

RANCANGAN TAHUNAN
PENDIDIKAN KESIHATAN
TAHUN 1

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
1 3.1.2016 <i>hingga</i> 7.1.2016	1. Kesihatan Fizikal Kesihatan Diri Dan Reproduksi	1.1 Memahami aspek fizikal lelaki dan perempuan. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Nyanyian lagu “Tubuh Saya”. • Menamakan bahagian tubuh. • Perbincangan tentang fungsi tubuh. • Permainan mengenal jantina. • Kenal pasti situasi sentuhan selamat dan tidak selamat. 	1.1.1 Mengenali bahagian tubuh – kepala, badan, tangan, kaki dan genital. 1.1.2 Berkata TIDAK / JANGAN kepada sentuhan tidak selamat.	Lembaran Kerja / Pemerhatian <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s 1 ~ 12
2 10.1.16 <i>hingga</i> 14.1.16	1. Kesihatan Fizikal Kesihatan Diri Dan Reproduksi	1.2 Mengetahui penjagaan kebersihan diri. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Penerangan tentang kepentingan menjaga kebersihan diri. • Soal jawab tentang cara bersihkan tubuh. 	1.2.1 Memahami kepentingan menjaga kebersihan diri. 1.2.2 Menjaga kebersihan diri – kepala, badan, tangan, kaki dan genital dengan cara mandi yang betul. 1.2.3 Menjaga kebersihan tangan dan kaki – cara dan masa mencuci dengan betul. 1.2.4 Menjaga kebersihan kuku tangan dan kaki – cara membersihkan dan memotong kuku dengan betul.	Soal Jawab / Lembaran Kerja / Pemerhatian <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s13

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
3 17.1.16 hingga 21.1.16	1. Kesihatan Fizikal Kesihatan Diri Dan Reproduktif	1.2 Mengetahui penjagaan kebersihan diri. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> Bincang tentang kepentingan jaga kebersihan gigi. Murid gosok gigi dengan teknik yang betul. 	1.2.5 Menjaga kesihatan gigi – menggosok gigi dengan cara yang betul dan mengurangkan makanan yang boleh merosakkan gigi.	Soal Jawab / Pemerhatian / Lembaran kerja. <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s 20
4 24.1.16 hingga 28.1.16	1. Kesihatan Fizikal Kesihatan Diri Dan Reproduktif	1.2 Mengetahui penjagaan kebersihan diri. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> Soal jawab. Perbincangan. 	1.2.6 Menjaga kebersihan organ genital – cara dan masa mencuci organ genital dengan betul.	Soal Jawab / Pemerhatian / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s 27
5 31.1.16 hingga 4.2.16	1. Kesihatan Fizikal Kesihatan Diri Dan Reproduktif	1.3 Mengetahui penjagaan pakaian dan alatan keperluan diri. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> Membandingkan pakaian bersih dan kotor. Kenal pasti alatan untuk membersihkan pakaian dan alatan keperluan diri. 	1.3.1 Menjaga kebersihan pakaian dan alatan keperluan diri.	Pemerhatian / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s 30

