

## RANCANGAN PENGAJARAN TAHUNAN PRASEKOLAH 2020

<b>TUNJANG PERKEMBANGAN FIZIKAL DAN ESTETIKA: PERKEMBANGAN FIZIKAL DAN PENJAGAAN KESIHATAN</b>			
<b>BULAN</b>	<b>STANDARD KANDUNGAN</b>	<b>STANDARD PEMBELAJARAN</b>	<b>STANDARD PRESTASI</b>
<b>Januari – Februari</b>	<p>FK 1.1 Meneroka pelbagai aktiviti yang melibatkan motor halus</p> <p>FK 2.1 Meneroka pelbagai pergerakan (kesedaran ruang)</p> <p>FK 2.2 Melakukan pelbagai pergerakan lokomotor</p> <p>FK 2.3 Melakukan pelbagai pergerakan bukan lokomotor.</p>	<p>FK 1.1.2 Menunjukkan koordinasi mata dan tangan dan kemahiran motor halus melalui pelbagai aktiviti</p> <p>FK 1.1.3 Menggunakan kemahiran motor halus melalui aktiviti yang melibatkan alatan</p> <p>FK 2.1.1 Melakukan pergerakan dalam:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ruang diri</li> <li>2. ruang am</li> </ol> <p>FK 2.1.2 Melakukan pergerakan pada pelbagai aras</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. tinggi</li> <li>2. sederhana</li> <li>3. rendah</li> </ol> <p>FK 2.1.3 Melakukan pergerakan mengikut arah</p> <p>FK2.1.4 Melakukan pergerakan dalam laluan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. lurus</li> <li>2. melengkung</li> <li>3. spiral</li> <li>4. zig-zag</li> </ol> <p>FK 2.1.5 Melakukan pergerakan yang berbeza kelajuan.</p> <p>FK 2.2.1 Melakukan pergerakan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. berjalan</li> <li>2. berlari</li> <li>3. melompat</li> <li>4. melompat sebelah kaki</li> <li>5. mencongklang (galloping)</li> <li>6. menggelongsor (sliding)</li> <li>7. berskip</li> </ol> <p>FK 2.2.2 Melakukan gabungan pergerakan lokomotor</p> <p>FK FK 2.2.3 Melakukan pergerakan lokomotor dalam pelbagai:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>( i ) arah</li> <li>(ii) aras</li> <li>(iii) laluan</li> <li>(iv) kelajuan</li> </ol> <p>K 2.3.2 Melakukan pergerakan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(i) meregang</li> </ol>	<p>FK 1 Perkembangan Motor Halus (FK 1.1)</p> <p>FK 2 Perkembangan Motor Kasar- Lokomotor (FK 2.2)</p> <p>FK 3 Perkembangan Motor</p>

	<p>(ii) menolak (iii) menarik (iv) mengimbang</p> <p>FK 2.3.3 Melakukan gabungan pergerakan bukan lokomotor</p> <p>FK 5.1 Mengaplikasi kemahiran membuat keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproduktif</p> <p>FK 5.1.3 Mengetahui anggota tubuh lelaki dan perempuan: (i) kepala – rambut, mata, telinga, hidung, mulut, bibir &amp; gigi (ii) badan – payu dara, dada, bahu &amp; punggung (iii) tangan (iv) kaki (v) organ genital – zakar &amp; faraj (vi) dubur</p> <p>FK 5.1.6 Menggunakan tandas dengan cara yang betul</p> <p>FK 5.1.7 mempraktikkan cara menjaga kebersihan: (i) anggota tubuh (ii) pakaian (iii) peralatan peribadi</p> <p>FK 5.1.8 Menerangkan cara menjaga kebersihan organ genital dengan betul</p> <p>FK 5.1.9 Mengamalkan kebersihan di (i) kelas (ii) tempat tinggal (iii) tempat awam</p> <p>FK 5.3 Menjaga keselamatan diri dan mendemonstrasi kemahiran kecekapan psikososial dalam kehidupan harian</p> <p>FK 5.3.4 Mengenal pasti situasi yang berbahaya semasa di: (i) rumah (ii) sekolah (iii) taman permainan</p> <p>FK 5.3.5 Menunjuk cara penggunaan alatan dan bahan yang berbahaya dengan betul dan selamat</p>	<p>Kasar- Bukan lokomotor (FK 2.3)</p> <p>FK 6 Kesihatan diri dan reproduktif (FK 5.1)</p> <p>FK 7 Penjagaan keselamatan diri (FK 5.3)</p>
	<p>FK 6.1 Mengamalkan pemakanan yang sihat dan selamat</p> <p>FK 6.1.2 Menceritakan kepentingan pemakanan yang sihat</p> <p>FK 6.1.3 Menyatakan makanan yang berkhasiat dan tidak berkhasiat</p> <p>FK 6.1.4 Mengamalkan pemakanan yang seimbang</p>	<p>FK 8 Pemakanan sihat dan selamat (FK 6.1)</p>
<b>Mac – Mei</b>	<p>FK 3.1 Melakukan pelbagai kemahiran manipulasi</p> <p>FK 3.1.1 Membaling objek ke sasaran FK 3.1.2 Menendang bola: (i) secara bebas (ii) ke sasaran</p>	<p>FK4 Kemahiran manipulasi (FK 3.1)</p>

