



# **KEMENTERIAN PELAJARAN MALAYSIA**

## **DOKUMEN STANDARD PRESTASI**

### **PENDIDIKAN KESIHATAN**

#### **TAHUN SATU**

## **FALSAFAH PENDIDIKAN KEBANGSAAN**

Pendidikan di Malaysia adalah suatu usaha berterusan ke arah 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.

## **PENDAHULUAN**

Dokumen Standard Prestasi bagi mata pelajaran Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR) dibina sebagai panduan untuk guru menambahbaik Pentaksiran Sekolah sejajar dengan pelaksanaan Pentaksiran Rujukan Standard.

Pentaksiran Rujukan Standard merupakan proses mendapatkan maklumat tentang sejauh mana murid tahu dan boleh buat atau telah menguasai apa yang dipelajari mengikut tahap-tahap pencapaian seperti yang dihasratkan oleh kurikulum mata pelajaran ini.

Adalah diharapkan dokumen ini dapat memberi maklumat yang lengkap dan tepat kepada guru tentang hasrat Falsafah Pendidikan Kebangsaan yang menekankan tentang pembinaan modal insan yang berteraskan kepada pembangunan jasmani, emosi, rohani, intelek dan sosial.

## TAFSIRAN

- **Band** ialah satu label yang digunakan untuk menunjukkan tanda aras tertentu yang disusun secara hierarki digunakan bagi tujuan pelaporan individu.
- **Standard** ialah satu pernyataan tentang sesuatu domain merujuk kepada tanda aras tertentu dan bersifat generik bagi memberi gambaran holistik tentang individu.
- **Standard Prestasi** ialah pernyataan tentang tahap perkembangan pembelajaran murid yang diukur berdasarkan standard dan menunjukkan di mana kedudukan murid dalam perkembangan atau kemajuan pembelajarannya. Perkembangan dalam standard itu terbahagi kepada dua iaitu perkembangan secara mendatar (konstruk) dan perkembangan menegak (band). Pertumbuhan murid dijelaskan dengan satu atau lebih *qualifier* menggunakan perkataan atau rangkai kata yang betul menggambarkan standard dalam bentuk hasil pembelajaran.
- **Deskriptor** ialah pernyataan yang menerangkan apa yang murid tahu dan boleh buat berdasarkan standard di mana kualiti boleh ditaksir dan dicapai.
- **Evidens**
  - Murid** : Pernyataan yang menerangkan tentang bagaimana murid melaksanakan apa yang dia tahu dan boleh buat berdasarkan deskriptor.
  - Instrumen** : Bahan atau apa-apa bentuk bukti yang dapat ditunjukkan oleh murid yang melaksanakan sesuatu tugas dalam bentuk produk atau proses seperti foto, grafik, artifak, laporan dan lain-lain.
- **Instrumen** ialah alat yang digunakan untuk menguji penguasaan atau pencapaian murid bagi sesuatu domain seperti ujian bertulis, ujian secara lisan, demonstrasi, ujian amali.

## KERANGKA STANDARD PRESTASI

<b>BAND</b>	<b>STANDARD</b>
1	Tahu
2	Tahu dan Faham
3	Tahu, Faham dan Boleh Buat
4	Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab
5	Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab Terpuji
6	Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab Mithali

## TAFSIRAN BAND

BAND	PERNYATAAN BAND	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 untuk menukar bentuk komunikasi atau menterjemah serta menjelaskan apa yang telah dipelajari.
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 melaksanakan sesuatu kemahiran dengan beradab, iaitu mengikut prosedur atau secara sistematik.
5	TAHU, FAHAM DAN BOLEH BUAT DENGAN BERADAB TERPUJI	Murid melaksanakan sesuatu kemahiran pada situasi baru, dengan mengikut prosedur atau secara sistematik, serta tekal dan bersikap positif.
6	TAHU, FAHAM DAN BOLEH BUAT DENGAN BERADAB MITHALI	Murid mampu menzahirkan idea yang kreatif dan inovatif, mempunyai keupayaan membuat keputusan untuk mengadaptasi permintaan serta cabaran dalam kehidupan seharian serta boleh berbicara untuk mendapatkan dan menyampaikan maklumat menggunakan ayat yang sesuai secara bertatasusila dan menjadi contoh secara tekal.

