



# **KEMENTERIAN PELAJARAN MALAYSIA**

## **DOKUMEN STANDARD PRESTASI**

### **PENDIDIKAN KESIHATAN**

### **TAHUN TIGA**

## **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 TIGA**

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

- 1 Menjaga kebersihan anggota seksual dan kehormatan diri;
- 2 Mengetahui batas sentuhan dan cara berkata TIDAK kepada sentuhan tidak selamat;
- 3 Memilih makanan yang berkhasiat mengikut waktu makan dan pemakanan yang betul untuk mengelak obesiti;
- 4 Mengetahui cara berkata TIDAK kepada pembelian dan pengambilan rokok;
- 5 Mengetahui keistimewaan diri sendiri dan cara meningkatkan penghargaan sendiri menerusi amalan positif;
- 6 Mengetahui kepentingan hubungan kekeluargaan dan memberi sokongan kepada ahli keluarga yang mengalami masalah kesihatan;
- 7 Mengetahui cara menangani konflik antara adik beradik dan rakan sebaya serta menghargai persahabatan;
- 8 Mencegah penyakit bawaan nyamuk daripada merebak;
9. Menjaga keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam;
10. Mengetahui cara meminta bantuan apabila berlaku situasi kecemasan.

<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> <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 anggota seksual</p> <p><b>B1D2</b> Mengetahui kumpulan zat makanan</p> <p><b>B1D3</b> Mengetahui jenis hasil bahan tembakau</p>	<p><b>B1D1E1</b> Menyatakan anggota seksual seperti bibir, payu dara, punggung dan genital</p> <p><b>B1D2E1</b> Mengenal kumpulan zat makanan seperti karbohidrat, protein, lemak dan vitamin</p> <p><b>B1D3E1</b> Menamakan bahan tembakau selain daripada rokok iaitu rokok daun, cerut dan paip</p>

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p><b>2</b> <b>Tahu dan Faham</b></p>	<p><b>B2</b> Memahami aspek kesehatan fizikal, mental, emosi, sosial dan persekitaran</p>	<p><b>B2D1</b> Memahami kepentingan menjaga kebersihan anggota seksual</p> <p><b>B2D2</b> Memahami berkenaan pemakanan yang sihat dan selamat</p> <p><b>B2D3</b> Memahami jenis dan kesan penyalahgunaan bahan</p> <p><b>B2D4</b> Memahami penghargaan sendiri dan keistimewaan diri</p>	<p><b>B2D1E1</b> Menyatakan kepentingan menjaga kebersihan anggota seksual</p> <p><b>B2D2E1</b> Menyatakan kesan pengambilan makanan dalam kuantiti berlebihan atau berkurangan dan menyatakan kesan obesiti terhadap kesihatan diri</p> <p><b>B2D3E1</b> Menyatakan kandungan bahan berbahaya yang terdapat dalam rokok dan menyatakan kesan merokok terhadap kesihatan dan persekitaran</p> <p><b>B2D4E1</b> Menyatakan maksud penghargaan sendiri dan menyenaraikan keistimewaan diri sendiri</p>

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
		<p><b>B2D5</b> Memahami penyakit bawaan nyamuk dan memahami gejala dan tanda demam denggi dan demam malaria</p> <p><b>B2D6</b> Memahami situasi kecemasan dan jenis-jenis kecederaan</p>	<p><b>B2D5E1</b> Menyatakan penyakit bawaan nyamuk iaitu demam denggi dan demam malaria</p> <p><b>B2D5E2</b> Mengenal pasti gejala dan tanda demam denggi serta demam malaria</p> <p><b>B2D6E1</b> Mengenal pasti situasi kecemasan dan jenis-jenis kecederaan yang sering berlaku</p>