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
6 15.2.15 hingga 19.2.15	1. Kesihatan Fizikal Kesihatan Diri Dan Reproduktif	1.3 Mengetahui penjagaan pakaian dan alatan keperluan diri. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Permainan Kotak Beracun. • Bercerita. 	1.3.2 Mengelakkan daripada berkongsi alatan keperluan diri – sikat, berus gigi, tuala, pakaian dalam, peralatan makan dan minum.	Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s 33
7 22.2.15 hingga 26.2.15	1. Kesihatan Fizikal Pemakanan	1.4 Mengetahui jenis makanan harian. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Mengenal pasti makanan berkhasiat. • Menyenaraikan jenis makanan berkhasiat. 	1.4.1 Memilih jenis makanan harian yang berkhasiat.	Pemerhatian / Lembaran Kerja. <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s 37
8 1.3.15 hingga 5.3.15	1. Kesihatan Fizikal Pemakanan	1.4 Mengetahui jenis makanan harian. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Soal jawab tentang waktu makan. • Menyenaraikan makanan mengikut waktu. 	1.4.2 Mengamalkan pengambilan makanan yang sesuai mengikut waktu makan (sarapan, makan tengahari dan makan malam).	Soal jawab / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s 39
9 8.3.15 hingga 12.3.15	1. Kesihatan Fizikal Pemakanan	1.5 Mengetahui makanan serta minuman yang bersih dan selamat. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Membandingkan makanan bersih dan 	1.5.1 Menentukan ciri-ciri makanan dan minuman yang bersih dan selamat. 1.5.3 Menjelaskan kepentingan makanan dan minuman yang	Pemerhatian / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
		kotor. • Murid menjelaskan kepentingan makanan dan minuman bersih dan selamat.	bersih dan selamat.	Inovasi Modul : m/s 45
CUTI PERTENGAHAN PENGGAL 1 (13 – 21 MAC 2015)				
10 22.3.15 <i>hingga</i> 26.3.15	1. Kesihatan Fizikal Pemakanan	1.5 Mengetahui makanan serta minuman yang bersih dan selamat. <u>Contoh Aktiviti:</u> • Bercerita.	1.5.2 Mengamalkan cara menyimpan makanan dan minuman yang betul.	Pemerhatian / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s 50
11 29.3.15 <i>hingga</i> 2.4.15	1. Kesihatan Fizikal Pemakanan	1.6 Mengetahui makanan serta minuman yang bersih dan selamat. <u>Contoh Aktiviti:</u> • Bercerita tentang pengambilan makanan. • Soal jawab tentang kesan kekurangan air dalam badan.	1.5.4 Menyedari kepentingan pengambilan air yang cukup. 1.5.5 Mengamalkan pengambilan makanan dan minuman yang cukup, bersih dan selamat.	Soal jawab / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul : m/s 54
12	1. Kesihatan Fizikal Penyalahgunaan Bahan	1.6 Mengetahui pelbagai jenis ubat. <u>Contoh Aktiviti:</u> • Bercerita tentang peti pertolongan cemas. • Perbincangan tentang tujuan ubat. • Perbincangan tentang tempat	1.6.1 Mengenali pelbagai jenis ubat. 1.6.2 Mengenalpasti tujuan ubat digunakan. 1.6.5 Menyedari kepentingan ubat disimpan di tempat yang selamat.	Soal Jawab / Pemerhatian / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
		menyimpan ubat.		Modul : m/s 57
13	1. Kesihatan Fizikal. Penyalahgunaan Bahan.	1.6 Mengetahui pelbagai jenis ubat. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid meneliti dan membandingkan ubat. • Penerangan tentang bahaya penyalahgunaan ubat. 	1.6.3 Menyedari bahawa ubat boleh membahayakan kesihatan – salah guna pengambilan ubat, ubat yang berubah, warna, rasa, bau, rupa dan tamat tempoh.	Pemerhatian / Bersoal Jawab / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 61.
14	1. Kesihatan Fizikal. Penyalahgunaan Bahan.	1.6 Mengetahui pelbagai jenis ubat. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid bercerita pengalaman. • Murid meneliti preskripsi doktor. 	1.6.4 Mematuhi preskripsi doktor apabila mengambil ubat. 1.6.6 Memberi sebab ubat seseorang tidak selamat untuk orang lain.	Bercerita / Pemerhatian / Bersoal Jawab / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 63.
15	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial. Pengurusan Mental dan Emosi.	2.1 Memahami perasaan. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid bermain kotak beracun dengan iringan murid. • Murid melakonkan memek muka. 	2.1.1 Mempamerkan perasaan yang dialami seperti gembira, sedih, takut, marah dan malu.	Pemerhatian / Lakonan / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 65.
16	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial.	2.1 Memahami perasaan. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid mengambil gambar daripada 	2.1.2 Membezakan antara kehendak dan keperluan.	Bersoal Jawab / Perbincangan / Lembaran Kerja

