

DRAF



KEMENTERIAN PELAJARAN MALAYSIA

KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH

PENDIDIKAN KESIHATAN

TAHUN SATU

2010

**KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH
TAHUN SATU**

PENDIDIKAN KESIHATAN

KEMENTERIAN PELAJARAN MALAYSIA

BAHAGIAN PEMBANGUNAN KURIKULUM

2010

KANDUNGAN

1.	PENDAHULUAN	v
2.	MATLAMAT	v
3.	OBJEKTIF	v
4.	FOKUS	v
5.	PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL DALAM KURIKULUM PENDIDIKAN KESIHATAN	vi
6.	CADANGAN PENGAGIHAN WAKTU	vii
7.	ORGANISASI STANDARD KURIKULUM	vii
8.	PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN	viii
9.	PENILAIAN	ix
10.	OBJEKTIF PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN SATU	1

PENDAHULUAN

Pendidikan Kesihatan ialah disiplin ilmu yang membolehkan murid mendapat pengalaman pembelajaran secara berterusan untuk membuat keputusan, meningkatkan literasi kesihatan dan mengamalkan gaya hidup sihat. Murid dididik supaya sentiasa bersedia menyesuaikan diri dalam aspek fizikal, mental, emosi, sosial dan rohani. Pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Kesihatan yang terancang dapat meningkatkan potensi individu ke tahap kesihatan optimum.

MATLAMAT

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.

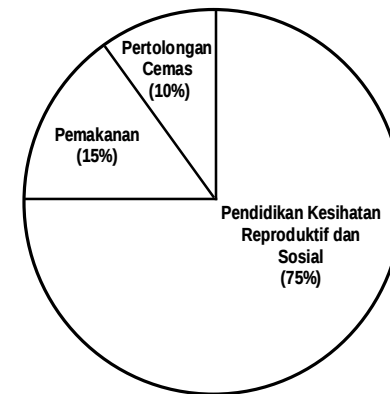
OBJEKTIF

Murid boleh :

- (i) mempertingkatkan pengetahuan, sikap dan amalan kesihatan diri, keluarga, masyarakat serta persekitaran;
- (ii) mempamerkan kemahiran mencegah masalah kesihatan dan penyakit; dan
- (iii) menguasai keupayaan bagi menghadapi dan menangani masalah serta isu berkaitan dengan kesihatan.

FOKUS

Kurikulum Pendidikan Kesihatan terdiri daripada pendidikan kesihatan reproduktif dan sosial (75%), pemakanan (15%) dan pertolongan cemas (10%). Sejumlah 35 waktu dalam penjadualan persekolahan setahun diagihkan untuk pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Kesihatan bagi Tahap Satu dan Tahap Dua sekolah rendah.



Kandungan Pendidikan Kesihatan memberi penekanan terhadap gaya hidup sihat bersesuaian dengan ciri dan keperluan murid serta disusun mengikut tiga modul utama iaitu :

Modul 1 : Kesihatan Fizikal

Modul ini menekankan aspek perkembangan fizikal serta penjagaan kesihatan diri, keluarga dan masyarakat. Fokus diberi kepada kesihatan diri dan reproduktif, pemakanan dan penyalahgunaan bahan.

Modul 2 : Kesihatan Mental, Emosi dan Sosial

Modul ini menekankan aspek perkembangan mental, emosi dan sosial serta mengurus risiko, konflik dan perubahan dalam kehidupan. Fokus diberi kepada pengurusan mental dan emosi, kekeluargaan serta perhubungan.

Modul 3 : Kesihatan Persekitaran

Modul ini menekankan aspek kesihatan dan keselamatan persekitaran. Fokus diberi kepada pencegahan penyakit, keselamatan dan pertolongan cemas.

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL DALAM KURIKULUM PENDIDIKAN KESIHATAN

Pendidikan Kesihatan Reproductif dan Sosial diajar melalui kurikulum Pendidikan Kesihatan. Pendidikan Kesihatan Reproductif dan Sosial adalah satu proses sepanjang hayat untuk memperoleh pengetahuan dan membentuk sikap, nilai serta kepercayaan terhadap identiti, perhubungan dan keintiman sesama insan.

