAN KEBANGSAAN

“Pendidikan di Malaysia adalah suatu usaha berterusan ke arah memperkembangkan lagi 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 dijemakan dalam KSSR menerusi penggubalan Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran (DSKP) untuk semua mata pelajaran yang mengandungi Standard Kandungan, Standard Pembelajaran dan Standard Pentaksiran.

Usaha memasukkan standard prestasi di dalam dokumen kurikulum telah mengubah landskap sejarah sejak Kurikulum Kebangsaan dilaksanakan di bawah Sistem Pendidikan Kebangsaan. Menerusinya murid dapat ditaksir secara berterusan untuk mengenalpasti 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 penggubalan 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) dibina 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) Asas 3M bersifat holistik, 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:

- i. kaedah atau teknik pengajaran dan pembelajaran
- ii. masa yang diperuntukkan bagi setiap aktiviti
- iii susunan aktiviti; dan
- iv bahan bantu mengajar

..... apa-apa pengubahsuaian yang dibuat di bawah perenggan (1)(c) hendaklah mengikut Kurikulum Pendidikan Khas.

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

MATLAMAT

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

OBJEKTIF

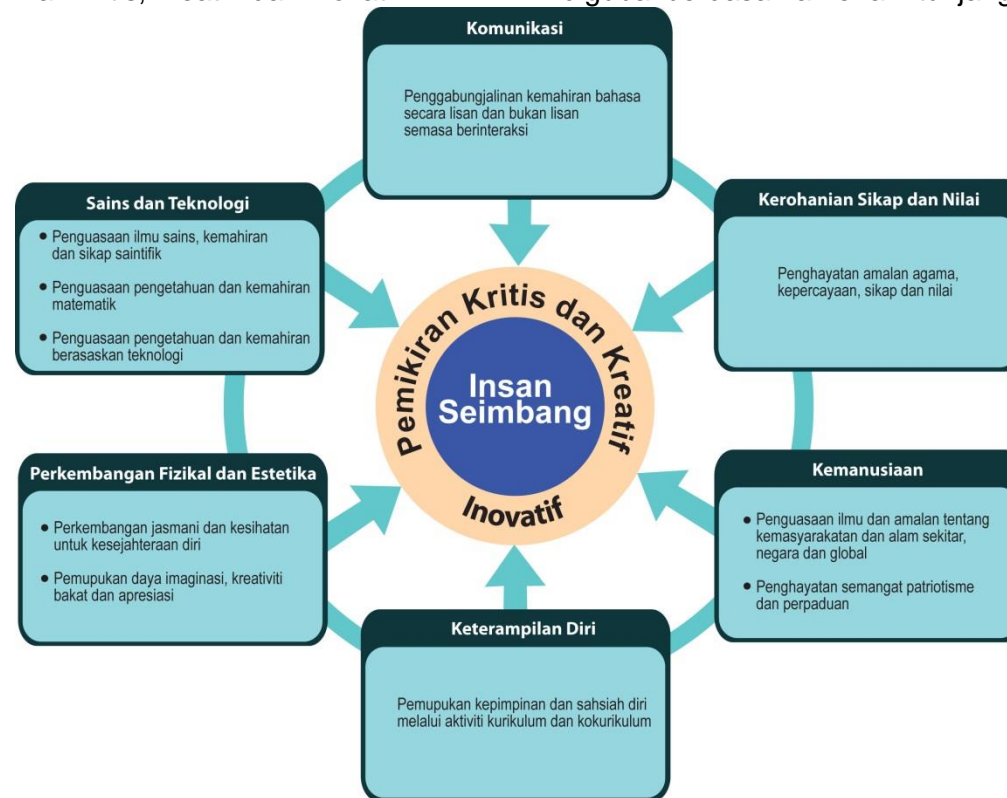
KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani tahun satu penekanan diberi agar murid berupaya;

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; dan
6. Membuat keputusan bijak dalam kehidupan.

KERANGKA KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH

Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR) 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 sebagaimana yang digambarkan dalam Rajah 1. Kurikulum Pendidikan Jasmani (Masalah Pembelajaran) tahun 1 digubal berdasarkan enam tunjang Kerangka KSSR.



