

PENDIDIKAN KESIHATAN REPRODUKTIF DAN SOSIAL (PEERS)

I.0 KESIHATAN DIRI DAN REPRODUKTIF

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
<p>I.1 Kemahiran membuat keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproductif</p> <p>Mengamalkan cara mengurus diri:</p> <ul style="list-style-type: none"> Akil baligh 	<p>Murid boleh:</p> <p>I.1.1 Menyatakan maksud akil baligh.</p> <p>I.1.2 Membincangkan dan memerihal perubahan fizikal lelaki serta perempuan apabila akil baligh.</p> <p>I.1.3 Menyatakan contoh simptom yang mungkin dialami ketika haid.</p> <p>I.1.4 Membincangkan dan memerihal mitos berkaitan haid serta ihtilam.</p> <p>I.1.5 Menilai amalan terbaik pengurusan diri apabila akil baligh.</p>	1	Menyatakan maksud akil baligh.
		2	Menerangkan perubahan fizikal apabila akil baligh.
		3	Membanding beza perubahan fizikal lelaki dan perempuan apabila akil baligh.
		4	Menjelaskan melalui contoh simptom yang mungkin dialami semasa haid.
		5	Membuat pertimbangan kepada mitos berkaitan haid dan ihtilam.
		6	Menghasilkan amalan terbaik pengurusan diri apabila akil baligh.
<p>I.2 Kemahiran menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproductif</p> <p>Menghargai dan menghormati:</p> <ul style="list-style-type: none"> Perubahan fizikal diri sendiri dan orang lain 	<p>Murid boleh:</p> <p>I.2.1 Membincangkan cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal diri sendiri.</p> <p>I.2.2 Membincangkan cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal orang lain.</p>	1	Menyenaraikan cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal diri sendiri.
		2	Menjelaskan dengan contoh cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal orang lain.
		3	Menunjuk cara menghargai dan menghormati perubahan fizikal diri sendiri serta orang lain.
		4	Menjelaskan dengan contoh kepentingan menghargai dan menghormati perubahan fizikal diri sendiri serta orang lain.
		5	Mengesyorkan tindakan yang perlu diambil apabila seseorang tidak menghormati perubahan fizikal orang lain.
		6	Berkomunikasi secara berkesan cara menghormati perubahan fizikal diri sendiri dan orang lain.

2.0 PENYALAHGUNAAN BAHAN

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
2.1 Kemahiran menangani situasi berisiko terhadap penyalahgunaan bahan kepada diri, keluarga serta masyarakat Berkata TIDAK kepada: <ul style="list-style-type: none"> Alkohol 	Murid boleh: <ul style="list-style-type: none"> 2.1.1 Mengetahui maksud alkohol. 2.1.2 Menganalisis kesan pengambilan alkohol. 2.1.3 Mengaplikasikan cara mengelakkan diri daripada pengambilan alkohol dalam makanan dan minuman. 	1	Menyatakan maksud alkohol.
		2	Menyatakan contoh makanan dan minuman yang mengandungi alkohol.
		3	Menunjuk cara berkata TIDAK kepada alkohol.
		4	Menganalisis kesan bahaya alkohol terhadap kesihatan diri.
		5	Mengesyorkan aktiviti yang sihat bagi mengelakkan diri daripada alkohol.
		6	Mencipta karya tentang bahaya alkohol.

3.0 PENGURUSAN MENTAL DAN EMOSI

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
3.1 Kemahiran mengurus mental dan emosi dalam kehidupan harian Mengurus mental dan emosi: <ul style="list-style-type: none"> Konflik dan stres 	Murid boleh: <ul style="list-style-type: none"> 3.1.1 Menyatakan maksud konflik dan stres. 3.1.2 Mengenal pasti punca konflik dan stres dalam diri sendiri. 3.1.3 Menilai kesan konflik dan stres terhadap diri sendiri. 3.1.4 Menjana idea dan mengamalkan cara mengurus konflik dan stres. 	1	Menyatakan maksud konflik dan stres.
		2	Menjelaskan tanda konflik dan stres.
		3	Membincangkan punca konflik dan stres.
		4	Menganalisis kesan konflik dan stres terhadap diri sendiri.
		5	Mengesyorkan cara mengurus konflik dan stres.
		6	Menyebar luas maklumat cara mengurus konflik dan stres.