Pendidikan ini bukan hanya terbatas kepada isu seksual atau hubungan seks semata-mata. Pendidikan kesihatan reproductif dan sosial mencakupi pengetahuan dari aspek biologikal, sosiobudaya, psikologikal dan kerohanian ke arah amalan tingkah laku yang sihat dalam kehidupan.

Objektif Pendidikan Kesihatan Reproductif dan Sosial adalah untuk membantu murid :

- (i) membentuk pandangan yang positif tentang kesihatan reproductif dan sosial untuk diri, keluarga dan masyarakat;
- (ii) menyediakan maklumat yang perlu diketahui supaya murid mengambil berat tentang kesihatan seksual dan keluarga sebagai institusi asas manusia serta menyumbang kepada pemeliharaan integriti institusi kekeluargaan secara berterusan dan berkekalan; dan
- (iii) memperoleh kemahiran membuat keputusan secara bijak dan bertanggungjawab tentang kesihatan dan tingkah laku seksual pada masa kini serta masa depan.

Pendidikan Kesihatan Reproductif dan Sosial merangkumi :

- (i) Kesihatan diri dan reproductif
 - Aspek perkembangan dan perubahan fizikal, fisiologikal serta psikologikal semasa akil baligh, dan penjagaan kesihatan reproductif.
- (ii) Penyalahgunaan bahan
 - Kesan buruk pengambilan bahan berbahaya iaitu rokok, dadah, inhalan dan alkohol, serta kemahiran berkata 'TIDAK'.
- (iii) Kemahiran pengurusan mental dan emosi
 - Kemahiran pengurusan konflik dan stres dalam diri, keluarga, rakan sebaya dan masyarakat.

- (iv) Kekeluargaan
 - Kepentingan institusi perkahwinan, kekeluargaan, peranan dan tanggungjawab ahli dalam keluarga.
- (v) Perhubungan
 - Kepentingan etiket perhubungan dan kemahiran interpersonal yang positif dalam persaudaraan serta persahabatan.
- (vi) Pencegahan penyakit
 - Pengetahuan dan kemahiran mengurus kesihatan daripada penyakit berjangkit, tidak berjangkit, genetik, keturunan dan mental.
- (vii) Keselamatan
 - Langkah-langkah keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam, serta akta perlindungan bagi kanak-kanak, gadis dan wanita.

CADANGAN PENGAGIHAN WAKTU

Tahap Satu dan Tahap Dua Sekolah Rendah (35 waktu setahun)		
Pendidikan Kesihatan Reproduktif dan Sosial	75%	26 waktu = 780 minit
Pemakanan	15%	5 waktu = 150 minit
Pertolongan Cemas	10%	4 waktu = 120 minit

ORGANISASI STANDARD KURIKULUM

Standard Kurikulum Pendidikan Kesihatan digubal dengan menetapkan **Standard Kandungan** dan **Standard Pembelajaran** yang perlu dikuasai oleh murid. Tujuan utama Standard Kurikulum Pendidikan Kesihatan digubal dengan menetapkan **Standard Kandungan** dan **Standard Pembelajaran** yang perlu dikuasai oleh murid. Tujuan utama penetapan standard adalah untuk ekuiti dan kualiti. Ekuiti bermaksud semua murid diberi peluang pendidikan yang sama, manakala kualiti bermaksud semua murid perlu diberi pendidikan yang berkualiti. Justeru, kurikulum berasaskan standard memberi pendidikan berkualiti yang sama kepada semua murid.

Standard Kandungan merupakan pernyataan spesifik tentang perkara yang murid patut ketahui dan boleh lakukan dalam suatu tempoh persekolahan. Standard Kandungan merangkumi aspek pengetahuan, kemahiran dan nilai.

Standard Pembelajaran merupakan satu penetapan kriteria atau indikator kualiti pembelajaran dan pencapaian yang boleh diukur bagi setiap standard kandungan. Standard yang ditetapkan mesti dilaksanakan, mesti dicapai oleh murid dan mesti ditaksir. Pendekatan menggunakan standard menuntut guru untuk lebih bertanggungjawab ke atas pencapaian murid.

PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN

Selaras dengan hasrat dan matlamat Falsafah Pendidikan Kebangsaan, Pendidikan Kesihatan menekankan perkembangan individu yang menyeluruh dan bersepadu dari segi intelek, rohani, emosi dan jasmani. Oleh itu, pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Kesihatan perlu memberi tumpuan terhadap pemerolehan ilmu pengetahuan dan kemahiran asas kesihatan serta pemupukan dan penghayatan nilai.

Dalam usaha ke arah mencapai matlamat Pendidikan Kesihatan, perkara berikut perlu diberi perhatian dalam pengajaran dan pembelajaran :

1. Pendekatan bersepadu merupakan satu strategi yang penting untuk menjalin dan mengadunkan unsur-unsur ilmu, kemahiran, bahasa dan nilai-nilai murni. Melalui pendekatan ini perkembangan kemahiran berfikir, kemahiran generik dan kemahiran belajar perlu diberi penekanan. Di samping itu, pengetahuan dan kemahiran daripada pelbagai mata pelajaran lain, pengalaman hidup seharian murid serta isu-isu global perlu dihubungkan dalam proses pengajaran dan pembelajaran disiplin ilmu Pendidikan Kesihatan.
2. Daya pemikiran murid perlu dipertingkatkan untuk membolehkan murid membuat keputusan, meningkatkan literasi kesihatan dan mengamalkan gaya hidup sihat. Aktiviti yang memberi peluang untuk murid berfikir secara kreatif dan inovatif perlu dikendalikan oleh guru.
3. Penggunaan pelbagai pendekatan pengajaran dan pembelajaran yang melibatkan murid secara aktif adalah perlu untuk membolehkan murid memperoleh pengalaman dan memahami konsep menjaga diri, keluarga serta komuniti. Bagi tujuan ini, kaedah inkuiri penemuan serta pembelajaran melalui pengalaman sangat digalakkan. Antara kaedah dan teknik yang boleh digunakan termasuk aktiviti kumpulan, kerja luar, perbincangan, kajian kes, simulasi dan main peranan. Pengalaman pembelajaran seperti ini dapat memberi peluang kepada murid untuk melahirkan pandangan sendiri, asas untuk membina semangat, membina sikap sentiasa cinta dan dahagakan ilmu, minat membaca serta belajar seumur hidup.
4. Dalam proses pengajaran dan pembelajaran, penekanan perlu dibuat terhadap pemupukan nilai-nilai murni yang selaras dengan matlamat Pendidikan Kesihatan. Antara nilai yang perlu diterap dan diamalkan ialah kebersihan, keselamatan, tanggungjawab, keprihatinan, kasih sayang, kejujuran dan kerjasama.
5. Aktiviti pengajaran dan pembelajaran yang dijalankan oleh guru perlu memberi peluang kepada murid untuk menguasai kemahiran berkomunikasi, membina perhubungan yang sihat, empati dengan orang lain, berupaya mengendalikan emosi serta tekanan dalam menguruskan hidup secara produktif dan sihat.

6. Dalam menjalankan aktiviti bilik darjah, pengalaman murid dan pengalaman pembelajaran perlu disusun atur dengan mengambil kira pelbagai tahap kecerdasan agar murid dapat belajar dengan cara tersendiri dalam keadaan yang paling sesuai. Kaedah dan aktiviti yang berbeza perlu dirancang untuk murid yang berbeza tahap kecerdasan.
7. Penguasaan kemahiran kecekapan psikososial (*life skills*) adalah perlu dan membantu murid untuk mengadaptasi permintaan serta cabaran kehidupan seharian, memberi kesedaran tentang sesuatu isu atau permasalahan yang berlaku pada masa lampau, masa kini dan masa depan. Ini bermakna murid dapat membuat ramalan, menjangka akibatnya dan mengendali perubahan supaya mendapat manfaat yang maksimum.
8. Penggunaan teknologi maklumat dan komunikasi seperti Internet, e-mel, CD-Rom dan sidang telekomunikasi dalam proses pengajaran serta pembelajaran perlu digalakkan sebagai melengkapkan diri dengan kemahiran abad ke-21.

