



KEMENTERIAN PELAJARAN MALAYSIA

DOKUMEN STANDARD PRESTASI

PENDIDIKAN KESIHATAN

TAHUN DUA

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 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 rangkaian 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

BAND	STANDARD
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 DUA

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

- 1 Mengenal pasti dan mengamalkan aspek-aspek yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fizikal yang sihat
- 2 Menjauhkan diri daripada situasi dan sentuhan tidak selamat
- 3 Memilih jenis makanan berkhasiat
- 4 Mengamalkan gaya hidup sihat tanpa rokok, dadah dan alkohol
- 5 Memahami dan mengurus perasaan mengikut situasi
- 6 Mengenali perbezaan fizikal dan perawakan antara lelaki dan perempuan
- 7 Menzahirkan perasaan kasih sayang terhadap Tuhan, diri, ibu bapa/penjaga, ahli keluarga, guru dan rakan
- 8 Mengetahui jenis penyakit dan cara mencegah serta mengelak risiko penyakit
- 9 Mengenal pasti dan mengamalkan aspek-aspek pencegahan kemalangan dan kecederaan
- 10 Mengetahui cara meminta bantuan apabila berlaku situasi kecemasan

BAND	PERNYATAAN STANDARD
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 memperkembangan 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
1 Tahu	B1 Mempunyai pengetahuan tentang asas kesehatan fizikal, mental, emosi, sosial dan persekitaran	B1D1 Mengenal jenis bahan ketagihan B1D2 Mempamerkan perasaan yang dialami	B1D1E1 Mengenal jenis bahan ketagihan iaitu rokok, dadah dan alkohol B1D2E1 Mempamerkan perasaan seperti bimbang, cemas dan tidak selamat

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
2 Tahu dan Faham	B2 Memahami aspek kesehatan fizikal, mental, emosi, sosial dan persekitaran	B2D1 Memahami aspek pertumbuhan dan perkembangan fizikal yang sihat B2D2 Memahami jenis pemakanan yang sihat dan selamat B2D3 Memahami jenis penyakit tidak berjangkit	B2D1E1 Menyenaraikan aktiviti fizikal yang menyumbang kepada pertumbuhan dan perkembangan yang sihat B2D2E1 Memilih makanan dan minuman yang berkhasiat pada setiap kali waktu makan B2D3E1 Mengenali penyakit tidak berjangkit seperti ketumbit mata, sakit telinga, hidung berdarah, ekzema dan alahan

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p style="text-align: center;">3</p> <p style="text-align: center;">Tahu, Faham dan Boleh Buat</p>	<p>B3 Memahami kepentingan dan boleh mengurus penjagaan diri, pengurusan mental, emosi dan sosial serta kesihatan dan keselamatan diri</p>	<p>B3D1 Melakukan perkara-perkara yang boleh menyumbang ke arah pertumbuhan dan perkembangan fizikal yang sihat</p> <p>B3D2 Menangani pengaruh dalaman dan luaran berkaitan kesihatan diri dan reproduktif</p>	<p>B3D1E1 Mengamalkan aktiviti fizikal untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan fizikal yang sihat</p> <p>B3D1E2 Mengamalkan pemakanan yang seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan fizikal yang sihat</p> <p>B3D1E3 Mengamalkan postur yang betul untuk pertumbuhan dan perkembangan fizikal</p> <p>B3D2E1 Menyatakan maksud dan situasi sentuhan tidak selamat</p> <p>B3D2E2 Menyatakan tindakan yang perlu diambil jika berlaku sentuhan tidak selamat</p>

		<p>B3D3 Melakukan perkara-perkara yang membantu ke arah pemakanan yang sihat dan selamat</p> <p>B3D4 Menangani situasi berisiko terhadap diri, keluarga, dan masyarakat</p> <p>B3D5 Mengawal emosi untuk meningkatkan kesihatan mental</p> <p>B3D6 Membezakan dari aspek fizikal dan perawakan jantina dan menghormati antara satu sama lain</p>	<p>B3D3E1 Mengenal pasti jenis makanan dan minuman yang boleh menyebabkan berat badan yang berlebihan dan obesiti</p> <p>B3D3E2 Mengamalkan tabiat makan dan minum yang sihat</p> <p>B3D3E3 Menyatakan pengaruh rakan dan media dalam pengambilan makanan dan minuman</p> <p>B3D4E1 Mengamalkan gaya hidup sihat dengan tidak menyalahguna bahan</p> <p>B3D5E1 Mengenal pasti perasaan yang wujud akibat perubahan yang berlaku dalam keluarga dan persekitaran seperti pertambahan dan kehilangan ahli dalam keluarga</p> <p>B3D6E1 Menyatakan perbezaan fizikal dan perawakan perempuan dan lelaki</p>
--	--	--	--