4.0 KEKELUARGAAN

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
4.1 Peranan diri sendiri dan ahli keluarga serta kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga Menangani gejala sosial <ul style="list-style-type: none"> • Tanggungjawab ahli keluarga • Peranan ahli keluarga 	Murid boleh: 4.1.1 Menjelaskan contoh gejala sosial. 4.1.2 Membincangkan peranan dan tanggungjawab ahli keluarga dalam menangani gejala sosial. 4.1.3 Menilai kepentingan sokongan ahli keluarga dalam menangani gejala sosial.	1	Menyatakan contoh gejala sosial.
		2	Menceritakan peranan dan tanggungjawab ahli keluarga.
		3	Menjelaskan dengan contoh peranan dan tanggungjawab ahli keluarga dalam menangani gejala sosial.
		4	Menganalisis kepentingan sokongan ahli keluarga dalam menangani gejala sosial.
		5	Mencadangkan bentuk sokongan ahli keluarga dalam menangani gejala sosial.
		6	Berkomunikasi secara berkesan dengan ahli keluarga untuk menangani gejala sosial.

5.0 PERHUBUNGAN

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
5.1 Kemahiran interpersonal dan komunikasi berkesan dalam kehidupan harian Menjalin perhubungan sihat dengan orang lain: <ul style="list-style-type: none"> • Kasih sayang 	Murid boleh: 5.1.1 Menyatakan kepentingan menyayangi diri sendiri dan orang lain. 5.1.2 Menunjuk cara meluahkan perasaan kasih sayang kepada orang lain. 5.1.3 Mengesyorkan cara meluahkan perasaan yang sesuai dalam kehidupan harian.	1	Menyatakan kepentingan menyayangi diri sendiri, ahli keluarga dan orang lain.
		2	Menceritakan cara meluahkan perasaan kasih sayang kepada orang lain.
		3	Menunjuk cara meluahkan perasaan kasih sayang dalam keluarga.
		4	Menjelaskan melalui contoh cara meluahkan perasaan yang sesuai dalam kehidupan harian.
		5	Meramalkan kesan meluahkan perasaan kasih sayang dalam kehidupan harian.
		6	Menghasilkan karya untuk meluahkan perasaan kasih sayang terhadap diri sendiri dan ahli dalam keluarga.

6.0 PENYAKIT

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
6.1 Kemahiran mencegah dan mengurangkan faktor risiko penyakit dalam kehidupan harian Penyakit tidak berjangkit: <ul style="list-style-type: none"> • Penyakit jantung • Asma • Penyakit buah pinggang • Diabetes 	Murid boleh: 6.1.1 Menyatakan contoh penyakit tidak berjangkit. 6.1.2 Menghubungkan punca dan kesan penyakit tidak berjangkit. 6.1.3 Berkomunikasi mengenai cara pencegahan penyakit tidak berjangkit.	1	Menyatakan punca penyakit tidak berjangkit seperti penyakit jantung, asma, penyakit buah pinggang dan diabetes.
		2	Menerangkan punca penyakit tidak berjangkit.
		3	Membezakan kesan setiap penyakit tidak berjangkit.
		4	Menjelaskan melalui contoh cara mengurangkan risiko penyakit tidak berjangkit.
		5	Mengesyorkan gaya hidup yang boleh diamalkan untuk mencegah risiko penyakit tidak berjangkit.
		6	Merancang aktiviti harian yang boleh dilakukan untuk mengelakkan penyakit tidak berjangkit

7.0 KESELAMATAN

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN	STANDARD PRESTASI	
		TAHAP PENGUASAAN	TAFSIRAN
7.1 Kemahiran kecekapan psikososial untuk menjaga keselamatan diri Bertindak secara bijak untuk mengelak: <ul style="list-style-type: none"> • Pengantunan kanak-kanak 	Murid boleh: 7.1.1 Menyatakan maksud pengantunan kanak-kanak. 7.1.2 Memberi contoh situasi pengantunan kanak-kanak. 7.1.3 Mengaplikasikan cara mengelak daripada pengantunan kanak-kanak. 7.1.4 Berkomunikasi dengan berkesan cara mengelak daripada situasi pengantunan kanak-kanak.	1	Menyatakan maksud pengantunan kanak-kanak.
		2	Membincangkan situasi pengantunan kanak-kanak.
		3	Menjelaskan dengan contoh cara mengelak daripada situasi pengantunan kanak-kanak.
		4	Mencirikan perlakuan individu yang menjurus kepada pengantunan kanak-kanak.
		5	Meramalkan kesan pengantunan kanak-kanak kepada keselamatan diri.
		6	Berkomunikasi secara berkesan untuk menjaga keselamatan diri.