PENILAIAN

1. Kaedah Penilaian

- Pemerhatian dan penilaian berterusan
- Penilaian fizikal secara berkala
- Penilaian hasil kerja
- Senarai semak
- Lisan

2. Kekerapan Penilaian

Penilaian dijalankan sepanjang masa.

3. Ciri-ciri Penilaian

- Penilaian secara menyeluruh
- Perkara yang dinilai merangkumi penguasaan pengetahuan, penerapan sikap, penguasaan kemahiran, status kesihatan dan amalan harian
- *Criterion-based evaluation* dan bukan perbandingan antara murid
- Proses dan kaedah penilaian tidak terlalu rumit.

4. Penggunaan Hasil Penilaian

Penilaian Pendidikan Kesihatan dirancang dan dikendalikan oleh guru di peringkat sekolah. Hasil penilaian digunakan untuk tindakan susulan bagi meningkatkan pembelajaran murid dan memperbaiki pengajaran guru. Pelaporan perlu dibuat di peringkat sekolah untuk memberi maklum balas kepada murid, ibu bapa dan guru lain.

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; dan
8. Menjaga keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam.

MODUL 1 : KESIHATAN FIZIKAL

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
Kesihatan Diri dan Reproduksi 1.1 Memahami aspek fizikal lelaki dan perempuan.	1.1.1 Mengenali bahagian tubuh – kepala, badan, tangan, kaki dan genital. 1.1.2 Berkata TIDAK/JANGAN kepada sentuhan tidak selamat.
1.2 Mengetahui penjagaan kebersihan diri.	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. 1.2.5 Menjaga kesihatan gigi – menggosok gigi dengan cara yang betul dan mengurangkan makanan yang boleh merosakkan gigi. 1.2.6 Menjaga kebersihan organ genital – cara dan masa mencuci organ genital dengan betul.
1.3 Mengetahui penjagaan pakaian dan alatan keperluan diri.	1.3.1 Menjaga kebersihan pakaian dan alatan keperluan diri. 1.3.2 Mengelak daripada berkongsi alatan keperluan diri – sikat, berus gigi, tuala, pakaian dalam, peralatan makan dan minum.

MODUL 1 : KESIHATAN FIZIKAL

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
Pemakanan 1.4 Mengetahui jenis makanan harian.	 1.4.1 Memilih jenis makanan harian yang berkhasiat. 1.4.2 Mengamalkan pengambilan makanan yang sesuai mengikut waktu makan (sarapan pagi, makan tengahari, makan malam).
1.5 Mengetahui makanan serta minuman yang bersih dan selamat.	 1.5.1 Menentukan ciri-ciri makanan dan minuman yang bersih dan selamat. 1.5.2 Mengamalkan cara menyimpan makanan dan minuman yang betul. 1.5.3 Menjelaskan kepentingan makanan dan minuman yang bersih dan selamat. 1.5.4 Menyedari kepentingan pengambilan air yang cukup. 1.5.5 Mengamalkan pengambilan makanan dan minuman yang cukup, bersih dan selamat.

MODUL 1 : KESIHATAN FIZIKAL

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
Penyalahgunaan Bahan 1.6 Mengetahui pelbagai jenis ubat.	1.6.1 Mengenali pelbagai jenis ubat. 1.6.2 Mengenal pasti tujuan ubat digunakan. 1.6.3 Menyedari bahawa ubat boleh membahayakan kesihatan – salah guna pengambilan ubat, ubat yang berubah warna, rasa, bau, rupa, tamat tempoh. 1.6.4 Mematuhi preskripsi doktor apabila mengambil ubat. 1.6.5 Menyedari kepentingan ubat disimpan di tempat yang selamat. 1.6.6 Memberi sebab ubat seseorang tidak selamat untuk orang lain.

