

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
1	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproduktif	1.1 Mengetahui dan memahami pertumbuhan serta perkembangan fizikal yang sihat.	1.1.1 Menganalisis perubahan fizikal lelaki dan perempuan ke alam remaja.	1	Menyatakan perubahan fizikal lelaki dan perempuan apabila memasuki alam remaja.	
2	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproduktif	1.1 Mengetahui dan memahami pertumbuhan serta perkembangan fizikal yang sihat.	1.1.2 Memahami perubahan diri sebagai remaja lelaki dan perempuan untuk diterima serta dihargai.	2	Menerangkan tentang perubahan fizikal lelaki dan perempuan apabila memasuki alam remaja.	
3	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproduktif	1.1 Mengetahui dan memahami pertumbuhan serta perkembangan fizikal yang sihat.	1.1.3 Mengaplikasi cara menjaga kebersihan dan kesihatan diri remaja lelaki serta perempuan.	3	Menjelaskan dengan contoh perubahan diri sebagai remaja untuk diterima dan dihargai.	
				4	Menjelaskan melalui contoh cara menjaga kebersihan dan kesihatan diri sebagai remaja.	
				5	Meramalkan kesan sekiranya tidak menjaga kebersihan dan kesihatan diri.	
				6	Mencadangkan ciri-ciri seksualiti sebagai remaja lelaki dan perempuan seperti yang dianjurkan oleh agama dan budaya.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
4	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproduktif	1.2 Mendemonstrasi keupayaan dan kemahiran untuk menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproduktif.	1.2.1 Memahami situasi yang mendorong kepada tingkah laku seksual dan cara menanganinya	1	Menyatakan maksud tingkah laku seksual.	
5	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproduktif	1.2 Mendemonstrasi keupayaan dan kemahiran untuk menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproduktif.	1.2.2 Memahami risiko tingkah laku seksual iaitu kehamilan, jangkitan penyakit seksual, HIV, AIDS dan ketagihan melakukan aktiviti seksual.	2	Menerangkan contoh situasi yang mendorong kepada tingkah laku seksual.	
				3	Menjelaskan dengan contoh tingkah laku seksual.	
6	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproduktif	1.2 Mendemonstrasi keupayaan dan kemahiran untuk menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproduktif.	1.2.3 Memahami kesan tingkah laku seksual terhadap diri dan keluarga.	4	Memilih cara untuk tidak melakukan tingkah laku seksual.	
				5	Merumuskan kesan tingkah laku seksual terhadap diri dan keluarga.	
7	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproduktif	1.2 Mendemonstrasi keupayaan dan kemahiran untuk menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproduktif.	1.2.3 Memahami kesan tingkah laku seksual terhadap diri dan keluarga.	6	Menyampaikan maklumat tentang kesan tingkah laku seksual terhadap diri dan keluarga.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
4	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproductif	1.2 Mendemonstrasi keupayaan dan kemahiran untuk menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproductif.	1.2.1 Memahami situasi yang mendorong kepada tingkah laku seksual dan cara menanganinya	1	Menyatakan maksud tingkah laku seksual.	
5	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproductif	1.2 Mendemonstrasi keupayaan dan kemahiran untuk menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproductif.	1.2.2 Memahami risiko tingkah laku seksual iaitu kehamilan, jangkitan penyakit seksual, HIV, AIDS dan ketagihan melakukan aktiviti seksual.	3	Menjelaskan dengan contoh tingkah laku seksual.	
				4	Memilih cara untuk tidak melakukan tingkah laku seksual.	
6	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproductif	1.2 Mendemonstrasi keupayaan dan kemahiran untuk menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproductif.	1.2.3 Memahami kesan tingkah laku seksual terhadap diri dan keluarga.	5	Merumuskan kesan tingkah laku seksual terhadap diri dan keluarga.	
				6	Menyampaikan maklumat tentang kesan tingkah laku seksual terhadap diri dan keluarga.	
7	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Kesihatan Diri dan Reproductif	1.2 Mendemonstrasi keupayaan dan kemahiran untuk menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproductif.	1.2.3 Memahami kesan tingkah laku seksual terhadap diri dan keluarga.			