Rajah 1: Kerangka Kurikulum Standard Sekolah Rendah

FOKUS

KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani Tahun Satu merangkumi lima aspek utama bagi tujuan menghasilkan Murid Berkeperluan Khas yang berpengetahuan, berkemahiran, berdikari, bersosialisasi dan mengamalkan nilai murni. Lima aspek tersebut adalah Kemahiran Pergerakan, Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan, Kecergasan Meningkatkan Kesihatan, Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan dan 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 SK dan SP dalam kurikulum Pendidikan Jasmani (Masalah Pembelajaran) tahun 1 menyumbang kepada pemerolehan kemahiran abad 21 dalam kalangan murid.

Jadual 1: Profil Murid

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

PROFIL MURID	PENERANGAN
Kerja sepasukan	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.
Bersifat ingin tahu	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.
Berprinsip	Berintegriti, jujur, saksama, adil dan menghormati maruah individu, kumpulan dan komuniti. Bertanggungjawab atas tindakan, akibat tindakan dan keputusan yang dibuat.

PROFIL MURID	PENERANGAN
Bermaklumat	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 diperolehi.
Penyayang/ Prihatin	Menunjukkan empati, belas kasihan dan rasa hormat terhadap keperluan dan perasaan orang lain. Komited untuk berkhidmat kepada masyarakat dan memastikan kelestarian alam sekitar.
Patriotik	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 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
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 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 penyoalan 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 pengalaman, 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 pemerolehan. 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:

- Guru mengambil kira pengetahuan sedia ada murid.
- Pembelajaran adalah hasil usaha murid sendiri.
- Pembelajaran berlaku apabila murid menghubungkan idea asal dengan idea baharu bagi menstruktur semula idea mereka.
- 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 dilaksanakan melalui langkah seperti berikut:

1. Memastikan kemahiran yang sesuai diajar pada murid mengikut tahap keupayaan.
2. Menghuraikan secara ringkas kemahiran dipilih.
3. Kemahiran yang dipilih dipecahkan kepada langkah-langkah kecil.
4. Buat penyesuaian langkah pembelajaran mengikut keupayaan dan kebolehan murid.
5. Guru membuat pemerhatian dan penilaian terhadap kemahiran yang dikuasai murid.
6. 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 Belajar Melalui Bermain (BMB) adalah seperti berikut:

1. Aktiviti yang menyeronokkan.
2. Penerokaan dan interaksi dengan persekitaran.
3. Permainan bebas dan terancang.
4. Keanjalan masa.
5. Percubaan idea sendiri.
6. 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:

1. Penggunaan suatu tajuk umum merentasi bidang pembelajaran.
2. Pemilihan tajuk tema berasaskan kesesuaian tahap murid, situasi tertentu atau peristiwa semasa.
3. Saling berkaitan dengan pengalaman sedia ada dan pengalaman baru yang diperoleh secara tersusun dan sistematik.
4. Peluasan dan pengukuhan pengetahuan dan kemahiran
5. Pemingkatan daripada yang mudah kepada yang sukar dan umum kepada yang lebih khusus.

Pemilihan tema pula perlu mengambil kira:

Kesesuaian dengan kehidupan murid.

1. Peluang untuk mengaplikasi kemahiran kepada murid-murid seperti kemahiran asas mendengar, membaca, menulis, mengira, penggunaan komputer dan lain-lain.
2. Kemahiran yang diperoleh daripada tema yang diajar dapat membantu murid mendapat kemahiran penyelesaian masalah.

3. Sumber yang mudah didapati.
4. 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:

- Menentukan suasana yang positif untuk proses pembelajaran.
- Menjelaskan peranan murid dalam tugas.
- Memastikan sumber untuk proses pembelajaran ada dan mudah diperolehi.
- Menyusun sumber untuk proses pembelajaran.
- Seimbangkan komponen intelek dan emosi dalam pembelajaran.
- Berkongsi perasaan dan pemikiran dengan murid tanpa menguasai dan mengongkong mereka.

