



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

# **Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan**

**Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran**

**Tahun 4**





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

# **Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan**

**Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran**

**Tahun 4**  
Bahagian Pembangunan Kurikulum  
APRIL 2018

Terbitan 2018

© 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.....	2
Fokus .....	4
Kemahiran Abad Ke-21.....	4
Kemahiran Berfikir Aras Tinggi.....	6
Strategi Pengajaran dan Pembelajaran.....	7
Rancangan Pendidikan Individu .....	10
Elemen Merentas Kurikulum .....	11
Pentaksiran Bilik Darjah.....	16

Organisasi Kandungan.....	20
Bidang 1: Pergerakan Lokomotor.....	25
Bidang 2: Konsep Kecergasan .....	40
Bidang 3: Kesihatan .....	46
Panel Penggubal.....	54
Penghargaan.....	55



## **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 atas prinsip-prinsip yang berikut:

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

## **FALSAFAH PENDIDIKAN KEBANGSAAN**

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

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 Prestasi.

Usaha memasukkan standard pentaksiran di dalam dokumen kurikulum telah mengubah lanskap 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 penggubalan KSSR. Semoga pelaksanaan KSSR akan mencapai hasrat dan matlamat Sistem Pendidikan Kebangsaan.

### **SHAZALI BIN AHMAD**

Pengarah  
Bahagian Pembangunan Kurikulum  
Kementerian Pendidikan Malaysia



## 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 dan Pendidikan Kesihatan 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 bahawa seseorang guru boleh membuat pengubahsuaian kepada kaedah atau teknik pengajaran dan pembelajaran, masa yang diperuntukkan bagi setiap aktiviti, susunan aktiviti dan bahan bantu mengajar. Pengubahsuaian yang dibuat 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. Fleksibiliti dalam melaksanakan KSSRPK Masalah Pembelajaran memberi ruang kepada aktiviti untuk meningkatkan kemahiran berfikir, penggunaan teknologi dan penerapan nilai dalam memastikan pembangunan MBK secara holistik.

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

## **OBJEKTIF**

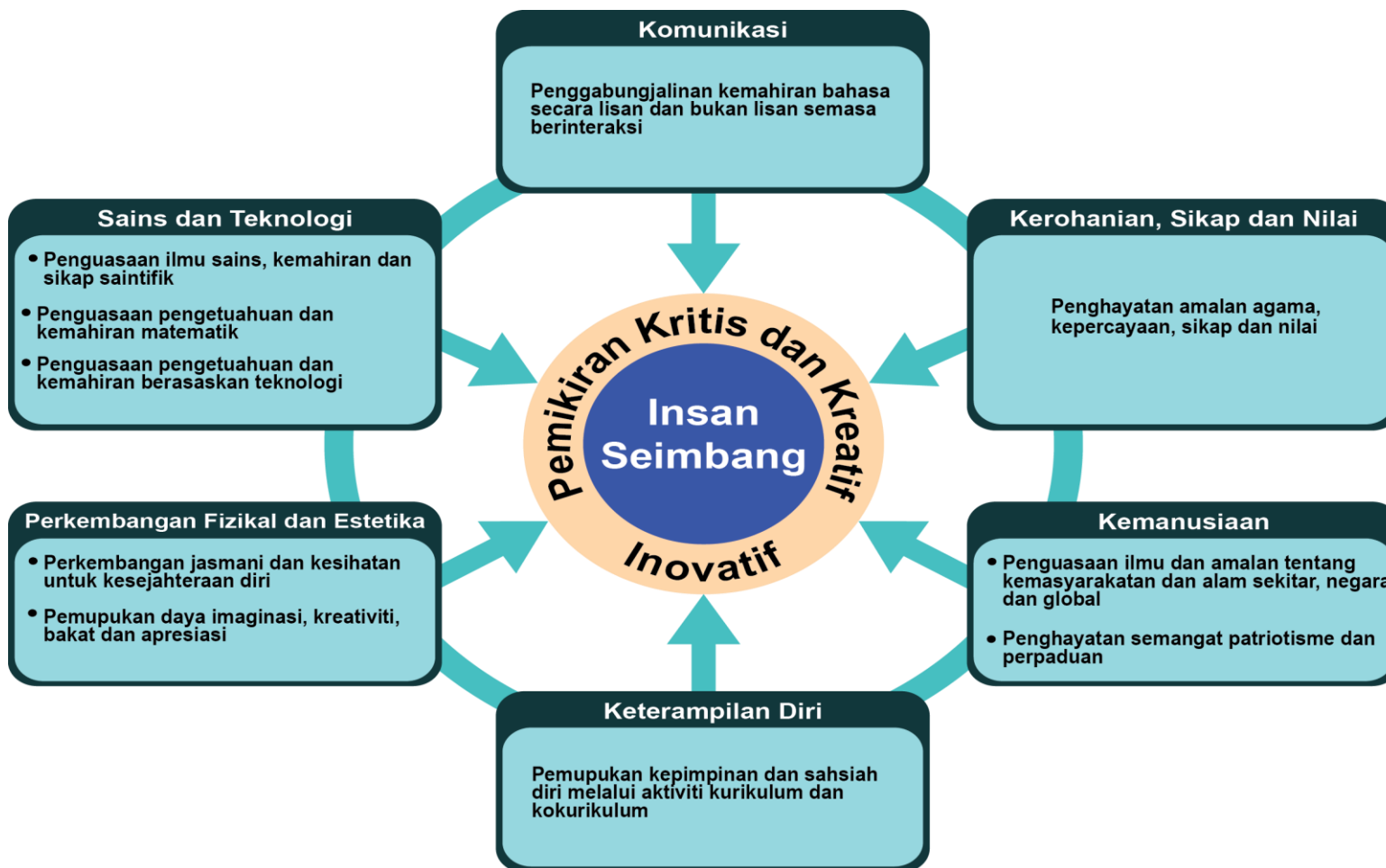
KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) bagi mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan bertujuan untuk membolehkan MBK mencapai objektif berikut:

1. Mempertingkatkan 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 dan Pendidikan Kesihatan 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, berkeترampilan, berpemikiran kritis dan kreatif serta inovatif. KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan digubal berdasarkan enam tunjang Kerangka KSSR sebagaimana yang digambarkan dalam Rajah 1



Rajah 1: Kerangka KSSR

## FOKUS

KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan memberi fokus kepada 6 aspek utama bagi tujuan menghasilkan MBK yang berpengetahuan, berkemahiran, berdikari, bersosialisasi dan mengamalkan nilai murni. Enam aspek tersebut adalah:

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

## 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

dan Pendidikan Kesihatan menyumbang kepada pemerolehan Kemahiran Abad Ke-21 dalam kalangan murid.

Jadual 1: Profil Murid

PROFIL MURID	PENERANGAN
<b>Berdaya Tahan</b>	Mereka mampu menghadapi dan mengatasi kesukaran, mengatasi cabaran dengan kebijaksanaan, keyakinan, toleransi, dan empati.
<b>Mahir Berkomunikasi</b>	Mereka menyuarakan dan meluahkan fikiran, idea dan maklumat dengan yakin dan kreatif secara lisan dan bertulis, menggunakan pelbagai media dan teknologi.
<b>Pemikir</b>	Mereka berfikir secara kritikal, kreatif dan inovatif; mampu untuk menangani masalah yang kompleks dan membuat keputusan yang beretika. Mereka berfikir tentang pembelajaran dan diri mereka sebagai murid. Mereka menjana soalan dan bersifat terbuka kepada perspektif, nilai dan tradisi individu dan masyarakat lain. Mereka berkeyakinan dan kreatif dalam menangani bidang pembelajaran yang baharu.