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
	Pengurusan Mental dan Emosi.	kotak misteri. <ul style="list-style-type: none"> • Murid melekatkan gambar mengikut kehendak dan keperluan. 		<u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 68.
17	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial. Pengurusan Mental dan Emosi.	2.2 Mengetahui cara mengurus perasaan mengikut situasi. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid bercerita pengalaman. • Murid melakonkan reaksi perasaan. 	2.2.1 Menunjukkan cara meluahkan perasaan yang sesuai mengikut situasi.	Bercerita / Lakonan / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 73.
18	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial. Pengurusan Mental dan Emosi.	2.2 Mengetahui cara mengurus perasaan mengikut situasi. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid melakonkan situasi. 	2.2.2 Menyuarakan keperluan dan kehendak diri dengan cara yang betul.	Lakonan / Bersoal jawab / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 76.
19	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial. Pengurusan Mental dan Emosi.	2.2 Mengetahui cara mengurus perasaan mengikut situasi. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Bercerita kisah 'Rosli'. 	2.2.3 Menyedari bahawa kasih sayang, penerimaan, rasa kepunyaan dan keselamatan adalah asas keperluan emosi.	Bercerita / Bersoal Jawab / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 78.

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
20	<p>2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial.</p> <p>Pengurusan Mental dan Emosi.</p>	<p>2.2 Mengetahui cara mengurus perasaan mengikut situasi.</p> <p><u>Contoh Aktiviti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Murid melekatkan kad imbasan. 	<p>2.2.4 Mengenalpasti orang dewasa yang boleh dipercayai di rumah dan di sekolah.</p>	<p>Bersoal Jawab / Perbincangan / Lembaran Kerja</p> <p><u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi</p> <p>Modul: m/s 81.</p>
21	<p>2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial.</p> <p>Keluarga</p>	<p>2.3 Memahami diri sendiri dan ahli dalam keluarga / penjaga.</p> <p><u>Contoh Aktiviti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Paparkan gambar / poster keluarga. • Murid memperkenalkan ahli keluarga mereka. • Bercerita peranan setiap ahli keluarga. 	<p>2.3.1 Mengenalpasti ahli dalam keluarga / penjaga.</p> <p>2.3.2 Menyedari peranan ahli dalam keluarga / penjaga.</p> <p>2.3.6 Mengenal pasti ahli dalam rumah.</p>	<p>Bersoal jawab / Bercerita / Lembaran Kerja</p> <p><u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi</p> <p>Modul: m/s 87.</p>
22	<p>2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial.</p> <p>Keluarga</p>	<p>2.3 Memahami diri sendiri dan ahli dalam keluarga / penjaga.</p> <p><u>Contoh Aktiviti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Murid bercerita keistimewaan diri dan setiap ahli keluarga. 	<p>2.3.3 Menceritakan keistimewaan diri dan ahli dalam keluarga / penjaga.</p>	<p>Bercerita / Lembaran Kerja</p> <p><u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi</p> <p>Modul: m/s 92.</p>
23	<p>2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial.</p> <p>Keluarga</p>	<p>2.3 Memahami diri sendiri dan ahli dalam keluarga / penjaga.</p> <p><u>Contoh Aktiviti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Murid membuat simulasi. • Penerangan kepentingan menghormati 	<p>2.3.4 Menghormati diri, ibu bapa dan ahli dalam keluarga / penjaga.</p> <p>2.3.5 Mangambil maklum ibu bapa, penjaga dan orang dewasa yang boleh dipercayai</p>	<p>Lakonan / Perbincangan / Bersoal Jawab / Lembaran Kerja</p> <p><u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi</p>