Proses pembelajaran bagi Pendekatan Pengalamian ialah:

1. Guru menentukan matlamat dan objektif untuk individu dan/atau kumpulan.
2. Guru merancang aktiviti pembelajaran yang sesuai dengan kesediaan murid.
3. Guru perlu menjelaskan tentang tugas atau aktiviti yang akan dijalankan dengan murid dan berbincang mengenai apa yang diharapkan daripada murid.
4. Murid perlu ditempatkan dalam situasi atau suasana yang memerlukan kemahiran baru atau sokongan dan peneguhan dengan pengalaman lalu.
5. Pembelajaran berlaku melalui pengalaman pembelajaran dan guru memberi maklumat tentang apa yang dilakukan atau dipelajari.
6. Guru memberikan bantuan, latihan dan peneguhan 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:

1. Memperoleh pengalaman sebenar.
2. Meningkatkan kecergasan dan perkembangan fizikal.
3. Bersosialisasi dan berkomunikasi.
4. Melaksanakan aktiviti yang menggemirakan.
5. Meneroka dan berinteraksi dengan persekitaran.
6. 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

Rancangan Pendidikan Individu (RPI) merupakan dokumen yang disediakan oleh guru bagi menjelaskan matlamat perancangan pendidikan yang berasaskan keperluan MBK. Guru boleh mengenal pasti tahap kebolehan dan perkembangan murid melalui ujian diagnostik secara lisan, penulisan dan pemerhatian. RPI dibentuk berasaskan keperluan MBK dan perlu dipersetujui dan ditandatangani oleh ibubapa/ penjaga.

Merujuk kepada Peraturan-Peraturan Pendidikan (Pendidikan Khas) 2013;

Rancangan Pendidikan Individu (RPI) ertinya suatu rekod yang mengandungi butiran sebagai mana yang ditentukan oleh Ketua Pendaftar yang menyatakan tentang rancangan pendidikan bagi setiap MBK.

Punca kuasa RPI pula adalah daripada Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 7/2004;

Bagi memastikan keberkesanan pelaksanaan kurikulum ini, Rancangan Pendidikan Individu (RPI) setiap murid hendaklah disediakan.

Kumpulan multidisiplinari seperti pegawai Pusat Perkhidmatan Pendidikan Khas (3PK), audiologis, psikologi, juru pulih dan terapi cara kerja diperlukan dalam membuat cadangan serta perancangan pendidikan untuk membantu dalam pelaksanaan RPI. Kolaboratif antara pihak sekolah, ibubapa, dan MBK sendiri, pegawai pendidikan peringkat negeri dan daerah, dan individu dari agensi atau khidmat sokongan lain dapat memperkukuhkan lagi matlamat RPI.

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:

- Pengetahuan sains dan teknologi (fakta, prinsip, konsep yang berkaitan dengan sains dan teknologi);
- Kemahiran saintifik (proses pemikiran dan kemahiran manipulatif tertentu);
- Sikap saintifik (seperti ketepatan, kejujuran, keselamatan); dan
- 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 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 kompoun. 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, dilaksana dan dilapor 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.

Pentaksiran Sekolah (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.

Pentaksiran Standard Prestasi

Standard Prestasi Pendidikan Jasmani (Masalah Pembelajaran) tahun 1 diguna untuk melihat kemajuan dan perkembangan murid dalam pembelajaran, serta prestasi seseorang murid. Pentaksiran Rujukan Standard 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 5 menyenaraikan maksud dan tafsiran umum tentang setiap tahap penguasaan bagi mata pelajaran Pendidikan Jasmani (Masalah Pembelajaran) tahun 1.

Jadual 5: Tafsiran Umum Tahap Penguasaan KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani Tahun Satu

TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN UMUM
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 tekak serta mempamerkan amalan kesukanan
6	Murid boleh menghasilkan idea kreatif dan inovatif, melaksanakan idea tersebut dalam kemahiran pergerakan dan kecergasan, boleh menujukcara sesuatu kemahiran secara tekak, 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 satu digubal secara modular mengikut KSSR. 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 untuk dikuasai dan dicapai. Kurikulum Standard Pendidikan Jasmani tahun satu terdiri daripada Modul Kemahiran dan Modul Kecergasan yang dibina berasaskan lima aspek iaitu:-

Aspek 1 : Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)

Melalui Aspek 1, murid menguasai pelbagai corak pergerakan dan kemahiran motor yang diperlukan untuk melakukan pelbagai aktiviti fizikal melalui:-

1. Gimnastik asas.
2. Pergerakan berirama.
3. Kemahiran asas permainan kategori serangan, jaring dan memadang.
4. Olahraga asas.
5. Akuatik asas.
6. Rekreasi dan kesenggangan.