PROFIL MURID	PENERANGAN
<b>Kerja Sepasukan</b>	Mereka boleh bekerjasama secara berkesan dan harmoni dengan orang lain. Mereka menggalas tanggungjawab bersama serta menghormati dan menghargai sumbangan yang diberikan oleh setiap ahli pasukan. Mereka memperoleh kemahiran interpersonal melalui aktiviti kolaboratif, dan ini menjadikan mereka pemimpin dan ahli pasukan yang lebih baik.
<b>Bersifat Ingin Tahu</b>	Mereka membangunkan rasa ingin tahu semula jadi untuk meneroka strategi dan idea baharu. Mereka mempelajari kemahiran yang diperlukan untuk menjalankan inkuiri dan penyelidikan, serta menunjukkan sifat berdikari dalam pembelajaran. Mereka menikmati pengalaman pembelajaran sepanjang hayat secara berterusan.
<b>Berprinsip</b>	Mereka berintegriti dan jujur, kesamarataan, adil dan menghormati maruah individu, kumpulan dan komuniti. Mereka bertanggungjawab atas tindakan, akibat tindakan serta keputusan mereka.
<b>Bermaklumat</b>	Mereka mendapatkan pengetahuan dan membentuk pemahaman yang luas dan seimbang merentasi pelbagai disiplin pengetahuan. Mereka meneroka

PROFIL MURID	PENERANGAN
	pengetahuan dengan cekap dan berkesan dalam konteks isu tempatan dan global. Mereka memahami isu-isu etika/ undang-undang berkaitan maklumat yang diperolehi.
<b>Penyayang/ Prihatin</b>	Mereka menunjukkan empati, belas kasihan dan rasa hormat terhadap keperluan dan perasaan orang lain. Mereka komited untuk berkhidmat kepada masyarakat dan memastikan kelestarian alam sekitar.
<b>Patriotik</b>	Mereka mempamerkan kasih sayang, sokongan dan rasa hormat terhadap negara.

## 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, 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 serta 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 penyooalan aras tinggi untuk menggalakkan murid berfikir.

### **STRATEGI PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN**

Strategi Pengajaran dan Pembelajaran (PdP) yang dirancang perlu memberi penekanan kepada PdP berpusatkan murid. Murid dilibatkan secara aktif dalam PdP yang menyepadukan pemerolehan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan penerapan sikap dan nilai murni. Dalam melaksanakan PdP, guru perlu menyusun atur kemahiran yang hendak diajar, memberi latihan yang konsisten dan menilai tahap pencapaian murid melalui proses analisis tugas dengan mengambil langkah-langkah berikut:

- Mengenal pasti tahap keupayaan murid.
- Merancang aktiviti PdP yang sesuai mengikut tahap keupayaan murid.
- Menghuraikan secara ringkas aktiviti yang dipilih.
- Menyediakan Bahan Bantu Mengajar (BBM) dan Bahan Bantu Belajar (BBB) yang sesuai dengan tahap keupayaan murid.

- Mencerakinkan aktiviti kepada langkah-langkah yang lebih kecil.
- Membuat pemerhatian dan penilaian terhadap pencapaian murid.
- Membuat penambahbaikan yang sesuai

Bagi meningkatkan minat dan keseronokan belajar, guru boleh mempelbagaikan pendekatan pengajaran seperti pembelajaran berasaskan inkuiri, konstruktivisme, pembelajaran kontekstual, pembelajaran masteri, analisis tugas, 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 Berasaskan Projek**

Pembelajaran Berasaskan Projek (PBP) 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:

- Aktiviti yang menyeronokkan.
- Penerokaan dan interaksi dengan persekitaran.
- Permainan bebas dan terancang.
- Keanjalan masa.
- Percubaan idea sendiri.
- 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:

- Penggunaan suatu tajuk umum merentasi bidang pembelajaran.
- Pemilihan tajuk tema berasaskan kesesuaian tahap murid, situasi tertentu atau peristiwa semasa.
- Saling berkaitan dengan pengalaman sedia ada dan pengalaman baru yang diperoleh secara tersusun dan sistematik.
- Peluasan dan pengukuhan pengetahuan dan kemahiran

- Peningkatan daripada yang mudah kepada yang sukar dan umum kepada yang lebih khusus.

Pemilihan tema perlu mengambil kira:

- Peluang untuk mengaplikasikan kemahiran kepada murid-murid seperti kemahiran asas mendengar, membaca, menulis, mengira, penggunaan komputer dan lain-lain.
- Kemahiran yang diperoleh daripada tema yang diajar dapat membantu murid mendapat kemahiran penyelesaian masalah.
- Sumber yang mudah didapati.
- Mengikut musim atau peristiwa untuk memberi kesedaran dan pengukuhan serta meningkatkan pengetahuan murid.

### **Pembelajaran Pengalamian**

Pendekatan Pembelajaran Pengalamian merupakan satu kaedah di mana MBK diberi peluang melalui situasi sebenar semasa aktiviti PdP dijalankan. Pendekatan ini membantu murid meningkatkan keupayaan sendiri mereka. Dalam melaksanakan pendekatan ini, guru berperanan:

- Menentukan suasana yang positif untuk proses pembelajaran.
- Menjelaskan peranan murid dalam tugas.
- Menyediakan sumber untuk proses pembelajaran.

- Melakukan simulasi untuk proses pembelajaran.
- Memberi fokus yang sama bagi komponen intelek dan emosi dalam pembelajaran.
- Menyediakan satu persekitaran bagi membolehkan guru dan murid berkongsi perasaan dan pemikiran secara bebas.
- Menempatkan murid dalam situasi atau suasana yang memerlukan kemahiran baru atau sokongan dan peneguhan dengan pengalaman lalu.
- Memberi bantuan, bimbingan dan peneguhan dengan mengaitkan pembelajaran yang baharu 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 menggemirakan.
- (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 Rancangan Pendidikan Individu (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 pemerhatian, lisan dan penulisan. Matlamat RPI adalah untuk meminimalkan halangan belajar dan memaksimumkan potensi diri bagi meningkatkan kesediaan MBK untuk belajar.

Kerjasama dan kolaboratif antara ibu bapa, kumpulan pakar, agensi kerajaan, pusat latihan kemahiran dan agensi bukan kerajaan (NGO) amat penting dalam menentukan aktiviti intervensi, rehabilitasi dan program transisi yang sesuai dengan ketidakupayaan murid. Aktiviti intervensi dan rehabilitasi seperti latihan pertuturan, kawalan emosi dan tingkah laku boleh membantu murid meningkatkan tumpuan, minat dan perhatian kepada PdP di dalam bilik darjah. Program transisi pula dapat membantu MBK mengadaptasi dan menyesuaikan diri dengan

keluarga, persekitaran, komuniti, tempat latihan dan tempat kerja untuk advokasi diri dan sokongan psikologi. Justeru, gabungan aktiviti intervensi, rehabilitasi dan program transisi akan dapat membantu guru membina RPI dengan lebih berkesan.

## **ELEMEN MERENTAS KURIKULUM**

Elemen Merentas Kurikulum (EMK) ialah unsur nilai tambah yang diterapkan dalam proses PdP selain yang ditetapkan dalam SK dan SP. Elemen ini diterapkan bertujuan mengukuhkan kemahiran dan keterampilan modal insan yang dihasratkan serta dapat menangani cabaran semasa dan masa hadapan. 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, memperbaiki 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 Teknologi Maklumat dan Komunikasi (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 PdPc 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.