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
		diri, ibu bapa dan ahli keluarga.	sebagai sumber rujukan unuk mendapat maklumat.	Modul: m/s 95.
24	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial. Perhubungan	2.4 Mengetahui perhubungan dengan ibu bapa / penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan individu lain. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid menyanyikan lagu 'Keluarga Bahagia'. • Murid bercerita tentang kepentingan hubungan di antara ahli keluarga. 	2.4.1 Menjalin hubungan berkekalan dengan ibu bapa / penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan orang lain.	Bernyanyi / Bercerita / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 99.
25	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial. Perhubungan	2.4 Mengetahui perhubungan dengan ibu bapa / penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan individu lain. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid melakonkan beberapa perlakuan melibatkan sentuhan. 	2.4.2 Menetapkan batas hubungan antara diri dengan ibu bapa, ahli keluarga, rakan sebaya dan orang lain.	Lakonan / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 104.
26	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial. Perhubungan	2.4 Mengetahui perhubungan dengan ibu bapa / penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan individu lain. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Tunjukkan gambar sentuhan selamat & tidak selamat. • Banding beza gambar. 	2.4.3 Mengenal pasti sentuhan yang selamat dan tidak selamat. 2.4.5 Memberitahu orang yang boleh dipercayai apabila berlaku sentuhan tidak selamat.	Lakonan / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 106.

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
		<ul style="list-style-type: none"> • Terangkan tindakan yang perlu diambil bila berlaku sentuhan tidak selamat. 		
27	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial. Perhubungan	2.4 Mengetahui perhubungan dengan ibu bapa / penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan individu lain. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Memberitahu perkataan TIDAK / JANGAN kepada sentuhan tidak selamat. • Edarkan lampiran kerja. • Nyanyi lagu 'Rasa Sayang'. • Murid menyebut "JANGAN", "TIDAK" dan "TOLONG". 	2.4.3 Berkata TIDAK / JANGAN kepada sentuhan tidak selamat.	Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 109.
28	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial. Perhubungan	2.4 Mengetahui perhubungan dengan ibu bapa / penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan individu lain. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid kemas kelas. • Bersoal jawab kaitan jadual bertugas dan sikap kerjasama. • Murid bekerjasama membuat jigsaw. 	2.4.6 Mengamalkan sikap bekerjasama dan berkongsi dengan orang lain.	Bersoal Jawab <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 112.
29	2. Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial.	2.5 Mengetahui buli.	2.5.1 Mengenal pasti perbuatan buli. 2.5.2 Mengenal pasti pembuli dan	Lakonan / Bercerita / Lembaran Kerja

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
	Perhubungan	<u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Murid melakonkan situasi -peras ugut ,mengejek. • Terangkan maksud buli. • Murid ceritakan cara atasi buli. • Guru terangkan cara mengatasi buli. 	mangsa. 2.5.3 Bertindak dengan cara yang betul untuk menghadapi dan menangani buli.	<u>Cadangan EMK</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 115
30	3. Kesihatan Persekitaran Penyakit	3.1 Mengetahui kuman. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Bersoal jawab tentang jenis penyakit. • Terangkan tentang kuman yang menyebabkan penyakit. • Terangkan cara kuman merebak. 	3.1.1 Menyedari kuman organisma yang berbahaya. 3.1.2 Menceritakan cara kuman merebak.	Bersoal Jawab / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 121
31	3. Kesihatan Persekitaran Penyakit	3.1 Mengetahui kuman. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Bersoal jawab tentang cara kuman merebak. • Edarkan jigsaw puzzle. • Murid menceritakan tentang cara mengelak kuman merebak.pada kad imbasan. • Nyanyi lagu ikut melodi 'Lenggang Kangkung'. 	3.1.3 Menceritakan cara mengelak kuman merebak. 3.1.4 Menyedari kepentingan mencegah kuman. 3.2.5 Mengamalkan kebersihan diri.	Bersoal Jawab / Bernyanyi / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 125