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p style="text-align: center;"><b>3</b></p> <p style="text-align: center;"><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>                      Menjaga dan mengamalkan kebersihan anggota seksual</p> <p><b>B3D2</b>                      Mengetahui dan mengamalkan pemakanan yang sihat dan selamat</p> <p><b>B3D3</b>                      Memainkan peranan dalam institusi kekeluargaan</p> <p><b>B3D4</b>                      Menjaga keselamatan diri</p>	<p><b>B3D1E1</b>                      Menyatakan cara menjaga kebersihan anggota seksual dan mengamalkan penjagaan kebersihan anggota seksual dalam kehidupan harian</p> <p><b>B3D2E1</b>                      Memilih jenis makanan mengikut waktu makan harian dan memilih makanan yang sesuai antara waktu makan harian iaitu minum pagi, minum petang dan makan lewat malam</p> <p><b>B3D3E1</b>                      Menyatakan peranan keluarga dalam memberi sokongan kepada ahli keluarga yang mengalami masalah kesihatan</p> <p><b>B3D4E1</b>                      Mengenal pasti situasi yang boleh mengancam keselamatan diri dan cara-cara menjaga keselamatan diri</p>

BAND	PERNYATAAN STANDARD	DESKRIPTOR	EVIDENS
<p><b>4</b> <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> Mengamalkan pemakanan yang sihat dan selamat</p> <p><b>B4D2</b> Menangani situasi berisiko terhadap diri, keluarga, dan masyarakat</p> <p><b>B4D3</b> Mengaplikasi kemahiran interpersonal</p> <p><b>B4D4</b> Mengambil tindakan menjaga keselamatan diri</p> <p><b>B4D5</b> Bertindak mengikut situasi</p>	<p><b>B4D1E1</b> Mengamalkan pemakanan yang sihat dengan mengurangkan pengambilan gula, garam dan lemak</p> <p><b>B4D2E1</b> Menerangkan kepentingan berkata TIDAK kepada pembelian dan pengambilan rokok</p> <p><b>B4D3E1</b> Menyatakan konflik yang berlaku antara adik beradik dan rakan sebaya serta cara menangani konflik</p> <p><b>B4D4E1</b> Menyatakan tindakan segera yang perlu diambil jika berlaku ancaman terhadap keselamatan diri</p> <p><b>B4D5E1</b> Menyatakan tindakan segera yang perlu diambil jika berlaku kecemasan dan kecederaan</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>                      Mempunyai kemahiran berkomunikasi, empati dengan orang lain dan berupaya mengendalikan emosi dalam mengurus hidup secara positif dan sihat</p>	<p><b>B5D1</b>                      Menghuraikan kepentingan institusi kekeluargaan</p> <p><b>B5D2</b>                      Mengaplikasi kemahiran interpersonal</p> <p><b>B5D3</b>                      Mencegah risiko penyakit bawaan nyamuk</p> <p><b>B5D4</b>                      Mengurus kemahiran kecekapan psikososial dalam kehidupan seharian</p>	<p><b>B5D1E1</b>                      Menyatakan kepentingan dan cara mengeratkan hubungan kekeluargaan</p> <p><b>B5D2E1</b>                      Menyatakan kepentingan hubungan persahabatan yang sihat dan cara menghargai persahabatan</p> <p><b>B5D3E1</b>                      Mengenal pasti cara demam denggi dan demam malaria merebak serta cara pencegahannya</p> <p><b>B5D4E1</b>                      Mengamalkan langkah-langkah keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam</p>

<b>BAND</b>	<b>PERNYATAAN STANDARD</b>	<b>DESKRIPTOR</b>	<b>EVIDENS</b>
<b>6</b> <b>Tahu, Faham dan Boleh Buat dengan Beradab Mithali</b>	<b>B6</b> Mempunyai keupayaan membuat keputusan untuk mengadaptasi permintaan serta cabaran kehidupan seharian, meningkatkan literasi kesihatan dan mengamalkan gaya hidup sihat	<b>B6D1</b> Mengurus emosi untuk meningkatkan kesihatan mental  <b>B6D2</b> Mengaplikasi komunikasi berkesan dalam kehidupan seharian	<b>B6D1E1</b> Menyatakan cara meningkatkan penghargaan sendiri melalui amalan positif  <b>B6D2E1</b> Mengamalkan aktiviti sihat bersama rakan