## **MATLAMAT KURIKULUM**

Pendidikan Kesihatan membolehkan individu mengawal kesihatan diri, keluarga, masyarakat dan persekitaran menerusi pengetahuan, kemahiran, amalan gaya hidup sihat dan bersikap positif untuk mencapai kesejahteraan hidup serta jangka hayat panjang yang berkualiti.

## **OBJEKTIF KURIKULUM**

Kurikulum Standard Sekolah Rendah bagi mata pelajaran Pendidikan Kesihatan membolehkan murid:

- 1 Mempertingkatkan pengetahuan, sikap dan amalan kesihatan diri, keluarga, masyarakat serta persekitaran.
- 2 Mempamerkan kemahiran mencegah masalah kesihatan dan penyakit.
- 3 Menguasai keupayaan bagi menghadapi dan menangani masalah serta isu berkaitan dengan kesihatan.

## **OBJEKTIF PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN SATU**

Pada akhir pembelajaran, murid dapat meningkatkan pengetahuan, kemahiran dan amalan :

- 1 Menjaga kebersihan tubuh badan
- 2 Mengambil makanan dan minuman yang cukup, bersih serta selamat
- 3 Mengenali ubat
- 4 Mengurus emosi
- 5 Menghormati diri, ibu bapa, ahli keluarga dan orang lain
- 6 Menjalin perhubungan yang sihat dan berkekalan
- 7 Mencegah jangkitan penyakit berjangkit
- 8 Menjaga keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam

<b>BAND</b>	<b>PERNYATAAN STANDARD</b>
1	Mempunyai pengetahuan tentang asas kesihatan fizikal, mental, emosi, sosial dan persekitaran
2	Memahami aspek kesihatan fizikal, mental, emosi, sosial dan persekitaran
3	Memahami kepentingan dan boleh mengurus penjagaan diri, pengurusan mental, emosi dan sosial serta kesihatan dan keselamatan diri
4	Boleh memperkembangkan aspek penjagaan diri serta pengurusan mental, emosi dan sosial terhadap keluarga dan masyarakat serta memainkan peranan mengawal aspek kesihatan dan keselamatan persekitaran
5	Mempunyai kemahiran berkomunikasi, empati dengan orang lain dan berupaya mengendalikan emosi dalam mengurus hidup secara positif dan sihat
6	Mempunyai keupayaan membuat keputusan untuk mengadaptasi permintaan serta cabaran kehidupan seharian, meningkatkan literasi kesihatan dan mengamalkan gaya hidup sihat



BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p><b>1</b></p> <p><b>Tahu</b></p>	<p><b>B1</b> Mempunyai pengetahuan tentang asas kesihatan fizikal, mental, emosi, sosial dan persekitaran</p>	<p><b>B1D1</b> Mengetahui aspek fizikal lelaki dan perempuan</p> <p><b>B1D2</b> Mengetahui jenis makanan harian</p> <p><b>B1D3</b> Mempamerkan perasaan yang dialami</p> <p><b>B1D4</b> Mengetahui ahli dalam keluarga/penjaga dan dalam rumah</p> <p><b>B1D5</b> Mengetahui aspek keselamatan diri</p>	<p><b>B1D1E1</b> Mengenali bahagian tubuh seperti kepala, badan, tangan, kaki dan genital.</p> <p><b>B1D2E1</b> Menamakan jenis makanan harian mengikut waktu makan.</p> <p><b>B1D3E1</b> Mempamerkan perasaan yang dialami seperti gembira, sedih, takut, marah dan malu.</p> <p><b>B1D4E1</b> Mengenal pasti ahli dalam keluarga/penjaga dan dalam rumah.</p> <p><b>B1D5E1</b> Mempunyai maklumat untuk menghubungi ibu bapa / penjaga bagi menangani aspek keselamatan diri dan mengelak diri daripada orang yang tidak dikenali.</p>