Aspek 2 : Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan

Melalui Aspek 2, murid dapat mengaplikasikan pengetahuan mengenai konsep, prinsip dan strategi pergerakan dalam pembelajaran serta mengembangkan kemahiran motor dalam melaksanakan aktiviti fizikal yang melibatkan:-

1. Gimnastik asas.
2. Pergerakan berirama.
3. Kemahiran asas permainan kategori serangan, jaring dan memadam.
4. Olahraga asas.
5. Akuatik asas.
6. Rekreasi dan kesenggangan.

Aspek 3 : Kecergasan Meningkatkan Kesihatan

Melalui Aspek 3, murid berkeupayaan meningkatkan dan mengekalkan tahap kecergasan untuk kesihatan dan prestasi fizikal yang melibatkan:-

1. Konsep kecergasan.
2. Komponen kecergasan berasaskan kesihatan iaitu kapasiti aerobik, kelenturan, kekuatan dan daya tahan otot, dan komposisi badan.
3. Pengukuran kecergasan fizikal.

Aspek 4 : Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan.

Melalui Aspek 4, murid dapat mengaplikasikan pengetahuan berkaitan konsep, prinsip dan strategi meningkatkan kecergasan untuk kesihatan dan prestasi fizikal yang melibatkan:

1. Konsep kecergasan.
2. Komponen kecergasan berasaskan kesihatan iaitu kapasiti aerobik, kelenturan, kekuatan dan daya tahan otot, dan komposisi badan.
3. Pengukuran kecergasan fizikal.

Aspek 5: Kesukanan.

Melalui Aspek 5, murid berkeupayaan mengukuhkan amalan Pendidikan Jasmani menerusi elemen keselamatan, konsep, sosiologi dan psikologi, prinsip dan strategi untuk melakukan aktiviti fizikal dengan berkesan yang melibatkan:-

1. Pengurusan dan keselamatan.
2. Tanggungjawab sendiri.
3. Interaksi sosial.
4. Dinamika kumpulan.

Kandungan dalam Kurikulum Standard Pendidikan Jasmani (Masalah Pembelajaran) tahun 1 adalah setara dengan pencapaian objektif psikomotor, kognitif dan afektif dalam

pengajaran dan pembelajaran 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 PJ. Bagi yang memilih akuatik asas, persekitaran sekolah hendaklah mempunyai kemudahan dan guru yang berkelayakan.

Ringkasannya adalah seperti berikut:-

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

Standard Kandungan dan Standard Pembelajaran mengandungi elemen pengetahuan, kemahiran dan nilai. Standard Kandungan dan Standard Pembelajaran mengandungi elemen pengetahuan, kemahiran dan nilai. Jadual 6 di bawah memberikan tafsiran Standard Kandungan, Standard Pembelajaran dan Standard Prestasi.

Jadual 6: tafsiran Standard Kandungan, Standard Pembelajaran dan Standard Prestasi.

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

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
Pergerakan Lokomotor 1.1 Melakukan pelbagai pergerakan asas lokomotor Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan Lokomotor 2.1 Memahami pergerakan asas lokomotor Keselamatan dan Pengurusan 5.1 Mematuhi dan mengamalkan aspek pengurusan dan keselamatan	Murid berupaya: 1.1.1 Melakukan aktiviti pergerakan lokomotor (i) berjalan (ii) berlari	1	Mengenal pergerakan berjalan dan berlari
		2	Melakukan aktiviti berjalan dan berlari
	2.1.1 Membezakan aktiviti pergerakan lokomotor (i) berjalan (ii) berlari	3	Melakukan aktiviti berjalan dan berlari serta membezakan aktiviti pergerakan lokomotor tersebut dengan pemakaian yang sesuai.
		4	Melakukan aktiviti berjalan dan berlari tanpa bantuan guru
	5	Mengaplikasikan teknik berjalan dan berlari dari pelbagai arah	
	5.1.1 Memakai pakaian yang bersesuaian dengan aktiviti	6	Melakukan gabungan aktiviti berjalan dan berlari dalam pelbagai arah dengan postur badan yang betul serta boleh membimbing rakan