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
32	3. Kesihatan Persekitaran Penyakit	3.2 Mengetahui penyakit berjangkit <ul style="list-style-type: none"> • Penyakit kulit. • Penyakit tangan, kaki dan mulut. • Demam selesema. • Jangkitan cacing. <p><u>Contoh Aktiviti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bersoal jawab tentang keadaan kesihatan murid. • Kumpulkan maklumat daripada murid. • Tunjukkan gambar dan terangkan jenis penyakit berjangkit. 	3.2.1 Mengenali penyakit berjangkit.	Bersoal Jawab / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 131
33	3. Kesihatan Persekitaran Penyakit	3.2 Mengetahui penyakit berjangkit <ul style="list-style-type: none"> • Penyakit kulit. • Penyakit tangan, kaki dan mulut. • Demam selesema. • Jangkitan cacing. <p><u>Contoh Aktiviti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Bincangkan jenis penyakit berjangkit. • Tunjukkan gambar tentang penyakit dan cara merebak. • Terangkan cara-cara mengelak daripada dijangkiti penyakit. 	3.2.2 Menceritakan cara penyakit berjangkit merebak. 3.2.2 Mengelakkan jangkitan penyakit berjangkit pada diri kepada orang lain dan sebaliknya.	Perbincangan / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 134.
34	3. Kesihatan	3.2 Mengetahui penyakit berjangkit	3.2.3 Menunjuk cara meminta	Lakonan / Lembaran

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
	Persekitaran Penyakit	<ul style="list-style-type: none"> • Penyakit kulit. • Penyakit tangan, kaki dan mulut. • Demam selesema. • Jangkitan cacing. <p><u>Contoh Aktiviti:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pamerkan gambar tentang situasi kecemasan. • Bersoal jawab. • Pamerkan carta aliran tentang langkah-langkah minta bantuan. • Murid melakonkan situasi. 	bantuan jika terdapat masalah kesihatan daripada orang yang boleh dipercayai.	Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 137
35	3. Kesihatan Persekitaran Keselamatan	3.3 Mengetahui keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ceritakan situasi: <ul style="list-style-type: none"> - Murid yang tertinggal bas. - Ibu bapa lewat mnejemput . • Pamerkan contoh kad butiran diri. • Kaitkan situasi dengan kepentingan kad butiran diri. • Murid berpasangan tanyakan butiran diri rakan. 	3.3.1 Menyimpan sendiri nama, nombor telefon, alamat sendiri serta nama, nombor telefon dan tempat kerja ibu bapa atau penjaga.	Bercerita / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 141
36	3. Kesihatan	3.3 Mengetahui keselamatan diri di rumah,	3.3.2 Mengelak diri daripada orang	Perbincangan / Lembaran

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
	Persekitaran Keselamatan	sekolah, taman permainan dan tempat awam. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> Tunjukkan gambar budak yang diajak oleh seorang yang tidak dikenalnya. Bincang tindakan budak itu. Bincang cara mengelak diri daripada orang tidak kenali. Tunjuk klip video 'Culik Versi 1', http://ingat.com.my/ 	yang tidak dikenali.	Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 144
37	3. Kesihatan Persekitaran Keselamatan	3.4 Mengetahui keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> Bincangkan situasi selamat dan tidak selamat semasa naik bas. Padankan gambar. 	3.3.3 Menenal pasti beberapa situasi tidak selamat di rumah,sekolah, taman permainan dan tempat awam.	Perbincangan / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 148
38	3. Kesihatan Persekitaran Keselamatan	3.4 Mengetahui keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> Edarkan lembaran kerja. Gunting dan lekat gambar. Bersoal jawab dengan murid . Murid dibahagikan kepada 3 kumpulan. 	3.3.4 Menyenaraikan barangan keperluan rumah yang berbahaya jika disentuh, ditelan, atau dihidu.	Bersoal Jawab / Perbincangan / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 151