## 11. Kemahiran Transisi

Pelaksanaan KSSRPK perlu menyepadukan modul transisi bagi meningkatkan kesediaan MBK untuk menyesuaikan diri dengan perubahan dalam perkembangan fizikal, corak kehidupan harian, membina hubungan dengan ahli keluarga, rakan sebaya, guru dan komuniti baru apabila mereka mengalami peralihan. Sepanjang sesi persekolahan, MBK akan mengalami peralihan atau transisi dari peringkat prasekolah ke sekolah rendah dan seterusnya ke sekolah menengah termasuk peralihan apabila mereka naik darjah dan tingkatan.

Proses transisi di sepanjang persekolahan memerlukan MBK melalui perubahan lokasi (sekolah & kelas), mendapat rakan dan guru baru serta perubahan kurikulum dan perubahan pemikiran dan fizikal. Perubahan ini memberi tekanan kepada MBK untuk menyesuaikan diri mereka agar mereka lebih bersedia untuk belajar di dalam bilik darjah.

Kandungan modul transisi pada peringkat sekolah rendah ini mengandungi 4 komponen iaitu:

### i) Kemahiran Adaptasi Persekitaran.

Guru membantu MBK untuk memahami dan mematuhi perkara seperti berikut:

- Peraturan dalam bilik darjah dan sekolah
- Jadual
- Rutin Harian
- Keperluan mengikut giliran
- Keperluan mengikut dan mematuhi arahan

### ii) Kemahiran Ketrampilan Sosial

Guru membantu MBK untuk memahami dan menguasai kemahiran berikut:

- Memenuhi tanggungjawab sebagai anak, murid dan rakan sebaya.
- Menanam tingkah laku sosial yang positif di mana MBK boleh membezakan batasan hubungan dalam masyarakat.
- Mengawal emosi dan tingkah laku khususnya apabila mereka menghadapi perasaan takut, sedih, gelisah dan sebagainya.

## iii) Kemahiran Pra-akademik

Guru membantu MBK dengan kemahiran membaca dan kemahiran asas literasi dengan memahami objektif pembelajaran dalam arahan yang dipecahkan kepada langkah yang lebih kecil (small steps).

## iv) Kemahiran Membina Hubungan dan Komunikasi

Guru membantu MBK melalui proses transisi dengan sokongan ahli keluarga melalui proses berikut:

- Memahami latar belakang dan keperluan individu MBK dari segi minat, aktiviti kegemaran, sifat individu mereka dan amalan di rumah.
- Mendapatkan sokongan ibu bapa dan ahli keluarga serta staff sekolah dalam memahami rutin MBK di sekolah dan di rumah.
- Penyediaan akomodasi dan penyesuaian dalam aspek persekitaran, jadual waktu dan aktiviti rutin harian.
- Berkomunikasi dengan ahli keluarga dan warga sekolah.

Faktor hubungan dan interaksi di antara MBK, ahli keluarga dan guru akan mempengaruhi bagaimana MBK belajar dan tahap pencapaian MBK (sosial dan akademik) dalam melalui prose transisi. Menurut pelbagai kajian peringkat antarabangsa, ciri amalan transisi yang berkesan adalah aktiviti yang dapat membantu MBK membina karektor / sifat berikut:

- MBK merasakan mereka sesuai dan suka berada di sekolah (sense of belonging).
- MBK memahami dan menghargai budaya di sekolah.
- MBK menghormati dan bergaul dengan rakan, guru dan staf sekolah.
- MBK melibatkan diri secara aktif dalam kelas (engagement in learning).
- MBK mengetahui identity dan peranan mereka sebagai murid.
- Ekpektasi positif dari guru.
- MBK secara berterusan membina sifat yang positif di sekolah dan rumah.

## PENTAKSIRAN BILIK DARJAH

Pentaksiran Bilik Darjah (PBD) merupakan proses mendapatkan maklumat tentang perkembangan murid yang dirancang, dilaksana dan dilaporkan oleh guru yang berkenaan. Proses ini berlaku berterusan bagi membolehkan guru menentukan tahap penguasaan murid.

PBD boleh dilaksanakan oleh guru secara formatif dan sumatif. Pentaksiran secara formatif dilaksanakan seiring dengan proses PdP, manakala pentaksiran secara sumatif dilaksanakan pada akhir sesuatu unit pembelajaran, penggal, semester atau tahun. Guru perlulah merancang, membina item atau instrumen pentaksiran, mentadbir, memeriksa, merekod dan melaporkan tahap penguasaan yang diajar berdasarkan DSKP.

Dalam usaha memastikan pentaksiran membantu meningkatkan keupayaan dan penguasaan murid, guru haruslah melaksanakan pentaksiran yang mempunyai ciri-ciri berikut:

- Menggunakan pelbagai kaedah pentaksiran seperti pemerhatian, lisan dan penulisan.
- Menggunakan pelbagai strategi pentaksiran yang boleh dilaksanakan oleh guru dan murid.
- Mengambil kira pelbagai aras pengetahuan dan kemahiran yang dipelajari.

- Membolehkan murid mempamerkan pelbagai keupayaan pembelajaran.
- Mentaksir tahap penguasaan murid berdasarkan Standard Pembelajaran dan Standard Prestasi.
- Mengambil tindakan susulan bagi tujuan pemulihan dan pengukuhan.

PBD juga perlu mengambil kira kemajuan MBK berdasarkan pelaksanaan intervensi yang dirancang menggunakan RPI. RPI merupakan dokumen yang menjelaskan tahap 5 domain perkembangan murid: kognitif, komunikasi, socio-emosi, tingkah laku, motor kasar dan motor halus. Peningkatan kesediaan MBK untuk belajar boleh dikenal pasti dan direkodkan dalam RPI yang mana akan membantu guru menentukan strategi dan kaedah PdP bersesuaian dengan potensi individu murid.

## TAHAP PENGUASAAN

Tahap penguasaan merupakan satu bentuk pernyataan pencapaian yang menunjukkan perkembangan pembelajaran murid. Terdapat enam tahap penguasaan yang menunjukkan aras penguasaan yang disusun secara hierarki. Tahap penguasaan ini

mengambil kira pengetahuan, kemahiran dan nilai yang ditetapkan dalam kurikulum. Jadual 3 menunjukkan pernyataan tahap penguasaan umum.

Guru boleh mencatat perkembangan murid di dalam buku rekod mengajar, buku latihan, buku catatan, senarai semak, jadual atau lain-lain yang sesuai. Perekodan tahap penguasaan dibuat ke dalam templat pelaporan yang disediakan setelah PdP bagi setiap bidang, tema, kemahiran atau kelompok Standard Kandungan dan Standard Pembelajaran selesai dilaksanakan.

Jadual 3: Pernyataan Tahap Penguasaan Umum

Tahap	Tafsiran
1 (Tahu)	Murid tahu perkara asas atau boleh melakukan kemahiran asas atau memberi respons terhadap perkara yang asas
2 (Tahu dan faham)	Murid menunjukkan kefahaman dengan menjelaskan sesuatu perkara yang dipelajari dalam bentuk komunikasi
3 (Tahu, faham dan boleh buat)	Murid menggunakan pengetahuan untuk melaksanakan sesuatu kemahiran pada suatu situasi

4 (Tahu, faham dan boleh buat dengan beradab)	Murid menggunakan pengetahuan dan melaksanakan sesuatu kemahiran dengan beradab iaitu mengikut prosedur atau secara analitik dan sistematik
5 (Tahu, faham dan boleh buat dengan beradab terpuji)	Murid menggunakan pengetahuan dan melaksanakan sesuatu kemahiran pada situasi baharu dengan mengikut prosedur atau secara sistematik serta tekak dan bersikap positif
6 (Tahu, faham dan boleh buat dengan beradab mithali)	Murid berupaya menggunakan pengetahuan dan kemahiran sedia ada untuk digunakan pada situasi baharu secara sistematik, bersikap positif, kreatif dan inovatif dalam penghasilan idea baharu serta boleh dicontohi

Tahap Penguasaan Keseluruhan bagi setiap mata pelajaran perlu ditentukan pada setiap akhir tahun. Tahap Penguasaan Keseluruhan ini merangkumi aspek pengetahuan, kemahiran dan nilai. Guru perlu mentaksir murid secara kolektif dan holistik dengan melihat semua aspek semasa proses pembelajaran. Guru hendaklah menggunakan pertimbangan profesional dalam semua proses pentaksiran, khususnya dalam menentukan tahap penguasaan keseluruhan. Pertimbangan profesional boleh dilakukan berdasarkan pengetahuan dan pengalaman guru,

interaksi guru bersama murid, serta perbincangan bersama rakan sejawat.