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
<p>Pergerakan Bukan Lokomotor</p> <p>1.2 Melakukan pelbagai pergerakan asas bukan lokomotor</p> <p>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan Bukan Lokomotor</p> <p>2.2 Memahami pergerakan asas bukan lokomotor</p>	<p>Murid berupaya:</p> <p>1.2.1 Melakukan aktiviti pergerakan bukan lokomotor</p> <p>(i) berdiri (ii) duduk (iii) membongkok</p> <p>2.2.1 Membezakan aktiviti pergerakan bukan lokomotor</p> <p>(i) berdiri (ii) duduk (iii) membongkok</p>	1	Mengenal aktiviti pergerakan bukan lokomotor i. berdiri ii. duduk iii. membongkok
		2	Melakukan aktiviti pergerakan bukan lokomotor i. berdiri ii. duduk iii. membongkok
		3	Mengaplikasikan teknik pergerakan bukan lokomotor dengan pemakaian yang sesuai bagi aktiviti i. berdiri ii. duduk iii. membongkok
		4	Menyatakan perbezaan pergerakan bukan lokomotor i. berdiri ii. duduk iii. membongkok
		5	Bekerjasama dengan rakan dalam melakukan aktiviti i. berdiri ii. duduk iii. membongkok

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
Keselamatan dan Pengurusan 5.1 Mematuhi dan mengamalkan aspek pengurusan dan keselamatan	5.1.1 Memakai pakaian yang bersesuaian dengan aktiviti	6	Menghubungkan aktiviti berdiri, duduk dan membongkok dalam kehidupan seharian serta mampu menjadi contoh kepada rakan - rakan

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
Kemahiran Manipulasi Alatan 1.3 Melakukan kemahiran manipulasi alatan Manipulasi Alatan 2.3 Memahami kemahiran manipulasi alatan Keselamatan dan Pengurusan 5.1 Mematuhi dan mengamalkan aspek pengurusan dan keselamatan	Murid berupaya: 1.3.1 Melakukan aktiviti manipulasi alatan seperti (i) melambung (ii) menyambut (iii) melantun (iv) meleret	1	Mengenal aktiviti kemahiran manipulasi alatan i. melambung ii. menyambut iii. melantun iv. meleret
	2.3.1 Menyatakan kedudukan badan (postur badan) dengan betul semasa melakukan aktiviti	2	Menggunakan anggota badan yang terlibat dengan betul semasa melakukan aktiviti i. melambung ii. menyambut iii. melantun iv. meleret
	2.3.2 Menyatakan bahagian anggota badan yang terlibat semasa aktiviti manipulasi alatan (i) tangan (ii) mata (iii) kaki	3	Menyatakan lakuan yang betul kedudukan badan (postur badan) semasa melakukan aktiviti manipulasi alatan i. melambung ii. menyambut iii. melantun iv. meleret
	5.1.1 Memakai pakaian yang bersesuaian dengan aktiviti	4	Melakukan aktiviti dengan mengaplikasikan teknik melambung, menyambut, melantun dan meleret dan menyatakan bahagian badan yang terlibat semasa manipulasi alatan.
		5	Menggabungkan aktiviti melambung, menyambut, melantun dan meleret dalam satu rangkaian pergerakan mengikut arahan

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
	5.1.2 Mendengar dan mematuhi arahan	6	Menggabungkan aktiviti melambung, menyambut, melantun dan meleret dalam satu rangkaian pergerakan serta mampu membimbing rakan.

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
Akuatik Asas 1.4 Mengetahui peraturan asas di air 2.4 Mengetahui konsep asas keselamatan di air Keselamatan dan Pengurusan 5.1 Mematuhi dan mengamalkan aspek pengurusan dan keselamatan Tanggungjawab Kendiri 5.2 Mempunyai keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti fizikal	Murid berupaya: 1.4.1 Mematuhi peraturan asas semasa melakukan aktiviti air 2.4.1 Mengenal pasti pakaian yang sesuai semasa melakukan aktiviti air 5.1.2 Mendengar dan mematuhi arahan 5.2.1 Memperlihatkan rasa seronok melakukan aktiviti baru dalam pendidikan jasmani dan menerima cabaran.	1	Mematuhi peraturan di kolam renang
		2	Mematuhi cara pemakaian semasa melakukan aktiviti air
		3	Menyatakan dan boleh menjelaskan peraturan asas di kolam renang
		4	Membezakan pakaian yang sesuai dipakai semasa melakukan aktiviti di air
		5	Mengaplikasikan cara pemakaian yang sesuai semasa melakukan aktiviti di air dan mematuhi peraturan asas semasa berada di kolam renang
		6	Membimbing rakan menyediakan diri serta menjelaskan peraturan asas keselamatan di kolam renang