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK
		<ul style="list-style-type: none"> Murid kenalpasti barang keperluan rumah yang bahaya. 		
39	3. Kesihatan Persekitaran Keselamatan	3.5 Mengetahui keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> Pamerkan alat yang berbahaya. Bincangkan kesan salah guna alat tersebut. Soal jawab tentang apa perlu lakukan jika jumpa alat yang berbahaya. Murid namakan orang dewasa yang boleh dipercayai dan diberitahu. 	3.3.5 Memberitahu orang dewasa yang dipercayai jika terjumpa alat-alat berbahaya.	Bersoal Jawab / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 154
40	3. Kesihatan Persekitaran Keselamatan	3.3 Mengetahui keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam. <u>Contoh Aktiviti:</u> <ul style="list-style-type: none"> Guru bunyikan siren ambulan, polis bomba. Bersoal jawab bila kita akan hubungi ambulans, polis dan bomba. Edarkan lembaran kerja. Bincangkan tindakan yang akan diambil pada situasi kecemasan tersebut. Murid lakonkan situasi dengan bantuan guru. 	3.3.6 Memohon bantuan daripada orang yang boleh membantu ketika mengalami kecederaan (termasuk penderaan) dan kecemasan. 3.3.7 Menunjukkan cara meminta bantuan semasa kecederaan (termasuk penderaan) dan kecemasan.	Bersoal Jawab / Lakonan / Lembaran Kerja <u>Cadangan EMK :</u> TMK / Kreativiti dan Inovasi Modul: m/s 157

MINGGU	FOKUS	STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	CATATAN/EMK

* Guru boleh mengubahsuai rancangan tahunan mengikut kesesuaian, kreativiti, kemudahan dan takwim sekolah.

CONTOH RINGKASAN MENGAJAR
PENDIDIKAN KESIHATAN

Tahun / Kelas :
Masa :
Tarikh :
Hari :

Modul : Kesihatan Fizikal
Tajuk : Kesihatan Diri dan Reproduksi

Standard Kandungan : 1.1 Memahami aspek fizikal lelaki dan perempuan.

Standard Pembelajaran : 1.1.1 Mengenali bahagian tubuh – kepala, badan, tangan, kaki dan genital.
1.1.2 Berkata TIDAK / JANGAN kepada sentuhan tidak selamat.

BBM : 1. CD lagu
2. Carta
3. Lirik lagu

Aktiviti : 1. Murid menyanyikan lagu 'Tubuh Saya'.
2. Murid menamakan anggota tubuh badan.
3. Murid membincangkan tentang fungsi tubuh badan.
4. Murid bermain permainan mengenal jantina.
5. Murid mengenal pasti situasi sentuhan selamat dan tidak selamat.

TMK : 4.1, 4.2
 EMK (Kreativiti dan Inovasi) : 1.1.1,

* Sila masukkan elemen-elemen EMK di mana-mana aktiviti yang berkaitan sekiranya bersesuaian.

Kelas / Masa	Isi kandungan	Catatan / Impak
1 Anggun 11.10-11.40am	<p>Modul : Kesihatan Fizikal Tajuk : Kesihatan Diri dan Reproductif</p> <p>Standard Kandungan : 1.1 Memahami aspek fizikal lelaki dan perempuan.</p> <p>Standard Pembelajaran : 1.1.1 Mengenal bahagian tubuh – kepala, badan, tangan, kaki dan genital. 1.1.3 Berkata TIDAK / JANGAN kepada sentuhan tidak selamat.</p> <p>Aktiviti : 1. Murid menyanyikan lagu ‘Tubuh Saya’. 2. Murid menamakan anggota tubuh badan. 3. Murid membincangkan tentang fungsi tubuh badan. 4. Murid bermain permainan mengenal jantina. 5. Murid mengenal pasti situasi sentuhan selamat dan tidak selamat.</p>	<p>BBM : 1. CD Lagu 2. Carta 3. Lirik Lagu</p> <p>EMK : (Kreativiti dan Inovasi) : Pemerhatian: 1.1.1</p> <p>TMK : 4.1, 4.2</p>