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
8	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Pemakanan	1.3 Mengetahui dan mengamalkan pemakanan yang sihat serta selamat.	1.3.1 Menganalisis makanan segar, makanan yang diproses, dan makanan segera.	1	Memberi contoh makanan segar, makanan yang diproses, dan makanan segera.	
9	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Pemakanan	1.3 Mengetahui dan mengamalkan pemakanan yang sihat serta selamat.	1.3.2 Memahami faedah pengambilan makanan segar.	2	Menyatakan perbezaan antara makanan segar, makanan yang diproses, dan makanan segera.	
10	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Pemakanan	1.3 Mengetahui dan mengamalkan pemakanan yang sihat serta selamat.	1.3.3 Memahami kesan pengambilan makanan yang diproses, dan makanan segera.	3	Menjelaskan dengan contoh faedah pengambilan makanan segar.	
11	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Pemakanan	1.3 Mengetahui dan mengamalkan pemakanan yang sihat serta selamat.	1.3.4 Menilai makanan dan amalan pemakanan yang sesuai untuk mengelakkan penyakit tidak berjangkit.	4	Membuat penilaian terhadap kesan pengambilan makanan yang diproses, dan makanan segera kepada kesihatan.	
				5	Mengesyorkan jenis-jenis makanan yang berkhasiat.	
				6	Membuat laporan ringkas tentang makanan dan amalan pemakanan yang sesuai untuk mengelakkan penyakit tidak berjangkit.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
12	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Penyalahgunaan Bahan	1.4 Mengetahui jenis dan kesan penyalahgunaan bahan serta berkemahiran menangani situasi berisiko terhadap diri, keluarga dan masyarakat.	1.4.1 Mengetahui pelbagai jenis dadah.	1	Memberi contoh pelbagai jenis dadah.	
				2	Menerangkan situasi yang mendorong kepada penyalahgunaan dadah.	
13	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Penyalahgunaan Bahan	1.4 Mengetahui jenis dan kesan penyalahgunaan bahan serta berkemahiran menangani situasi berisiko terhadap diri, keluarga dan masyarakat.	1.4.2 Menganalisis situasi berisiko berkaitan penyalahgunaan dadah.	3	Menjelaskan dengan contoh kesan negatif akibat penyalahgunaan dadah terhadap diri dan keluarga.	
				4	Memilih cara untuk mengelak diri daripada terjebak dengan penyalahgunaan dadah.	
14	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Penyalahgunaan Bahan	1.4 Mengetahui jenis dan kesan penyalahgunaan bahan serta berkemahiran menangani situasi berisiko terhadap diri, keluarga dan masyarakat.	1.4.3 Memahami kesan negatif akibat penyalahgunaan dadah terhadap diri, keluarga dan masyarakat.	5	Membuat keputusan dalam menangani situasi berisiko terhadap penyalahgunaan dadah.	
15	MODUL 1: KESIHATAN FIZIKAL Penyalahgunaan Bahan	1.4 Mengetahui jenis dan kesan penyalahgunaan bahan serta berkemahiran menangani situasi berisiko terhadap diri, keluarga dan masyarakat.	1.4.4 Mengaplikasi cara menangani situasi berisiko dalam penyalahgunaan dadah terhadap diri, keluarga dan masyarakat.	6	Menyampaikan maklumat kepada orang lain tentang kesan negatif akibat penyalahgunaan dadah terhadap masyarakat.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
16	MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL Pengurusan Mental dan Emosi	2.1 Mengetahui pelbagai jenis emosi,kepentingan dan cara mengurus emosi untuk meningkatkan kesihatan mental dalam kehidupan harian.	2.1.1 Memahami maksud Kemahiran asertif.	1	Menyatakan maksud kemahiran asertif.	
17	MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL Pengurusan Mental dan Emosi	2.1 Mengetahui pelbagai jenis emosi,kepentingan dan cara mengurus emosi untuk meningkatkan kesihatan mental dalam kehidupan harian.	2.1.2 Memahami jenis-jenis kemahiran asertif iaitu verbal dan bukan verbal.	2	Menerangkan jenis-jenis kemahiran asertif dalam mengurus emosi.	