### **Standard Prestasi KSSRPK Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan**

Standard Prestasi Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan digunakan 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 4 menyenaraikan maksud dan tafsiran umum tentang setiap tahap penguasaan bagi mata pelajaran Prestasi Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan

Jadual 4: Pernyataan Tahap Penguasaan Umum KSSR Pendidikan Khas (Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan).

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 kecerdasan fizikal dengan lakuan yang betul, turutan yang betul atau mengikut prosedur yang sistematik

TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
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 dan Pendidikan Kesihatan Tahun 4 hingga 6 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 dan Pendidikan Kesihatan tahun 4 hingga 6 terdiri daripada Modul Kemahiran dan Modul Kecergasan yang dibina berasaskan 6 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 berasaskan 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.

#### **Aspek 6: Kesihatan**

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

- (i) Kesihatan Fizikal.  
Aspek perkembangan fizikal serta penjagaan kesihatan diri, keluarga dan masyarakat. Fokus diberi kepada kesihatan diri dan reproduktif, pemakanan dan penyalahgunaan bahan.
- (ii) Kesihatan dan Alam sekitar.  
Aspek ini menekankan aspek kesihatan dan keselamatan persekitaran. Fokus diberi kepada pencegahan penyakit, keselamatan dan pertolongan cemas
- (iii) Kesihatan Emosi dan Psikologi. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial  
Modul ini menekankan aspek perkembangan mental, emosi dan sosial serta mengurus risiko, konflik dan perubahan dalam kehidupan. Fokus diberi kepada pengurusan mental dan emosi, kekeluargaan serta perhubungan.

Kandungan dalam KSSR Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani dan Pendidikan kesihatan tahun 4 hingga 6 adalah setara dengan pencapaian objektif psikomotor, kognitif dan afektif dalam PdP KSSR Pendidikan Jasmani dan kesihatan. 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. Manakala Aspek 6 diajar secara berasingan.

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 5:

Jadual 5 : Modul Kandungan Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan

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
Modul 3: Kesihatan	Aspek 6	Kesihatan Fizikal
		Kesihatan Alam Sekitar
		Kesihatan Emosi dan Psikologi

SK dan SP mengandungi elemen pengetahuan, kemahiran dan nilai. Jadual 6 memberikan tafsiran Standard Kandungan, Standard Pembelajaran dan Standard Prestasi. Pelaksanaan bagi kurikulum Pendidikan Khas (Masalah Pembelajaran) Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan adalah mengikut Surat Pekeliling Ikhtisas yang berkuatkuasa sekarang.

Jadual 6: 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.

Bagi tujuan penyusunan jadual waktu, mata pelajaran ini diperuntukkan waktu minimum 48 jam setahun. 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.

# **PENDIDIKAN JASMANI**

## 1. Pergerakan Lokomotor

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Pergerakan Asas</b></p> <p>1.1 Melakukan pelbagai pergerakan lokomotor asas</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.1.1 Melakukan pergerakan lokomotor beritma sekata dan lokomotor beritma tidak sekata</p> <p>1.1.2 Melakukan pergerakan bukan lokomotor</p> <p>1.1.3 Manipulasi alatan dengan memberi tenaga kepada objek, menguasai objek dan mengawal objek</p> <p>1.1.4 Menggabungkan pelbagai pergerakan dalam satu rangkaian</p>
<p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan Asas</b></p> <p>2.1 Memahami konsep pergerakan asas</p>	<p>2.1.1 Menyatakan ciri-ciri pergerakan asas</p> <p>2.1.2 Menyatakan postur badan yang betul semasa melakukan pergerakan asas</p> <p>2.1.3 Menyatakan perbezaan pergerakan lokomotor dan bukan lokomotor</p>
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p>5.1 Mematuhi dan mengamalkan pengurusan dan kesela</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>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boleh meneroka pergerakan lokomotor, bukan lokomotor dan manipulasi alatan.</li></ul>
2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boleh melakukan aktiviti lokomotor, bukan lokomotor dan manipulasi alatan.</li></ul>
3	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boleh mengaplikasi aktiviti lokomotor, bukan lokomotor dan manipulasi alatan.</li></ul>
4	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boleh melakukan aktiviti lokomotor, bukan lokomotor dan manipulasi alatan dengan lakuan yang betul.</li></ul>
5	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boleh mengaplikasikan aktiviti lokomotor, bukan lokomotor dan manipulasi alatan dengan lakuan yang tekal. (Tiada kesalahan berulang dalam lakuan)</li><li>• Boleh mengamalkan persediaan diri sebelum, semasa dan selepas melakukan aktiviti</li></ul>
6	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boleh mengaplikasikan pergerakan asas dalam permainan kecil untuk meningkatkan kecergasan dan mengamalkan gaya hidup sihat.</li></ul>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Olahraga Asas</b></p> <p><b>Asas Larian</b></p> <p>1.2 Berkebolehan melakukan kemahiran asas berlari dengan lakuan yang betul</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.2.1 Berlari dalam laluan lurus dan selekoh</p> <p>1.2.2 Berlari berganti-ganti dalam satu jarak</p> <p>1.2.3 Boleh berlari beritma melepasi halangan secara berterusan</p>
<p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam asas berlari</b></p> <p>2.2 Mengaplikasi konsep pergerakan dan prinsip lakuan dalam kemahiran asas berlari</p>	<p>2.2.1 Mengenal pasti lakuan larian lurus dan selekoh</p> <p>2.2.2 Mengenalpasti jarak yang sesuai semasa memberi dan menerima alatan</p> <p>2.2.3 Mengira jumlah langkah yang tekal semasa melepasi halangan</p>
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p>5.2 Mempunyai keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti fizikal</p>	<p>5.2.1 Memperlihatkan rasa seronok melakukan aktiviti baru dalam olahraga asas</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>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh meneroka lakuan larian lurus dan selekoh, cara memberi dan menerima alatan, serta berlari beritma melepasi halangan.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh melakukan cara lakuan larian lurus, selekoh, cara memberi dan menerima alatan.</li> <li>• Boleh berlari beritma melepasi beberapa halangan.</li> <li>• Boleh mengetahui cara lakuan larian lurus, selekoh, cara memberi dan menerima alatan serta lakuan berlari beritma melepasi halangan.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasikan dan mengetahui larian lurus dan selekoh.</li> <li>• Boleh mengaplikasikan dan mengetahui lakuan memberi dan menerima alatan dalam berlari berganti-ganti.</li> <li>• Boleh mengaplikasikan dan mengetahui berlari beritma melepasi halangan secara berterusan.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengapikasi larian lurus dan selekoh dengan betul.</li> <li>• Boleh mengapikasi lakuan memberi dan menerima alatan dalam berlari berganti-ganti dengan betul.</li> <li>• Boleh mengapikasi lakuan memberi dan menerima alatan dalam berlari berganti-ganti dengan betul.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengapikasi larian lurus dan selekoh dalam pertandingan olahraga mini secara tekal.</li> <li>• Boleh mengapikasi lakuan memberi dan menerima alatan dalam berlari berganti-ganti dalam olahraga mini secara tekal.</li> <li>• Boleh mengapikasi lakuan memberi dan menerima alatan dalam berlari berganti-ganti dalam pertandingan mini dengan tekal.</li> <li>• Boleh menyatakan perasaan semasa beraktiviti.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasikan asas larian untuk meningkatkan kecergasan dan mengamalkan gaya hidup sihat.</li> </ul>



STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Asas Lompatan</b></p> <p>1.3 Melakukan kemahiran asas lompatan dengan lakuan yang betul</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.3.1 Melompat pada sebelah kaki dan mendarat dengan kedua-dua belah kaki</p> <p>1.3.2 Melompat menggunakan sebelah kaki melepasi halangan pada pelbagai aras</p> <p>1.3.3 Melompat mengikut turutan kaki kanan, kaki kanan, kaki kiri dan mendarat dengan dua belah kaki atau sebaliknya</p>
<p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Asas Lompatan</b></p> <p>2.3 Mengaplikasi konsep pergerakan dan prinsip lakuan dalam kemahiran asas lompatan</p>	<p>2.3.1 Menyatakan cara mendarat dengan selamat (fleksii lutut)</p> <p>2.3.2 Mununjukkan perbezaan diantara melompat dengan menggunakan sebelah kaki dan mendarat dengan dua belah kaki (lompat jauh) serta melompat sebelah kaki melepasi halangan pada pelbagai aras (lompat tinggi).</p> <p>2.3.3 Menamakan bahagian-bahagian badan yang digunakan semasa mendarat dengan selamat</p>
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan Dinamika kumpulan</b></p> <p>Tanggungjawab Kendiri</p> <p>5.1 Mematuhi dan mengamalkan pengurusan dan keselamatan</p>	<p>5.1.1 Mengamalkan kaedah 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 ditempat yang selamat selepas melakukan aktiviti</p>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh meneroka lakuan melompat mengikut turutan kaki kanan, kaki kanan, kaki kiri dan mendarat dengan dua belah kaki atau sebaliknya.</li> <li>• Boleh melompat sebelah kaki pada pelbagai aras ketinggian.</li> <li>• Boleh melompat dengan menggunakan sebelah kaki dan mendarat dengan dua belah kaki.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh meniru dan mengetahui lakuan melompat mengikut turutan kaki kanan, kaki kanan, kaki kiri dan mendarat dengan dua belah kaki atau sebaliknya.</li> <li>• Boleh meniru dan mengetahui lakuan melompat sebelah kaki pada pelbagai aras ketinggian.</li> <li>• Boleh meniru dan mengetahui lakuan melompat dengan menggunakan sebelah kaki dan mendarat dengan dua belah kaki.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasi lakuan melompat mengikut turutan kaki kanan, kaki kanan, kaki kiri dan mendarat dengan dua belah kaki atau sebaliknya.</li> <li>• Boleh mengaplikasi lakuan melompat sebelah kaki pada pelbagai aras ketinggian.</li> <li>• Boleh mengaplikasi lakuan melompat dengan menggunakan sebelah kaki dan mendarat dengan dua belah kaki.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasi lakuan melompat mengikut turutan kaki kanan, kaki kanan, kaki kiri dan mendarat dengan dua belah kaki atau sebaliknya dengan betul.</li> <li>• Boleh mengaplikasi lakuan melompat sebelah kaki pada pelbagai aras ketinggian dengan betul.</li> <li>• Boleh mengaplikasi lakuan melompat dengan menggunakan sebelah kaki dan mendarat dengan dua belah kaki dengan betul.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasi lakuan melompat mengikut turutan kaki kanan, kaki kanan, kaki kiri dan mendarat dengan dua belah kaki atau sebaliknya dalam pertandingan olahraga mini dengan tekal.</li> <li>• Boleh mengaplikasi lakuan melompat sebelah kaki pada pelbagai aras ketinggian dalam pertandingan olahraga mini dengan tekal.</li> <li>• Boleh mengaplikasi lakuan melompat dengan menggunakan sebelah kaki dan mendarat dengan dua belah kaki dalam pertandingan olahraga mini dengan tekal.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasikan asas lompatan untuk meningkatkan kecergasan dan mengamalkan gaya hidup sihat.</li> </ul>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Asas Balingan</b></p> <p>1.4 Melakukan kemahiran asas balingan dengan lakuan yang betul</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.4.1 Melontar objek berbentuk sfera dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul</p> <p>1.4.2 Melempar objek berbentuk leper dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul</p> <p>1.4.3 Merejam objek berbentuk rod dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul</p> <p>1.4.4 Membaling objek berbentuk sfera bertali dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul</p>
<p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Olahraga asas</b></p> <p>2.4 Mengaplikasi konsep pergerakan dan lakuan dalam kemahiran asas balingan</p>	<p>2.4.1 Mengenalpasti postur yang betul semasa balingan</p> <p>2.4.2 Menyatakan perbezaan jarak balingan dengan pelbagai posisi</p>
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</b></p> <p>5.2 Mempunyai keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti fizikal</p>	<p>5.2.2 Memilih peralatan yang selamat digunakan</p> <p>5.2.3 Mengamalkan semangat kesukanan yang tinggi semasa melakukan aktiviti</p> <p>5.2.4 Berkerjasama dalam kumpulan</p>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh meneroka lakuan melontar objek benbentuk sfera dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> <li>• Boleh meneroka lakuan melempar objek berbentuk leper dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> <li>• Boleh meneroka lakuan merejam objek berbentuk rod dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> <li>• Boleh meneroka lakuan membaling objek berbentuk sfera bertali dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh meniru dan mengetahui lakuan melontar objek benbentuk sfera dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> <li>• Boleh meniru dan mengetahui lakuan melempar objek berbentuk leper dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> <li>• Boleh meniru dan mengetahui lakuan merejam objek berbentuk rod dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> <li>• Boleh meniru dan mengetahui lakuan membaling objek berbentuk sfera bertali dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh melakukan dan mengetahui lakuan melontar, melempar, merejam dan membaling objek dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> <li>• Boleh melakukan dan mengetahui lakuan melempar objek berbentuk leper dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> <li>• Boleh melakukan dan mengetahui lakuan merejam objek berbentuk rod dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> <li>• Boleh melakukan dan mengetahui lakuan membaling objek berbentuk sfera bertali dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul.</li> </ul>