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p style="text-align: center;"><b>2</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Tahu dan Faham</b></p>	<p><b>B2</b> Memahami aspek kesihatan fizikal, mental, emosi, sosial dan persekitaran</p>	<p><b>B2D1</b> Memahami aspek penjagaan kebersihan diri, pakaian dan alatan keperluan diri</p> <p><b>B2D2</b> Memahami pemakanan yang bersih dan selamat</p> <p><b>B2D3</b> Memahami aspek kekeluargaan</p> <p><b>B2D4</b> Memahami aspek keselamatan persekitaran</p>	<p><b>B2D1E1</b> Menjaga kebersihan diri dengan cara mandi yang betul.</p> <p><b>B2D1E2</b> Menjaga kebersihan pakaian dan alatan keperluan diri.</p> <p><b>B2D2E1</b> Menentukan ciri-ciri dan kepentingan makanan dan minuman yang bersih dan selamat.</p> <p><b>B2D3E1</b> Menyatakan peranan ahli dalam keluarga / penjaga dan mengenali orang dewasa yang boleh dipercayai sebagai rujukan.</p> <p><b>B2D4E1</b> Mengenal pasti beberapa situasi tidak selamat di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam</p> <p><b>B2D4E2</b> Menyenaraikan barangan keperluan rumah yang membahaya dan memberitahu orang dewasa yang boleh dipercayai jika terjumpa alat- alat berbahaya.</p>

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p><b>3</b> <b>Tahu, Faham dan Boleh Buat</b></p>	<p><b>B3</b> Memahami kepentingan dan boleh mengurus penjagaan diri, pengurusan mental, emosi dan sosial serta kesihatan dan keselamatan diri</p>	<p><b>B3D1</b> Mengurus penjagaan kebersihan diri pakaian dan alatan keperluan</p> <p><b>B3D2</b> Mengurus pengambilan air dan makanan yang bersih, berkhasiat, cukup dan selamat serta cara penyimpanan yang betul</p>	<p><b>B3D1E1</b> Menerangkan kepentingan menjaga kebersihan diri dengan cara yang betul.</p> <p><b>B3D1E2</b> Menjaga kebersihan gigi dengan cara yang betul.</p> <p><b>B3D1E3</b> Menjaga kebersihan organ genital dengan cara yang betul.</p> <p><b>B3D2E1</b> Menyatakan kepentingan pengambilan air yang cukup dan mengamalkan pengambilan makanan dan minuman yang cukup, bersih dan selamat.</p> <p><b>B3D2E2</b> Mengamal pengambilan makanan yang sesuai mengikut waktu makan.</p> <p><b>B3D2E3</b> Menerangkan cara penyimpanan makanan dan minuman yang betul.</p>

		<p><b>B3D3</b> Memahami jenis- jenis ubat</p> <p><b>B3D4</b> Mempamerkan perasaan secara positif mengikut situasi</p> <p><b>B3D5</b> Memahami hubungan kekeluargaan</p> <p><b>B3D6</b> Mengetahui penyakit berjangkit dan amalan kebersihan diri</p>	<p><b>B3D3E1</b> Mengenal pasti pelbagai jenis ubat dan tujuan ubat digunakan.</p> <p><b>B3D4E1</b> Meluahkan perasaan yang sesuai mengikut situasi dan mengenal pasti orang dewasa yang boleh dipercayai.</p> <p><b>B3D4E2</b> Menyatakan asas keperluan emosi.</p> <p><b>B3D5E1</b> Menceritakan keistimewaan diri dan ahli dalam keluarga/penjaga dan cara menghormati mereka.</p> <p><b>B3D6E1</b> Mengenal pasti penyakit berjangkit dan mengamalkan kebersihan diri.</p>
--	--	--	--