18	MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL Pengurusan Mental dan Emosi	2.1 Mengetahui pelbagai jenis emosi,kepentingan dan cara mengurus emosi untuk meningkatkan kesihatan mental dalam kehidupan harian.	2.1.3 Memahami kepentingan kemahiran asertif dalam mengurus emosi.	3	Menunjuk cara kemahiran asertif dalam situasi yang diberi.	
19	MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL Pengurusan Mental dan Emosi	2.1 Mengetahui pelbagai jenis emosi,kepentingan dan cara mengurus emosi untuk meningkatkan kesihatan mental dalam kehidupan harian.	2.1.4 Mengaplikasi kemahiran asertif dalam mengurus emosi.	4	Memilih cara mengurus emosi mengikut pelbagai situasi.	
				5	Merumuskan kepentingan kemahiran asertif dalam mengurus emosi.	
				6	Menyebarkan maklumat tentang kemahiran asertif dalam mengurus emosi.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
20	MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL Kekeluargaan	2.2 Mengetahui peranan diri sendiri dan ahli keluarga serta kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga.	2.2.1 Memahami proses perubahan mental, emosi dan sosial remaja dalam institusi kekeluargaan.	1	Mengenal pasti perubahan remaja dari aspek mental, emosi dan sosial.	
21	MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL Kekeluargaan	2.2 Mengetahui peranan diri sendiri dan ahli keluarga serta kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga.	2.2.2 Menganalisis peranan remaja dalam memperkukuh institusi kekeluargaan.	2	Menerangkan perubahan remaja dari aspek mental, emosi dan sosial.	
				3	Menghubungkan perubahan remaja dari aspek mental, emosi dan sosial dalam keluarga.	
22	MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL Kekeluargaan	2.2 Mengetahui peranan diri sendiri dan ahli keluarga serta kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga.	2.2.3 Menilai kepentingan peranan remaja dalam memperkukuh institusi kekeluargaan.	4	Membincangkan peranan remaja dalam keluarga.	
				5	Membahaskan kepentingan peranan remaja dalam keluarga.	
				6	Menyebarkan maklumat kepentingan peranan remaja dalam keluarga.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
23	MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL Perhubungan	2.3 Mengetahui dan mengaplikasi kemahiran interpersonal serta komunikasi berkesan dalam kehidupan harian.	2.3.1 Menganalisis situasi tekanan daripada rakan sebaya.	1	Menyenaraikan situasi tekanan daripada rakan sebaya.	
				2	Menerangkan situasi tekanan daripada rakan sebaya.	
				3	Menjelaskan dengan contoh situasi tekanan daripada rakan sebaya.	
24	MODUL 2: KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL Perhubungan	2.3 Mengetahui dan mengaplikasi kemahiran interpersonal serta komunikasi berkesan dalam kehidupan harian.	2.3.2 Mengaplikasi cara mengurus tekanan daripada rakan sebaya melalui komunikasi berkesan.	4	Menghuraikan cara mengurus tekanan daripada rakan sebaya dalam kehidupan harian.	
				5	Merumuskan cara mengurus tekanan daripada rakan sebaya dalam kehidupan harian.	
				6	Mencadangkan cara mengurus tekanan daripada rakan sebaya dalam kehidupan.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
25	MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN Penyakit	3.1 Mengetahui jenis penyakit dan cara mencegah serta mengelak risiko penyakit dalam kehidupan harian.	3.1.1 Mengetahui penyakit bawaan makanan, dan penyakit bawaan air.	1	Menyenaraikan penyakit bawaan makanan, dan penyakit bawaan air.	
				2	Menerangkan cara jangkitan penyakit bawaan makanan, dan penyakit bawaan air.	
26	MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN Penyakit	3.1 Mengetahui jenis penyakit dan cara mencegah serta mengelak risiko penyakit dalam kehidupan harian.	3.1.2 Mengetahui gejala dan tanda penyakit bawaan makanan, dan penyakit bawaan air.	3	Menjelaskan dengan contoh cara merebak dan mencegah penyakit bawaan makanan, dan penyakit bawaan air.	