4	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boleh mengaplikasikan lakuan melontar, melempar, merejam dan membaling objek dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul dengan betul.</li><li>• Boleh mengaplikasikan lakuan melempar objek berbentuk leper dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul dengan betul.</li><li>• Boleh mengaplikasikan lakuan merejam objek berbentuk rod dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul dengan betul.</li><li>• Boleh mengaplikasikan lakuan membaling objek berbentuk sfera bertali dari posisi duduk, melutut, berdiri dan dengan rotasi pinggul dengan betul.</li></ul>
5	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boleh mengaplikasikan lakuan melontar objek berbentuk sfera dalam pertandingan olahraga mini dengan tekal.</li><li>• Boleh mengaplikasikan lakuan melempar objek berbentuk leper dalam pertandingan olahraga mini dengan tekal.</li><li>• Boleh mengaplikasikan lakuan merejam objek berbentuk rod dalam pertandingan olahraga mini dengan tekal.</li><li>• Boleh mengaplikasikan lakuan membaling objek berbentuk sfera bertali dalam pertandingan olahraga mini dengan tekal.</li><li>• Boleh memilih peralatan yang sesuai semasa beraktiviti.</li></ul>
6	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boleh mengaplikasikan asas balingan untuk meningkatkan kecergasan dan mengamalkan gaya hidup sihat.</li></ul>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Permainan (Futsal)</b></p> <p>1.5 Berkebolehan menguasai kemahiran asas futsal</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.5.1 Menghantar bola dan menerima bola dari rakan.  1.5.2 Mengelecek bola dalam ruang yang tertentu.  1.5.3 Menjaring bola ke sasaran dari pelbagai arah.  1.5.4 Memintas bola dari pihak lawan.  1.5.5 Melakukan takel untuk mendapatkan bola.</p>
<p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam permainan</b></p> <p>2.4 Memahami kemahiran manipulasi alatan dalam permainan</p>	<p>2.4.1 Menyatakan anggota badan yang terlibat semasa melakukan hantaran dan menerima bola, mengelecek, menjaring, memintas dan takel</p>
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan</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>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meneroka lakuan menghantar bola dan menerima bola dari rakan.</li> <li>• Meneroka lakuan mengelecek bola dalam ruang yang tertentu.</li> <li>• Meneroka lakuan menjaring bola ke sasaran dari pelbagai arah.</li> <li>• Meneroka lakuan memintas bola dari pihak lawan.</li> <li>• Meneroka lakuan takel untuk mendapatkan bola.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meniru dan mengetahui lakuan menghantar bola dan menerima bola dari rakan.</li> <li>• Meniru dan mengetahui lakuan mengelecek bola dalam ruang yang tertentu.</li> <li>• Meniru dan mengetahui lakuan menjaring bola ke sasaran dari pelbagai arah.</li> <li>• Meniru dan mengetahui lakuan memintas bola dari pihak lawan.</li> <li>• Meniru dan mengetahui lakuan takel untuk mendapatkan bola.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan lakuan menghantar bola dan menerima bola dari rakan.</li> <li>• Melakukan lakuan mengelecek bola dalam ruang yang tertentu.</li> <li>• Melakukan lakuan menjaring bola ke sasaran dari pelbagai arah.</li> <li>• Melakukan lakuan memintas bola dari pihak lawan.</li> <li>• Melakukan lakuan takel untuk mendapatkan bola.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengaplikasi lakuan menghantar bola dan menerima bola dari rakan dengan betul.</li> <li>• Mengaplikasi lakuan mengelecek bola dalam ruang yang tertentu dengan betul.</li> <li>• Mengaplikasi lakuan menjaring bola ke sasaran dari pelbagai arah dengan betul.</li> <li>• Mengaplikasi lakuan memintas bola dari pihak lawan dengan betul.</li> <li>• Mengaplikasi lakuan takel untuk mendapatkan bola dengan betul.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengaplikasi lakuan menghantar bola dan menerima bola dari rakan dengan tekal.</li> <li>• Mengaplikasi lakuan mengelecek bola dalam ruang yang tertentu dengan tekal.</li> <li>• Mengaplikasi lakuan menjaring bola ke sasaran dari pelbagai arah dengan tekal.</li> <li>• Mengaplikasi lakuan memintas bola dari pihak lawan dengan tekal.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasikan kemahiran asas futsal untuk meningkatkan kecergasan dan mengamalkan gaya hidup sihat.</li> </ul>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Akuatik Asas</b> <b>Keyakinan dan keselamatan dalam air</b></p> <p>1.6 Melakukan kemahiran keyakinan dan keselamatan dalam air</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.6.1 Melakukan <i>reaching rescue</i> dengan menggunakan alatan yang terdapat dipersekitaran kolam.</p>
<p><b>Kemahiran Asas Renang</b></p> <p>1.7 Melakukan kemahiran asas renang dengan lakuan yang betul.</p>	<p>1.7.1 Melakukan teknik meluncur (<i>glide</i>) dipermukaan air.  1.7.2 Melakukan teknik tendangan keribas (<i>flutter kick</i>) di permukaan air.  1.7.3 Melakukan tendangan keribas dengan alatan apungan.  1.7.4 Melakukan aksi tangan kuak dengan bantuan.</p>
<p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Kemahiran Asas Renang</b></p> <p>2.5 Mengaplikasikan konsep pergerakan dan prinsip lakuan dalam kemahiran berenang</p>	<p>2.5.1 Menyatakan alatan yang sesuai digunakan untuk <i>reaching rescue</i>.  2.5.2 Mengetahui lakuan teknik meluncur (<i>glide</i>)  2.5.3 Mengetahui lakuan tendangan keribas (<i>flutter kick</i>)  2.5.4 Mengetahui alat-alat apungan untuk beraktiviti di dalam kolam.</p>
<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  5.1.2 Memilih peralatan yang selamat digunakan  5.1.3 Menyimpan peralatan di tempat yang selamat selepas melakukan aktiviti</p>



STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meneroka aktiviti <i>reaching rescue</i> dengan menggunakan alatan yang terdapat di persekitaran kolam.</li> <li>• Meniru teknik meluncur (<i>glide</i>) dipermukaan air.</li> <li>• Meniru teknik tendangan keribas (<i>flutter kick</i>) dalam permukaan air.</li> <li>• Meniru tendangan keribas dengan alatan apungan.</li> <li>• Meniru aksi tangan kuak dengan bantuan.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan dan mengetahui teknik meluncur (<i>glide</i>) dipermukaan air.</li> <li>• Melakukan dan mengetahui teknik tendangan keribas (<i>flutter kick</i>) dalam permukaan air.</li> <li>• Melakukan dan mengetahui tendangan keribas dengan alatan apungan.</li> <li>• Melakukan dan mengetahui aksi tangan kuak dengan bantuan.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasi pengetahuan <i>reaching rescue</i> semasa beraktiviti.</li> <li>• Mengaplikasi dan mengetahui teknik meluncur (<i>glide</i>) dipermukaan air.</li> <li>• Mengaplikasi dan mengetahui teknik tendangan keribas (<i>flutter kick</i>) dalam permukaan air.</li> <li>• Mengaplikasi dan mengetahui tendangan keribas dengan alatan apungan.</li> <li>• Mengaplikasi dan mengetahui aksi tangan kuak dengan bantuan.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasi pengetahuan <i>reaching rescue</i> semasa beraktiviti dengan betul.</li> <li>• Mengaplikasi teknik meluncur (<i>glide</i>) dipermukaan air dengan betul</li> <li>• Mengaplikasi teknik tendangan keribas (<i>flutter kick</i>) dalam permukaan air dengan betul.</li> <li>• Mengaplikasi tendangan keribas dengan alatan apungan dengan betul.</li> <li>• Mengaplikasi aksi tangan kuak dengan bantuan dengan betul.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengaplikasi teknik meluncur (<i>glide</i>) dipermukaan air dalam pertandingan mini dengan tekal.</li> <li>• Mengaplikasi teknik tendangan keribas (<i>flutter kick</i>) dalam permukaan air semasa pertandingan mini dengan tekal.</li> <li>• Mengaplikasi tendangan keribas dengan alatan apungan semasa pertandingan mini dengan tekal.</li> <li>• Mengaplikasi aksi tangan kuak dengan bantuan dalam pertandingan mini dengan tekal.</li> <li>• Boleh memilih alatan yang sesuai semasa beraktiviti.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasi akuatik asas untuk meningkatkan kecergasan dan mengamalkan gaya hidup sihat.</li> </ul>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Rekreasi dan Kesenggangan</b></p> <p>1.8 Berkebolehan melakukan aktiviti rekreasi dan kesenggangan tradisional (Galah Panjang)</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.8.1 Melakukan pergerakan lokomotor dalam permainan tradisional (galah panjang).</p> <p>1.8.2 Mengawal pergerakan lokomotor serta koordinasi badan</p>
<p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Rekreasi dan Kesenggangan</b></p> <p>2.6 Memahami aktiviti asas dan keselamatan di luar bilik darjah</p>	<p>2.6.1 Menyatakan peraturan permainan tradisional Galah Panjang</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>5.3.1 Berkomunikasi antara murid dan ahli kumpulan semasa melakukan aktiviti</p>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Meniru pergerakan lokomotor dalam permainan galah panjang.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan dan mengetahui pergerakan lokomotor dalam permainan galah panjang.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengaplikasi pergerakan lokomotor dalam permainan galah panjang dengan betul dan mengetahui undang-undang dalam permainan.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengaplikasi pergerakan lokomotor dalam permainan galah panjang dengan betul dan menyatakan undang-undang dalam permainan.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengaplikasi kemahiran permainan galah pajang dalam permainan mini dan waktu senggang dengan tekal.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengaplikasi permainan galah panjang untuk meningkatkan kecergasan dan mengamalkan gaya hidup sihat.</li> </ul>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Konsep Kecergasan</b></p> <p>3.1 Melakukan aktiviti fizikal berpandukan konsep kecergasan</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>3.1.1 Melakukan aktiviti yang meningkatkan suhu badan, kadar pernafasan, kadar nadi dan keanjalan otot</p> <p>3.1.2 Melakukan aktiviti menyejukan badan</p> <p>3.1.3 Mengira kadar nadi sebelum dan selepas melakukan aktiviti</p>
<p><b>Aplikasi Pengetahuan Konsep Kecergasan</b></p> <p>4.1 Memahami konsep kecergasan semasa melakukan aktiviti fizikal</p>	<p>4.1.1 Mengenal pasti aktiviti yang meningkatkan suhu badan, kadar pernafasan, kadar nadi dan keanjalan otot.</p> <p>4.1.2 Membezakan aktiviti memanaskan badan dan menyejukan badan.</p> <p>4.1.3 Mengetahui risiko kesihatan berkaitan kekurangan pengambilan air.</p>
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan Interaksi sosial</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>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh meniru aktiviti memanaskan badan dan menyejukkan badan.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan dan mengetahui aktiviti memanaskan badan dan menyejukkan badan.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengaplikasi dan membezakan aktiviti memanaskan badan dan menyejukkan badan serta boleh mengira kadar nadi.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengaplikasi dan mengetahui kepentingan pengambalian air dengan betul.</li> <li>• Mengaplikasi dan membezakan aktiviti memanaskan badan dan menyejukkan badan serta boleh mengira kadar nadi dengan betul.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengaplikasi pengetahuan memanaskan badan dan menyejukkan badan serta dapat mengira kadar nadi selepas aktiviti dengan tekal.</li> <li>• Mengamalkan persediaan diri sebelum, semasa dan selepas aktiviti.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boleh mengaplikasikan aktiviti memanaskan badan dan menyejukkan badan untuk meningkatkan kecergasan dan mengamalkan gaya hidup sihat.</li> </ul>

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>Kecergasan Fizikal Berdasarkan Kesihatan</b></p> <p><b>Kapasiti Aerobik</b> 3.2 Melakukan senaman meningkatkan kapasiti aerobik</p> <p><b>Kelenturan</b> 3.3 Melakukan senaman meningkatkan kelenturan dengan lakuan yang betul</p> <p><b>Kekuatan Otot dan Daya Tahan Otot</b> 3.4 Melakukan senaman meningkatkan kekuatan otot dan daya tahan otot dengan lakuan yang betul.</p> <p><b>Komposisi Badan</b> 3.5 Melakukan aktiviti yang melibatkan komposisi badan.</p> <p><b>Pengukuran kecergasan fizikal</b> 3.6 Mengukur tahap kecergasan fizikal</p>	<p>Murid boleh:</p> <p>3.2.1 Melakukan aktiviti meningkatkan kapasiti aerobik dalam satu jangka masa yang ditetapkan.</p> <p>3.3.1 Melakukan senaman regangan pada otot paha, bahu, tangan dan bahagian atas badan.</p> <p>3.4.1 Melakukan senaman tekan tubi dan tekan tubi ubah suai (perempuan), rengkok tubi separa, jangkit kaki setempat, lentik belakang, <i>hamstring curl</i> dalam jangka 10 saat.</p> <p>3.5.1 Mengukur ketinggian dan menimbang berat badan. 3.5.2 Merekod ukuran ketinggian dan berat badan.</p> <p>3.6.1 Melakukan ujian kecergasan fizikal dengan menggunakan ujian kuasa</p>

<p><b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Komponen Kecergasan</b> 4.2 Memahami konsep asas kapasiti aerobik</p> <p><b>Kelenturan</b> 4.3 Berkebolehan mengaplikasikan konsep asas kelenturan</p> <p><b>Kekuatan Otot dan Daya Tahan Otot</b> 4.4 Berkebolehan mengaplikasi konsep asas kekuatan dan daya tahan otot</p> <p><b>Komposisi Badan</b> 4.5 Memahami hubungkait antara komposisi badan dengan kecergasan</p> <p><b>Pengukuran Kecergasan Fizikal</b> 4.6 Mengenalpasti tahap kecergasan fizikal</p>	<p>4.2.1 Mengetahui aktiviti yang boleh meningkatkan kapasiti aerobik</p> <p>4.3.1 Menyebut otot-otot utama yang terlibat semasa melakukan senaman regangan</p> <p>4.4.1 Menyatakan otot-otot utama yang terlibat semasa melakukan senaman kekuatan dan daya tahan otot</p> <p>4.5.1 Menyebut berat dan tinggi sendiri</p> <p>4.6.1 Mengetahui skor pencapaian diri dengan ujian kuasa</p>
<p><b>Kesukanan Keselamatan dan Pengurusan Tanggungjawab Kendiri</b></p> <p>5.2 Mempunyai keyakinan dan tanggungjawab sendiri melakukan aktiviti fizikal</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>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Meniru aktiviti meningkatkan kapasiti aerobik, kelenturan, kekuatan otot dan daya tahan otot.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan dan mengetahui aktiviti meningkatkan kapasiti aerobik, kelenturan, kekuatan otot dan daya tahan otot serta mengetahui otot-otot yang terlibat dalam aktiviti kelenturan, kekuatan dan daya tahan otot.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengukur ketinggian dan menimbang berat badan rakan serta boleh melakukan aktiviti meningkatkan kapasiti aerobik, kelenturan, kekuatan otot dan daya tahan otot dengan betul.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengukur ketinggian dan menimbang berat badan rakan serta boleh melakukan aktiviti meningkatkan kapasiti aerobik, kelenturan, kekuatan otot dan daya tahan otot dengan tekal.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengaplikasi aktiviti Kecergasan Fizikal Berdasarkan Kesihatan dalam ujian kuasa.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengaplikasi aktiviti Kecergasan Fizikal Berdasarkan Kesihatan untuk meningkatkan kecergasan dan mengamalkan gaya hidup sihat.</li> </ul>