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI		
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN	
Rekreasi dan Kesenggangan 1.5 Bermain permainan yang melibatkan motor halus dan motor kasar	Murid berupaya: 1.5.1 Menggunakan kemahiran motor halus dalam membina 'Istana Pasir'. 1.5.2 Menggunakan kemahiran motor kasar dalam permainan 'Pukul Berapa Datuk Harimau'	1	Mengenal permainan tradisional i. Istana Pasir ii. Pukul Berapa Datuk Harimau	
		2	Menyatakan penggunaan motor dalam permainan tradisional i. Istana Pasir ii. Pukul Berapa Datuk Harimau	
		3	Bermain permainan tradisional i. Istana Pasir ii. Pukul Berapa Datuk Harimau	
	Rekreasi dan Kesenggangan 2.5 Menjana kreativiti dalam kemahiran motor halus dan motor kasar	2.5.1 Menjana idea kreatif semasa melakukan aktiviti membina 'Istana Pasir' 2.5.2 Mengenal pasti cara bermain permainan 'Pukul Berapa Datuk Harimau'	4	Menghasilkan pelbagai bentuk 'Istana Pasir'
			5	Bekerjasama dan boleh memberi idea semasa melakukan aktiviti permainan i. Istana Pasir ii. Pukul Berapa Datuk Harimau
			6	Menunjukkan keyakinan dan boleh membimbing rakan semasa melakukan aktiviti i. Istana Pasir ii. Pukul Berapa Datuk Harimau

Rekreasi dan Kesenggangan 5.1 Mematuhi dan mengamalkan aspek pengurusan dan keselamatan	5.1.2 Mendengar dan mematuhi arahan 5.1.3 Mematuhi peraturan semasa melakukan aktiviti		
Tanggungjawab Kendiri 5.2 Mempunyai keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti fizikal	5.2.2 Menunjukkan daya usaha melakukan aktiviti		

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
<p>Konsep Kecergasan</p> <p>3.1 Melakukan aktiviti fizikal berpandukan konsep kecergasan.</p> <p>Meningkatkan Kecergasan</p> <p>4.1 Memahami konsep kecergasan semasa melakukan aktiviti kecergasan fizikal</p> <p>Tanggungjawab Kendiri</p> <p>5.2 Mempunyai keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti fizikal</p>	<p>Murid berupaya:</p> <p>3.1.1 Melakukan pelbagai jenis aktiviti regangan yang boleh meningkatkan suhu badan</p> <p>4.1.1 Mengenal pasti aktiviti memanaskan dan menyejukkan badan yang boleh meningkatkan suhu badan</p> <p>5.2.1 Melibatkan diri dan mengambil bahagian secara aktif</p> <p>5.2.2 Menunjukkan daya usaha dan rasa seronok semasa melakukan aktiviti</p>	1	Mengenal aktiviti yang meningkatkan suhu badan
		2	Menyatakan aktiviti yang meningkatkan suhu badan
		3	Melakukan aktiviti yang dapat meningkatkan suhu badan secara aktif
		4	Menyatakan tujuan memanaskan dan menyejukkan badan.
		5	Mengamalkan aktiviti yang meningkatkan suhu badan secara tekal
		6	Mengamalkan aktiviti yang meningkatkan suhu badan secara sistematik dan boleh membimbing rakan

