



KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

**KURIKULUM STANDARD SEKOLAH RENDAH**  
**Dokumen Penjajaran Kurikulum**  
**PENDIDIKAN JASMANI**  
**DAN PENDIDIKAN KESIHATAN**  
**TAHUN 1**

**EDISI 2**



## KATA PENGANTAR



Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) telah melaksanakan penjajaran kurikulum selaras dengan pengumuman pembukaan semula sekolah berdasarkan Takwim Persekolahan 2020 yang dipinda. Pada ketika itu, Kandungan Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR) telah dijajarkan bagi tujuan kegunaan pengajaran dan pembelajaran bagi memenuhi keperluan pembelajaran murid yang terkesan lanjutan daripada Perintah Kawalan Pergerakan (PKP).

Susulan penutupan semula sekolah sepenuhnya mulai 9 November 2020, sekolah telah melaksanakan pengajaran dan pembelajaran di rumah (PdPR) sehingga hari terakhir persekolahan bagi tahun 2020. Meskipun guru telah berusaha untuk melaksanakan PdPR, namun masih terdapat cabaran dari aspek pelaksanaannya yang akan memberi implikasi terhadap pembelajaran murid pada tahun 2021. Sehubungan dengan itu, KPM telah memutuskan untuk meneruskan pelaksanaan Penjajaran Kurikulum Versi 2.0 bagi tahun 2021.

Penjajaran Kurikulum Versi 2.0 merupakan usaha KPM bagi membantu guru untuk memastikan kelangsungan pembelajaran murid dilaksanakan. Kurikulum yang dijajarkan ini bukanlah

kurikulum baharu, tetapi kurikulum sedia ada yang disusun semula berdasarkan Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran (DSKP) KSSR serta ditambah baik daripada dokumen penjajaran kurikulum sebelumnya. Kandungan kurikulum disusun berdasarkan kandungan asas yang perlu dikuasai oleh murid. Manakala, kandungan tambahan dan pelengkap perlu diajar bagi menyokong keseluruhan pembelajaran sesuatu mata pelajaran yang boleh dilaksanakan melalui pelbagai kaedah dan teknik pembelajaran.

Harapan KPM agar guru dapat terus merancang dan melaksanakan pengajaran dan pembelajaran pada tahun 2021 dengan lebih berkesan. KPM juga merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam melaksanakan kurikulum yang dijajarkan.

### **Dr. LATIP BIN MUHAMMAD**

Timbalan Pengarah Kanan  
(Kluster Dasar dan Sains & Teknologi)  
Bahagian Pembangunan Kurikulum  
Kementerian Pendidikan Malaysia



# **KOMPONEN PENDIDIKAN JASMANI**



Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>KEMAHIRAN</b> Konsep Pergerakan	<p><b>Aspek 1 :</b>  <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b>                      1.1 Meneroka pelbagai corak pergerakan berdasarkan konsep pergerakan.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b>                      1.1.1 Melakukan pergerakan yang melibatkan kesedaran tubuh badan dari segi bentuk,imbangan, pemindahan berat badan dan layangan.                      1.1.2 Melakukan pergerakan yang melibatkan kesedaran ruang diri, ruang am dan batasan ruang dalam pelbagai arah dan aras.                      1.1.3 Melakukan pergerakan mengikut arah depan, belakang, kiri, kanan, atas dan bawah berdasarkan isyarat.</p>	<p><b>Aspek 1 :</b>  <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b>                      1.1 Meneroka pelbagai corak pergerakan berdasarkan konsep pergerakan.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b>                      1.1.4 Menukar arah dari hadapan ke belakang dan kiri ke kanan mengikut tempo, irama dan isyarat.                      1.1.5 Melakukan pergerakan dalam laluan lurus, berleengkok, spiral dan zig-zag.                      1.1.6 Melakukan pergerakan yang berbeza kelajuan berdasarkan tempo, irama dan isyarat.</p>	<p><b>Aspek 5 :</b>  <b>Kesukanan (Domain Afektif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b>                      5.1 Mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan.                      5.2 Menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b>                      5.1.1 Membuat persediaan diri sebelum, semasa dan selepas melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.                      5.1.2 Menggunakan alatan bersama-sama dan menunggu giliran semasa menjalankan aktiviti.                      5.1.3 Mematuhi arahan guru semasa melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>1.1.7 Melakukan pergerakan yang berbeza penggunaan daya antara ringan dengan berat.</p> <p><b>Aspek 2 :</b> <b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 2.1 Menggunakan pengetahuan konsep pergerakan semasa meneroka pelbagai corak pergerakan.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 2.1.1 Menyatakan bentuk badan,imbangan, pemindahan berat badan dan layangan semasa melakukan aktiviti.</p> <p>2.1.2 Mengenal pasti ruang diri pada pelbagai aras.</p> <p>2.1.3 Mengenal pasti ruang am.</p>	<p><b>Aspek 2 :</b> <b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan(Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 2.1 Menggunakan pengetahuan konsep pergerakan semasa meneroka pelbagai corak pergerakan.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 2.1.6 Menyatakan cara mengawal kelajuan semasa bergerak berdasarkan tempo, irama dan isyarat.</p>	<p>5.1.4 Mengenal dan mematuhi peraturan keselamatan di tempat melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.</p> <p>5.2.1 Mempamerkan rasa seronok melakukan aktiviti baharu dalam Pendidikan Jasmani.</p>



Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>2.1.4 Mengenal pasti arah pergerakan kiri, kanan, hadapan, belakang, atas dan bawah.</p> <p>2.1.5 Menyatakan laluan pergerakan.</p> <p>2.1.7 Mengenal pasti penggunaan daya yang berbeza dalam pergerakan.</p>		
<p><b>KEMAHIRAN</b> Pergerakan Asas Kemahiran Lokomotor dan Bukan Lokomotor</p>	<p><b>Aspek 1 :</b> <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 1.2 Melakukan pelbagai pergerakan lokomotor.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 1.2.1 Melakukan pergerakan berjalan, berlari, melompat, melompat sebelah kaki (hopping), mencongklang (galloping), menggelongsor, melonjak (leaping) dan berskip.</p>	<p><b>Aspek 1 :</b> <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 1.2 Melakukan pelbagai pergerakan lokomotor. 1.3 Melakukan pelbagai pergerakan bukan lokomotor.</p>	<p><b>Aspek 5 :</b> <b>Kesukuanan (Domain Afektif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 5.1 Mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan. 5.2 Menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti. 5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>1.2.2 Melakukan pergerakan melompat menggunakan kedua-dua belah kaki atau sebelah kaki dan mendarat menggunakan kedua-dua belah kaki dengan lutut difleksi.</p> <p>1.2.5 Melakukan pergerakan lokomotor mengikut irama.</p>	<p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>1.2.3 Melakukan pergerakan lokomotor dalam pelbagai arah, aras, laluan dan kelajuan dengan rakan dan alatan.</p> <p>1.2.4 Melakukan lompat tali yang diayun berulang-ulang oleh dua orang rakan.</p> <p>1.3.1 Melakukan pergerakan fleksi badan (membongkok), mengayun, memusing, mengilas, meregang, menolak, menarik dan mengimbang.</p> <p>1.3.2 Melakukan pergerakan bukan lokomotor dalam pelbagai satah, aras, pemindahan berat badan dan daya dengan rakan dan alatan.</p>	<p>5.4 Membentuk kumpulan dan bekerjasama dalam kumpulan semasa melakukan aktiviti.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>5.1.3 Mematuhi arahan guru semasa melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.</p> <p>5.2.2 Menerima cabaran, kemenangan dan kekalahan dalam permainan.</p> <p>5.3.1 Berkomunikasi dengan rakan dan guru semasa melakukan aktiviti fizikal.</p> <p>5.4.2 Mempamerkan rasa seronok semasa melakukan aktiviti dalam kumpulan.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
		<p>1.3.3 Melakukan pergerakan bukan lokomotor mengikut irama.</p> <p><b>Aspek 2 :</b> <b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>2.2 Menggunakan pengetahuan konsep pergerakan dan prinsip mekanik dalam pergerakan lokomotor dan bukan lokomotor.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>2.2.1 Menyatakan pergerakan lokomotor dan bukan lokomotor.</p> <p>2.2.2 Mengenal pasti kedudukan anggota badan semasa melakukan pergerakan lokomotor dan bukan lokomotor.</p>	