	<p>FK 4.1 Mengaplikasi pelbagai pergerakan mengikut irama</p> <p>FK 5.1 Mengaplikasi kemahiran membuat keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproduktif</p>	<p>FK 3.1.3 Menangkap objek yang dilambung sendiri</p> <p>FK 3.1.4 Menangkap objek yang dihantar oleh orang lain.</p> <p>FK 3.1.5 Menggolek objek ke sasaran</p> <p>FK 4.1.3 Melakukan pergerakan bebas mengikut muzik</p> <p>FK 4.1.4 Mencipta pergerakan kreatif mengikut muzik menggunakan alatan</p> <p>FK 5.1.3 Mengetahui anggota tubuh lelaki dan perempuan:  (i) kepala – rambut, mata, telinga, hidung, mulut, bibir &amp; gigi  (ii) badan – payu dara, dada, bahu &amp; punggung  (iii) tangan  (iv) kaki  (v) organ genital – zakar &amp; faraj  (vi) dubur</p> <p>FK 5.1.4 Mengetahui sentuhan selamat, sentuhan tidak selamat dan sentuhan tidak selesa</p> <p>FK 5.1.5 Mengaplikasikan kemahiran berkata "TIDAK" kepada sentuhan yang tidak selesa dan tidak selamat</p> <p>FK 5.1.6 Menggunakan tandas dengan cara yang betul</p> <p>FK 5.1.7 mempraktikkan cara menjaga kebersihan:  (i) anggota tubuh  (ii) pakaian  (iii) peralatan peribadi</p> <p>FK 5.1.8 Menerangkan cara menjaga kebersihan organ genital dengan betul</p> <p>FK 5.1.9 Mengamalkan kebersihan di :  (i) kelas  (ii) tempat tinggal  (iii) tempat awam</p>	<p>FK 5 Pergerakan berirama (FK 4.1)</p> <p>FK 6 Kesihatan diri dan reproduktif (FK 5.1)</p>
--	---	---	--

<p><b>Jun – Ogos</b></p>	<p>FK 5.2 Memahami jenis penyakit dan cara mencegah penyakit</p> <p>FK 5.3 Menjaga keselamatan diri dan mendemonstrasi kemahiran kecekapan psikososial dalam kehidupan harian</p> <p>FK 6.1 Mengamalkan pemakanan yang sihat dan selamat</p>	<p>FK 5.2.1 Menunjukkan contoh cara untuk mengelakkan jangkitan penyakit</p> <p>FK 5.2.2 Menyatakan langkah-langkah pencegahan awal penyakit bawaan vektor</p> <p>FK 5.3.4 Mengenal pasti situasi yang berbahaya semasa di:</p> <p>(i) rumah</p> <p>(ii) sekolah</p> <p>(iii) taman permainan</p> <p>FK 5.3.5 Menunjuk cara penggunaan alatan dan bahan yang berbahaya dengan betul dan selamat</p> <p>FK 5.3.6 Menyatakan cara menyelesaikan masalah semasa menghadapi situasi yang tidak selamat</p> <p>FK 6.1.2 Menceritakan kepentingan pemakanan yang sihat</p> <p>FK 6.1.3 Menyatakan makanan yang berkhasiat dan tidak berkhasiat</p> <p>FK 6.1.4 Mengamalkan pemakanan yang seimbang</p>	<p>FK 7 Penjagaan keselamatan diri (FK 5.3)</p> <p>FK 8 Pemakanan sihat dan selamat (FK 6.1)</p>
<p><b>Sept – November</b></p>	<p>FK 2.1 Meneroka pelbagai pergerakan (kesedaran ruang)</p> <p>FK 3.1 Melakukan pelbagai kemahiran manipulasi</p> <p>FK 5.1 Mengaplikasi kemahiran membuat keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproduktif</p>	<p>FK 2.1.4 Melakukan pergerakan dalam laluan:</p> <p>(i) lurus</p> <p>(ii) melengkung</p> <p>(iii) spiral</p> <p>(iv) zig-zag</p> <p>FK 2.1.5 Melakukan pergerakan yang berbeza kelajuan</p> <p>FK 3.1.1 Membaling objek ke sasaran</p> <p>FK 3.1.2 Menendang bola:</p> <p>(i) secara bebas</p> <p>(ii) ke sasaran</p> <p>FK 5.1.3 Mengetahui anggota tubuh lelaki dan perempuan:</p> <p>(i) kepala – rambut, mata, telinga, hidung, mulut, bibir &amp; gigi</p> <p>(ii) badan – payu dara, dada, bahu &amp; punggung</p> <p>(iii) tangan</p> <p>(iv) kaki</p> <p>(v) organ genital – zakar &amp; faraj</p> <p>(vi) dubur</p> <p>FK 5.1.4 Mengetahui sentuhan selamat, sentuhan tidak selamat dan sentuhan tidak selesa</p>	<p>FK 4 Kemahiran manipulasi (FK 3.1)</p> <p>FK 6 Kesihatan diri dan reproduktif (FK 5.1)</p>