

## BIDANG KEMAHIRAN: AKUATIK ASAS

### ASPEK 1.0: KEMAHIRAN PERGERAKAN (DOMAIN PSIKOMOTOR)

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<b>Akuatik Asas</b> <b>Keyakinan dan Keselamatan dalam Air</b> 1.12 Melakukan kemahiran keyakinan dan keselamatan dalam air.	Murid boleh: 1.12.1 Membaling alat bantuan (throwing rescue) kepada sasaran di dalam air. 1.12.2 Melakukan <i>bobbing</i> di air dalam (deep water bobbing) sambil bergerak ke hadapan.
<b>Kemahiran Asas Renang</b> 1.13 Melakukan kemahiran renang dengan lakuan yang betul.	1.13.1 Melakukan aksi tangan kuak dada dengan bantuan serta bernafas. 1.13.2 Melakukan aksi kaki kuak dada dengan bantuan. 1.13.3 Melakukan kuak dada.

### ASPEK 2.0: APLIKASI PENGETAHUAN DALAM PERGERAKAN (DOMAIN KOGNITIF)

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<b>Aplikasi Pengetahuan dalam Keyakinan dan Keselamatan dalam Air</b> 2.12 Mengaplikasikan konsep keyakinan dan keselamatan dalam air.	Murid boleh: 2.12.1 Membezakan alat bantuan yang sesuai untuk dihulur atau dibaling semasa memberi bantuan menyelamatkan. 2.12.2 Mengenal pasti pergerakan tapak tangan semasa melakukan bobbing di air dalam.
<b>Aplikasi Pengetahuan dalam Kemahiran Asas Renang</b> 2.13 Mengaplikasikan konsep pergerakan dan prinsip mekanik dalam kemahiran renang.	2.13.1 Menjelaskan perkaitan antara pergerakan kaki, tangan dan pernafasan dalam kuak dada. 2.13.2 Menjelaskan koordinasi kaki dan tangan dalam lakuan kuak dada.

### ASPEK 5.0: KESUKANAN (DOMAIN AFEKTIF)

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<b>Pengurusan dan Keselamatan</b> 5.1 Mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan.	Murid boleh: 5.1.1 Mematuhi etika berpakaian Pendidikan Jasmani ketika menjalankan aktiviti fizikal. 5.1.2 Menyimpan peralatan Pendidikan Jasmani berdasarkan spesifikasi alatan. 5.1.3 Mematuhi peraturan keselamatan di tempat melakukan aktiviti. 5.1.4 Mengenal pasti ruang selamat untuk melakukan aktiviti.
<b>Tanggungjawab Kendiri</b> 5.2 Menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti fizikal.	5.2.1 Mempamerkan keyakinan untuk melakukan pelbagai kemahiran pergerakan. 5.2.2 Memilih tindakan untuk menyelesaikan masalah berkaitan kecergasan. 5.2.3 Menerima cabaran dan berasa seronok semasa melakukan aktiviti. 5.2.4 Menerima keputusan dalam permainan secara positif.
<b>Interaksi Sosial</b> 5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti fizikal.	5.3.1 Berkomunikasi antara rakan, guru dan ahli kumpulan semasa melakukan aktiviti. 5.3.2 Mengiktiraf kelebihan dan menerima kekurangan rakan sebaya. 5.3.3 Memberi dan menerima maklum balas secara terbuka.

STANDARD KANDUNGAN	STANDARD PEMBELAJARAN
<b>Dinamika Kumpulan</b> 5.4 Membentuk kumpulan dan bekerjasama dalam kumpulan.	5.4.1 Melibatkan diri secara aktif sebagai ahli kumpulan. 5.4.2 Menerima ahli baharu dalam kumpulan yang dibentuk. 5.4.3 Membimbing ahli kumpulan semasa melakukan aktiviti. 5.4.4 Menerima kelemahan rakan sepasukan dan kekuatan pihak lawan sebagai cabaran. 5.4.5 Berperanan sebagai ketua kumpulan. 5.4.6 Patuh kepada arahan ketua. 5.4.7 Bekerjasama dalam kumpulan semasa melakukan aktiviti.

STANDARD PRESTASI	
TAHAP PENGUSAHAAN	TAFSIRAN
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Boleh menyatakan alatan yang boleh digunakan untuk <i>throwing rescue</i>.</li> <li>Boleh melakukan <i>bobbing</i> di air dalam.</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Boleh membaling alat bantuan (<i>throwing rescue</i>) ke dalam air dan membezakan alat bantuan yang sesuai untuk dihulur atau dibaling semasa memberi bantuan menyelamat.</li> <li>Boleh melakukan <i>bobbing</i> di air dalam sambil bergerak dan mengenal pasti pergerakan tapak tangan semasa melakukan <i>bobbing</i>.</li> <li>Boleh melakukan aksi tangan dan aksi kaki kuak dada dengan bantuan serta bernafas dan menyatakan perkaitan antara pergerakan kaki, tangan dan pernafasan dalam kuak dada.</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Boleh mengaplikasikan pengetahuan berkaitan koordinasi kaki dan tangan serta pernafasan semasa melakukan kuak dada.</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Boleh melakukan <i>bobbing</i> di air dalam sambil bergerak ke hadapan dengan lakuan yang betul.</li> <li>Boleh membaling alat bantuan ke sasaran di dalam air dengan lakuan yang betul.</li> <li>Boleh melakukan kuak dada dengan lakuan yang betul.</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Boleh melakukan <i>throwing rescue</i> terhadap mangsa dalam pelbagai situasi dengan lakuan yang betul dan selamat.</li> <li>Boleh melakukan kuak dada dengan lakuan yang betul secara berterusan pada satu jarak.</li> <li>Boleh mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan semasa melakukan aktiviti di kolam.</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>Boleh merancang dan melaksanakan permainan kecil akuatik dengan menggunakan kemahiran akuatik asas.</li> <li>Boleh menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti kemahiran akuatik asas.</li> <li>Boleh melakukan renang kuak dada sebagai aktiviti meningkatkan kecergasan fizikal.</li> </ul>