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
<p>Komponen Kecergasan</p> <p>3.2 Melakukan senaman untuk meningkatkan kapasiti aerobik</p> <p>Meningkatkan Kecergasan</p> <p>4.2 Memahami konsep asas kapasiti aerobik</p> <p>Interaksi Sosial</p> <p>5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti fizikal</p> <p>Dinamika Kumpulan</p> <p>5.4 Membentuk kumpulan dan saling bekerjasama dalam kumpulan tersebut</p>	<p>Murid berupaya:</p> <p>3.2.1 Melakukan aktiviti regangan berterusan dalam jangka masa yang ditetapkan</p> <p>4.2.1 Mengenal pasti aktiviti yang meningkatkan kapasiti aerobik seperti berlari dan melompat</p> <p>5.3.1 Berkomunikasi antara murid dengan murid semasa melakukan aktiviti</p> <p>5.4.1 Melibatkan diri secara aktif sebagai ahli kumpulan</p> <p>5.4.2 Memperlihatkan rasa seronok semasa melakukan aktiviti dan saling bekerjasama</p>	1	Mengenal aktiviti regangan yang boleh meningkatkan kapasiti aerobik
		2	Melakukan aktiviti regangan secara dinamik dan statik
		3	Melakukan aktiviti meningkatkan kapasiti aerobik secara berpasangan dengan komunikasi yang baik
		4	Menyatakan tujuan melakukan senaman regangan yang boleh meningkatkan kapasiti aerobik
		5	Mengamalkan sikap bekerjasama dalam kumpulan secara tekal semasa melakukan aktiviti meningkatkan kapasiti aerobik
		6	Mengamalkan sikap bekerjasama dalam kumpulan secara tekal dan menjadi amalan dalam kehidupan seharian

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
Komposisi Badan 3.3 Mengenal pasti komposisi badan Meningkatkan Kecergasan 4.3 Memahami konsep komposisi badan Keselamatan dan Pengurusan 5.1 Mematuhi dan mengamalkan pengurusan dan keselamatan	Murid berupaya: 3.3.1 Mengukur ketinggian 3.3.2 Menimbang berat badan 4.3.1 Mengenal bentuk badan kurus dan gemuk 5.1.4 Menyimpan alatan di tempat yang selamat	1	Mengenal alat untuk mengukur ketinggian dan menimbang berat badan
		2	Menyatakan bentuk badan dan ketinggian rakan-rakan
		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 dan tidak piawai secara tekal
		6	Melakukan aktiviti mengukur ketinggian dan menimbang berat badan secara piawai dan tidak piawai secara tekal dan membimbing rakan

PANEL PENGGUBAL

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1. Dr. Rusilawati binti Othman | Bahagian Pembangunan Kurikulum |
| 2. Abd. Rasid bin Hj Jali | Bahagian Pembangunan Kurikulum |
| 3. Haris bin Yusof | Bahagian Pembangunan Kurikulum |
| 4. Muhammad Faunizan bin Mohd Rani | Bahagian Pembangunan Kurikulum |
| 5. Mohd Fadli bin Rakib | SK Kepong, Kuala Lumpur |
| 6. Nor Azman bin Hashim | SK Seksyen 20, Shah Alam Selangor |
| 7. Roini Hasliza binti Hashim | SK Bukit Bandaraya, Kuala Lumpur |
| 8. Rosdi bin Lazim | SK Seri Sentosa Nibong Tebal, Pulau Pinang |

TURUT MENYUMBANG

- | | |
|----------------------------|--------------------------------------|
| 1. Dr. Anuar bin Abdullah | IPG Kampus Ipoh, Perak |
| 2. Eni Eliza binti Ghazali | IPG Kampus Sultan Abdul Halim, Kedah |
| 3. Mohd Irwan bin Miskob | Bahagian Pembangunan Kurikulum |


PENGHARGAAN

Penasihat

Dr. Sariah binti Abd. Jalil	-	Pengarah
En. Shamsuri bin Sujak	-	Timbalan Pengarah (sehingga 1 September 2016)
Pn. Rusnani binti Mohd Sirin	-	Timbalan Penagarah
Datin Dr. Ng Soo Boon	-	Timbalan Pengarah

Penasihat Editorial

Dr. A'azmi bin Shahri	-	Ketua Sektor
En. Mohamed Zaki bin Abd. Ghani	-	Ketua Sektor
Tn. Haji Naza Idris bin Saadon	-	Ketua Sektor
Hajah Chetrilah binti Othman	-	Ketua Sektor
Pn. Zaidah binti Mohd. Yusof	-	Ketua Sektor
En. Mohd Faudzan bin Hamzah	-	Ketua Sektor
Dr. Rusilawati binti Othman	-	Ketua Sektor
En. Mohamed Salim bin Taufix Rashidi	-	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/>