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p style="text-align: center;"><b>4</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab</b></p>	<p><b>B4</b> Boleh memperkembangkan aspek penjagaan diri serta pengurusan mental, emosi dan sosial terhadap keluarga dan masyarakat serta memainkan peranan mengawal aspek kesihatan dan keselamatan persekitaran</p>	<p><b>B4D1</b> Menjelaskan kepentingan penjagaan kebersihan diri, pakaian dan alatan keperluan</p> <p><b>B4D2</b> Memahami penyalahgunaan dan tatacara pengambilan ubat</p> <p><b>B4D3</b> Memahami adab perhubungan</p> <p><b>B4D4</b> Memahami aspek mengawal kesihatan persekitaran</p>	<p><b>B4D1E1</b> Menjelaskan kepentingan tidak berkongsi alatan keperluan diri.</p> <p><b>B4D2E1</b> Mengenal pasti penyalahgunaan ubat dan ciri-ciri ubat yang boleh membahayakan kesihatan.</p> <p><b>B4D3E1</b> Memahami batas hubungan dengan orang lain dan mengenali pasti sentuhan selamat dan tidak selamat serta memberitahu orang yang boleh dipercayai jika berlaku sentuhan tidak selamat.</p> <p><b>B4D3E2</b> Mengenal pasti perbuatan buli, pembuli dan mangsa.</p> <p><b>B4D4E1</b> Menceritakan kuman sebagai organisma berbahaya dan kepentingan mencegah kuman.</p>

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p><b>5</b></p> <p><b>Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab Terpuji</b></p>	<p><b>B5</b></p> <p>Mempunyai kemahiran berkomunikasi, empati dengan orang lain dan berupaya mengendalikan emosi dalam mengurus hidup secara positif dan sihat</p>	<p><b>B5D1</b></p> <p>Mengamalkan penjagaan kebersihan diri, pakaian dan alatan keperluan</p> <p><b>B5D2</b></p> <p>Menyedari kepentingan pengambilan ubat</p> <p><b>B5D3</b></p> <p>Menguruskan perasaan mengikut situasi</p> <p><b>B5D4</b></p> <p>Menerangkan cara kuman dan penyakit berjangkit merebak serta cara meminta bantuan</p>	<p><b>B5D1E1</b></p> <p>Menerangkan cara dan masa mencuci tangan dan kaki serta cara membersihkan dan memotong kuku dengan betul.</p> <p><b>B5D2E1</b></p> <p>Menjelaskan kepentingan mengambil ubat mengikut preskripsi doktor.</p> <p><b>B5D2E2</b></p> <p>Menjelaskan kepentingan ubat disimpan di tempat yang selamat dan memberi sebab ubat seseorang tidak selamat untuk orang lain.</p> <p><b>B5D3E1</b></p> <p>Memberikan pendapat bagi membezakan antara kehendak dan keperluan diri dengan cara yang betul.</p> <p><b>B5D4E1</b></p> <p>Menerangkan cara kuman dan penyakit berjangkit merebak serta cara meminta bantuan daripada orang yang boleh dipercayai.</p>

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p><b>6</b></p> <p><b>Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab Mithali</b></p>	<p><b>B6</b> Mempunyai keupayaan membuat keputusan untuk mengadaptasi permintaan serta cabaran kehidupan seharian, meningkatkan literasi kesihatan dan mengamalkan gaya hidup sihat</p>	<p><b>B6D1</b> Memperkembangkan aspek mengawal kesihatan persekitaran untuk mengurus hidup yang sihat</p> <p><b>B6D2</b> Menjaga perhubungan dan menangani risiko dalam perhubungan</p>	<p><b>B6D1E1</b> Menceritakan cara mengelak kuman merebak dan jangkitan penyakit berjangkit.</p> <p><b>B6D1E2</b> Menunjuk cara meminta bantuan semasa berlaku kecederaan dan kecemasan daripada orang yang boleh membantu.</p> <p><b>B6D2E1</b> Mengamalkan sikap bekerjasama, berkongsi dan menjalin hubungan berkekalan dengan ahli keluarga dan orang lain.</p> <p><b>B6D2E2</b> Bertindak dengan cara yang betul untuk menghadapi dan menangani buli.</p>