		<p>B3D7 Mengenal pasti penyakit konjunktivitis</p> <p>B3D8 Mengenal pasti peralatan berbahaya dan situasi tidak selamat untuk menjaga keselamatan diri dan kesan kemalangan kecederaan.</p> <p>B3D9 Mengambil tindakan semasa kecemasan</p>	<p>B3D6E2 Mengamalkan sikap menghormati antara satu sama lain tanpa mengira jantina</p> <p>B3D7E1 Mengenal pasti tanda-tanda dan cara mengelak daripada jangkitan konjunktivitis</p> <p>B3D8E1 Mengenal pasti peralatan dan bahan yang berbahaya di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam serta menyenaraikan cara penyimpanan yang selamat</p> <p>B3D8E2 Mengenal pasti situasi tidak selamat di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam</p> <p>B3D8E3 Menyatakan kesan kemalangan dan kecederaan seperti kecacatan kekal tubuh badan</p> <p>B3D9E1 Mengenal pasti situasi kecemasan dan meminta bantuan apabila berlaku kecemasan</p>
--	--	--	---

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p>4</p> <p>Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab</p>	<p>B4 Boleh memperkembangan aspek penjagaan diri serta pengurusan mental, emosi dan sosial terhadap keluarga dan masyarakat serta memainkan peranan mengawal aspek kesihatan dan keselamatan persekitaran</p>	<p>B4D1 Menguruskan perkara-perkara berkaitan aspek pertumbuhan dan perkembangan fizikal yang sihat</p> <p>B4D2 Menguruskan pemakanan yang sihat dan selamat</p> <p>B4D3 Menguruskan emosi untuk meningkatkan kesihatan mental</p> <p>B4D4 Mengaplikaasi kemahiran interpersonal dan komunikasi berkesan</p>	<p>B4D1E1 Menerangkan kepentingan rehat dan tidur yang mencukupi untuk pertumbuhan serta perkembangan fizikal yang sihat</p> <p>B4D2E1 Mengamalkan pengambilan makanan dan minuman mengikut keperluan</p> <p>B4D2E2 Menceritakan tabiat pengambilan makanan dan minuman dalam kalangan ahli keluarga</p> <p>B4D3E1 Menunjuk cara yang sihat ketika meluahkan perasaan kepada orang yang boleh dipercayai</p> <p>B4D4E1 Mematuhi ajaran agama</p> <p>B4D4E2 Menunjukkan rasa kasih sayang tanpa membezakan individu atau kumpulan seperti tidak membuli dan menyakiti orang lain</p>

		B4D5 Mengurus keselamatan diri dan melakukan kemahiran kecekapan psikososial	B4D5E1 Mengamalkan langkah-langkah keselamatan untuk mengelak kemalangan, kecederaan dan situasi tidak selamat di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam pada setiap masa
--	--	--	--

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p>5</p> <p>Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab Terpuji</p>	<p>B5 Mempunyai kemahiran berkomunikasi, empati dengan orang lain dan berupaya mengendalikan emosi dalam mengurus hidup secara positif dan sihat</p>	<p>B5D1 Menghuraikan aspek pemakanan yang sihat dan selamat</p> <p>B5D2 Menjelaskan kesan penyalahgunaan bahan</p> <p>B5D3 Mengamalkan sikap positif untuk meningkatkan kesihatan mental</p> <p>B5D4 Menerangkan tentang penyakit konjunktivitis dan penyakit tidak berjangkit</p>	<p>B5D1E1 Menghuraikan kepentingan pengambilan makanan dan minuman yang berkhasiat</p> <p>B5D2E1 Menceritakan kesan negatif merokok, mengambil dadah dan alkohol terhadap kesihatan diri serta orang lain</p> <p>B5D3E1 Mengamalkan sikap positif untuk mengurus perasaan diri seperti rasa bersalah, bimbang, takut, marah, cemburu dan tidak selamat</p> <p>B5D4E1 Menerangkan langkah-langkah yang perlu diambil atau diawasi jika mengalami konjunktivitis</p> <p>B5D4E2 Mengenal pasti tanda-tanda dan menyatakan langkah-langkah yang perlu diambil atau diawasi jika mengalami penyakit tidak berjangkit (ketumbit mata, sakit telinga, hidung berdarah, ekzema dan alahan).</p>

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p>6</p> <p>Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab Mithali</p>	<p>B6 Mempunyai keupayaan membuat keputusan untuk mengadaptasi permintaan serta cabaran kehidupan seharian, meningkatkan literasi kesihatan dan mengamalkan gaya hidup sihat</p>	<p>B6D1 Menangani penyalahgunaan bahan</p> <p>B6D2 Menghargai peranan diri sendiri dalam aspek kesihatan keluarga</p> <p>B6D3 Mengaplikasi kemahiran interpersonal dan komunikasi berkesan</p>	<p>B6D1E1 Melapor kepada orang dewasa berkaitan penyalahgunaan bahan dalam kalangan rakan</p> <p>B6D2E1 Menjelaskan cara menghargai diri dan gembira dilahirkan sebagai lelaki atau perempuan</p> <p>B6D3E1 Menzahirkan kasih sayang yang berbeza kepada Tuhan, diri, ibu bapa/penjaga, ahli keluarga, guru dan rakan</p> <p>B6D3E2 Mengamalkan rasa syukur kepada Tuhan dan terima kasih sesama manusia</p>