				4	Membuat pemerhatian amalan pencegahan keracunan makanan di kantin sekolah dalam kalangan murid.	
27	MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN Penyakit	3.1 Mengetahui jenis penyakit dan cara mencegah serta mengelak risiko penyakit dalam kehidupan harian.	3.1.3 Menganalisis cara merebak dan cara mencegah penyakit bawaan makanan, dan penyakit bawaan air.	5	Meramalkan tahap keseriusan penyakit bawaan makanan, dan penyakit bawaan air berdasarkan gejala dan tanda penyakit.	
				6	Mereka cipta bahan maklumat mengenai penyakit bawaan makanan, dan penyakit bawaan air.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
28	MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN Keselamatan	3.2 Mengetahui kepentingan menjaga keselamatan diri dan mendemonstrasi kemahiran kecekapan psikososial dalam kehidupan harian.	3.2.1 Menilai pengaruh komuniti kepada keselamatan.	1	Menyatakan maksud komuniti.	
				2	Mengenal pasti dan menggambarkan pengaruh positif dan negatif dalam komuniti.	
				3	Menunjuk cara menangani pengaruh negatif mengikut situasi.	
29	MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN Keselamatan	3.2 Mengetahui kepentingan menjaga keselamatan diri dan mendemonstrasi kemahiran kecekapan psikososial dalam kehidupan harian.	3.2.2 Mengaplikasi cara-cara menangani pengaruh yang mengancam keselamatan.	4	Menjelaskan melalui contoh cara menangani pengaruh positif dan negatif.	
				5	Membahaskan pelbagai pengaruh yang terdapat dalam komuniti.	
30	MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN Keselamatan	3.2 Mengetahui kepentingan menjaga keselamatan diri dan mendemonstrasi kemahiran kecekapan psikososial dalam kehidupan harian.	3.2.3 Mengamalkan cara-cara memperkukuh pengaruh positif untuk keselamatan.	6	Menulis amalan dan nilai murni yang mesti diamalkan untuk menjaga keharmonian serta keselamatan dalam komuniti.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi		Catatan
				TP	Tafsiran	
31	MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN Pertolongan Cemas	3.3 Mengetahui asas pertolongan cemas dan kepentingan bertindak dengan bijak mengikut situasi.	3.3.1 Mengenal pasti kandungan peti pertolongan cemas yang lengkap serta fungsinya.	1	Melabelkan bahan yang terdapat dalam peti pertolongan cemas.	
32	MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN Pertolongan Cemas	3.3 Mengetahui asas pertolongan cemas dan kepentingan bertindak dengan bijak mengikut situasi.	3.3.2 Mengaplikasikan penggunaan peti pertolongan cemas dalam bantu mula.	2	Menerangkan kegunaan bahan yang terdapat dalam peti pertolongan cemas.	
				3	Menunjuk cara penggunaan bahan yang terdapat dalam peti pertolongan cemas mengikut situasi kecederaan.	
33	MODUL 3: KESIHATAN PERSEKITARAN Pertolongan Cemas	3.3 Mengetahui asas pertolongan cemas dan kepentingan bertindak dengan bijak mengikut situasi.	3.3.3 Mengaplikasikan penggunaan bahan alternatif dalam bantu mula sekiranya tiada peti pertolongan cemas.	4	Menjelaskan melalui contoh penggunaan bahan alternatif dalam bantu mula sekiranya tiada peti pertolongan cemas.	
				5	Mengesyorkan bahan alternatif yang sesuai dalam bantu mula mengikut situasi.	
				6	Menghasilkan karya mengenai kecederaan dan cara bantu mula.	

Minggu	Modul / Tajuk	Standard Kandungan	Standard Pembelajaran	Standard Prestasi	Catatan
38		Ulangkaji Standard Pembelajaran Yang Belum dikuasai Oleh Murid			
39		Ulangkaji Standard Pembelajaran Yang Belum dikuasai Oleh Murid			
40		Ulangkaji Standard Pembelajaran Yang Belum dikuasai Oleh Murid			
41		Pemulangan Buku Teks			
42		Taklimat dan Pengurusan Murid Ke Tingkatan Satu			
CUTI AKHIR TAHUN (-)					