MODUL 2 : KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
Pengurusan Mental dan Emosi 2.1 Memahami perasaan.	 2.1.1 Mempamerkan perasaan yang dialami seperti gembira, sedih, takut, marah dan malu. 2.1.2 Membezakan antara kehendak dan keperluan.
 2.2 Mengetahui cara mengurus perasaan mengikut situasi.	 2.2.1 Menunjuk cara meluahkan perasaan yang sesuai mengikut situasi. 2.2.2 Menyuarakan keperluan dan kehendak diri dengan cara yang betul. 2.2.3 Menyedari bahawa kasih sayang, penerimaan, rasa kepunyaan dan keselamatan adalah asas keperluan emosi. 2.2.4 Mengenal pasti orang dewasa yang boleh dipercayai di rumah dan di sekolah.

MODUL 2 : KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
Keluargaan 2.3 Memahami diri sendiri dan ahli dalam keluarga/penjaga.	 2.3.1 Mengenal pasti ahli dalam keluarga/penjaga. 2.3.2 Menyedari peranan ahli dalam keluarga/penjaga. 2.3.3 Menceritakan keistimewaan diri dan ahli dalam keluarga/penjaga. 2.3.4 Menghormati diri, ibu bapa dan ahli dalam keluarga/penjaga. 2.3.5 Mengambil maklum ibu bapa, penjaga dan orang dewasa yang boleh dipercayai sebagai sumber rujukan untuk mendapat maklumat. 2.3.6 Mengenal pasti ahli dalam rumah.

MODUL 2 : KESIHATAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
Perhubungan 2.4 Mengetahui perhubungan dengan ibu bapa/penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan individu lain.	2.4.1 Menjalin hubungan berkekalan dengan ibu bapa, ahli keluarga, rakan sebaya dan orang lain. 2.4.2 Menetapkan batas hubungan antara diri dengan ibu bapa, ahli keluarga, rakan sebaya dan orang lain. 2.4.3 Mengenal pasti sentuhan yang selamat dan tidak selamat. 2.4.4 Berkata TIDAK/ JANGAN kepada sentuhan tidak selamat. 2.4.5 Memberitahu orang yang boleh dipercayai apabila berlaku sentuhan tidak selamat. 2.4.6 Mengamalkan sikap bekerjasama dan berkongsi dengan orang lain.
2.5 Mengetahui buli.	2.5.1 Mengenal pasti perbuatan buli. 2.5.2 Mengenal pasti pembuli dan mangsa. 2.5.3 Bertindak dengan cara yang betul untuk menghadapi dan menangani buli.

MODUL 3 : KESIHATAN PERSEKITARAN

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
Penyakit 3.1 Mengetahui kuman.	3.1.1 Menyedari kuman organisma yang berbahaya. 3.1.2 Menceritakan cara kuman merebak. 3.1.3 Menceritakan cara mengelak kuman merebak. 3.1.4 Menyedari kepentingan mencegah kuman.
3.2 Mengetahui penyakit berjangkit - penyakit kulit - penyakit tangan, kaki dan mulut - demam selesema - jangkitan cacing.	3.2.1 Mengenali penyakit berjangkit. 3.2.2 Menceritakan cara penyakit berjangkit merebak. 3.2.3 Mengelakkan jangkitan penyakit berjangkit pada diri kepada orang lain dan sebaliknya. 3.2.4 Menunjuk cara meminta bantuan jika terdapat masalah kesihatan daripada orang yang boleh dipercayai. 3.2.5 Mengamalkan kebersihan diri.

MODUL 3 : KESIHATAN PERSEKITARAN

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
Keselamatan 3.3 Mengetahui keselamatan diri di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam.	3.3.1 Menyimpan sendiri nama, nombor telefon, alamat sendiri serta nama, nombor telefon dan tempat kerja ibu bapa atau penjaga. 3.3.2 Mengelak diri daripada orang yang tidak dikenali. 3.3.3 Mengenal pasti beberapa situasi tidak selamat di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam. 3.3.4 Menyenaraikan barangan keperluan rumah yang berbahaya jika disentuh, ditelan, atau dihidu. 3.3.5 Memberitahu orang dewasa yang dipercayai jika terjumpa alat-alat berbahaya. 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 berlaku kecederaan (termasuk penderaan) dan kecemasan.