# **PENDIDDIKAN KESIHATAN**

**1.0 KESIHATAN FIZIKAL (PEMAKANAN)**

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>1.1 Amalan Pemakanan Sihat dan selamat</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Makanan dan pemakanan yang berkhasiat</li> </ul>	<p>Murid boleh:</p> <p>1.1.1 Menyatakan jenis makanan yang berkhasiat.</p> <p>1.1.2 Menerangkan kepentingan pengambilan makanan yang berkhasiat.</p> <p>1.1.3 Memerihalkan cara menyimpan makanan dan minuman supaya bersih dan selamat.</p> <p>1.1.4 Menjelaskan dengan contoh kepentingan pengambilan sarapan, makan tengah hari dan makan malam yang berkhasiat untuk kesihatan diri.</p>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyebut makanan yang berkhasiat dan kepentingannya.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyatakan jenis-jenis makanan yang berkhasiat.</li> <li>• Menerangkan cara penyimpanan makanan dan minuman</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membezakan makanan yang berkhasiat dan tidak berkhasiat</li> <li>• Menunjuk cara penyimpanan makanan dan minuman</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjelaskan kepentingan pengambilan sarapan, makan tengah hari dan makan malam yang berkhasiat.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghubungkan makanan yang berkhasiat untuk kesihatan diri.</li> <li>• Mengaplikasi cara menyimpan makanan dan minuman supaya bersih dan selamat.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berkongsi maklumat tentang pengambilan makanan berkhasiat dan kepentingan pengambilan sarapan, makan tengah hari dan makan malam yang berkhasiat.</li> </ul>

**2.0 KESIHATAN DAN ALAM SEKITAR (PENYAKIT)**

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<b>2.0 Penyakit dan cara mencegah serta mengurangkan faktor risiko penyakit dalam kehidupan harian</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• kuman</li></ul>	Murid boleh:  2.1.1 Menyatakan jenis-jenis penyakit yang disebabkan oleh kuman  2.1.2 Menerangkan punca dan kesan penyakit akibat daripada kuman.  2.1.3 Memerihalkan cara menjaga kebersihan daripada jangkitan kuman  2.1.4 Berkomunikasi mengenai cara pencegahan penyakit akibat daripada kuman

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menyatakan penyakit berpunca dari kuman</li></ul>
2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menerangkan maksud kuman dan cara kuman merebak</li></ul>
3	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjelaskan cara menjaga kebersihan dengan jangkitan penyakit dari kuman</li></ul>
4	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menghubungkan cara menjaga kebersihan diri untuk mengelak penyakit bawaan kuman</li></ul>
5	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mengesyorkan gaya hidup yang boleh diamalkan untuk mengelak penyakit bawaan kuman</li></ul>
6	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menyampaikan maklumat tentang penyakit bawaan kuman kepada rakan</li></ul>

**3.0 KESIHATAN DAN ALAM SEKITAR (KESELAMATAN)**

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p><b>3.1 Menjaga keselamatan diri dan mendemonstrasi kemahiran kecekapan psikososial dalam kehidupan harian</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keselamatan diri</li> <li>• Buli</li> </ul>	<p>Murid boleh:</p> <p>3.1.1 Menyatakan situasi tidak selamat dirumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam</p> <p>3.1.2 Menerangkan cara menjaga keselamatan diri daripada situasi tidak selamat dirumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam</p> <p>3.1.3 Menyatakan maksud buli, pembuli dan mangsa buli</p> <p>3.1.4 Mengaplikasikan kemahiran berkata TIDAK dan mengelak diri daripada membuli dan dibuli</p>

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menyebut situasi tidak selamat dirumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengenal pasti cara menjaga keselamatan diri daripada situasi tidak selamat dirumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Membezakan maksud buli, pembuli dan mangsa buli.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menerangkan langkah-langkah menjaga keselamatan diri daripada situasi yang tidak selamat dirumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam serta dapat melaporkan kejadian buli.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengaplikasikan perkataan TIDAK untuk mengelakkan diri daripada membuli dan dibuli.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menyampaikan maklumat menjaga keselamatan diri daripada situasi yang tidak selamat dirumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam serta dapat menyatakan maklumat tentang buli.</li> </ul>

**4.0 KESIHATAN DAN ALAM SEKITAR (PERTOLONGAN CEMAS)**

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<p data-bbox="232 440 728 571"><b>4.1 Pengetahuan asas pertolongan cemas dan kepentingan bertindak dengan bijak mengikut situasi</b></p> <ul data-bbox="331 647 680 740" style="list-style-type: none"><li data-bbox="331 647 680 740">• Bertindak dengan bijak apabila berlaku kecemasan</li></ul>	<p data-bbox="754 440 920 467">Murid boleh:</p> <ul data-bbox="754 509 1816 675" style="list-style-type: none"><li data-bbox="754 509 1263 536">4.1.1 Menyatakan situasi kecemasan</li><li data-bbox="754 576 1771 603">4.1.2 Menerangkan tindakan yang perlu diambil sewaktu berlaku kecemasan</li><li data-bbox="754 643 1816 675">4.1.3 Mengaplikasikan kemahiran meminta bantuan apabila berlaku kecemasan</li></ul>



STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menyebut contoh situasi kecemasan.</li></ul>
2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjelaskan tindakan yang perlu diambil apabila berlaku kecemasan.</li></ul>
3	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menunjuk cara meminta bantuan apabila berlaku kecemasan.</li></ul>
4	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menentukan keselamatan diri dan mangsa dalam keadaan selamat.</li></ul>
5	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menentukan dan menilai kemudahan-kemudahan yang terdapat seperti telefon bagi kemudahan mendapatkan bantuan.</li></ul>
6	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menyampaikan maklumat kepada rakan cara meminta bantuan apabila berlaku kecemasan.</li></ul>

### **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. Afendi Arief bin Amru              | SK Taman Seri Gombak 2, Selangor         |
| 5. Hilda Ilya binti Hilmi             | SK Seri Setia, Kuala Lumpur              |
| 6. Mohd Akmal bin Yusof               | SK Presint 9 (2), Putrajaya              |
| 7. Mohd Izuddin bin Mohd Aris         | SK Mempaga Bentong, Pahang               |
| 8. Muhammad Dur Ehsan bin Zulkipli    | SK Seri Kelana, Seremban Negeri Sembilan |
| 9. Muhammad Hafizal Teng bin Abdullah | SK Jerantut, Pahang                      |
| 10. Noor Hayati binti Yusof           | SK Taman Putra Perdana, Selangor         |
| 11. Zaiful Anuar bin Abu Samah        | SK Cheng, Melaka                         |

### **TURUT MENYUMBANG**

- |                                |                                      |
|--------------------------------|--------------------------------------|
| 1. Dr. Alijah binti Ujang      | IPG Kampus Ilmu Khas, Kuala Lumpur   |
| 2. Dr. Eni Eliza binti Ghazali | IPG Kampus Sultan Abdul Halim, Kedah |
| 3. Zamri bin Ismail            | SK Kolam, Rompin, Pahang             |

**PENGHARGAAN****Penasihat**

Shazali bin Ahmad	-	Pengarah
Datin Dr. Ng Soo Boon	-	Timbalan Pengarah (STEM)
Dr. Mohamed bin Abu Bakar	-	Timbalan Pengarah (Kemanusiaan)

**Penasihat Editorial**

Mohamed Zaki bin Abd. Ghani	-	Ketua Sektor
Haji Naza Idris bin Saadon	-	Ketua Sektor
Mohd Faudzan bin Hamzah	-	Ketua Sektor
Fazlinah binti Said	-	Ketua Sektor
Dr. Rusilawati binti Othman	-	Ketua Sektor
Mahyudin bin Ahmad	-	Ketua Sektor
Mohamed Salim bin Taufix Rashidi	-	Ketua Sektor
Paizah binti Zakaria	-	Ketua Sektor
Hajah Norashikin binti Hashim	-	Ketua Sektor
Haji Sofian Azmi bin Tajul Arus	-	Ketua Sektor

**Penyelaras Teknikal Penerbitan dan Spesifikasi**

Saripah Faridah Binti Syed Khalid  
Nur Fadia Binti Mohamed Radzuan  
Mohamad Zaiful bin Zainal Abidin

**Pereka Grafik**

Siti Zulikha Binti Zelkepli



ISBN 978-967-420-376-4



**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>