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
		2.2.3 Mengenal pasti perbezaan tempo semasa melakukan pergerakan lokomotor dan bukan lokomotor mengikut irama.	
<b>KEMAHIRAN</b> Pergerakan Asas Kemahiran Manipulasi	<p><b>Aspek 1 :</b> <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 1.4 Melakukan pelbagai kemahiran manipulasi.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 1.4.1 Melakukan balingan bawah tangan. 1.4.2 Melakukan balingan atas kepala. 1.4.3 Menangkap atau menerima objek yang dibaling secara perlahan.</p>	<p><b>Aspek 1 :</b> <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 1.4 Melakukan pelbagai kemahiran manipulasi.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 1.4.7 Memukul belon ke atas dengan menggunakan anggota badan. 1.4.8 Memukul belon ke atas menggunakan alatan.</p>	<p><b>Aspek 5 :</b> <b>Kesukanan (Domain Afektif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 5.1 Mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan. 5.2 Menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti. 5.4 Membentuk kumpulan dan bekerjasama dalam kumpulan semasa melakukan aktiviti.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>1.4.4 Menangkap bola yang dilambung sendiri.</p> <p>1.4.5 Menendang bola yang digolek.</p> <p>1.4.6 Menendang bola dan seterusnya berlari ke hadapan.</p> <p>1.4.9 Mengelecek bola ke depan menggunakan bahagian dalam kaki.</p> <p>1.4.10 Mengelecek bola berterusan menggunakan satu tangan.</p> <p><b>Aspek 2 : Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>2.3 Menggunakan pengetahuan konsep pergerakan dan prinsip mekanik bagi kemahiran manipulasi.</p>	<p><b>Aspek 2 : Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>2.3 Menggunakan pengetahuan konsep pergerakan dan prinsip mekanik bagi kemahiran manipulasi.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>2.3.2 Menyatakan kedudukan badan semasa membaling alatan.</p> <p>2.3.3 Menyatakan peranan tangan yang tidak membaling.</p> <p>2.3.4 Menyatakan kedudukan jari dan tangan yang betul semasa menangkap.</p> <p>2.3.5 Mengenal pasti kedudukan kaki semasa menendang.</p>	<p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>5.1.2 Menggunakan alatan bersama-sama dan menunggu giliran semasa menjalankan aktiviti.</p> <p>5.2.2 Menerima cabaran, kemenangan dan kekalahan dalam permainan.</p> <p>5.4.1 Mempamerkan aktiviti secara berpasangan.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>2.3.1 Mengenal pasti corak pergerakan yang melibatkan kemahiran balingan bawah tangan dan atas kepala.</p> <p>2.3.8 Mengenal pasti titik kontak atau sentuh pada objek yang dipukul.</p>	<p>2.3.6 Mengenal pasti pergerakan jari semasa mengelecek.</p> <p>2.3.7 Mengenal pasti kedudukan kaki semasa mengelecek.</p>	
<b>KEMAHIRAN</b> Pergerakan Berirama		<p><b>Aspek 1 :</b> <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>1.5 Melakukan pelbagai pergerakan mengikut irama.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>1.5.1 Meniru pergerakan pelbagai watak mengikut muzik yang didengar.</p>	<p><b>Aspek 2 :</b> <b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>2.4 Menggunakan pengetahuan konsep pergerakan bagi pergerakan berirama.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>2.4.1 Mengenal pasti kemahiran pergerakan yang ditiru daripada pelbagai watak berdasarkan konsep pergerakan mengikut irama.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
			<p><b>Aspek 5 :</b> <b>Kesukanan (Domain Afektif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>5.2 Menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti.</p> <p>5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti.</p> <p>5.4 Membentuk kumpulan dan bekerjasama dalam kumpulan semasa melakukan aktiviti.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>5.2.1 Mempamerkan rasa seronok melakukan aktiviti baharu dalam Pendidikan Jasmani.</p> <p>5.3.1 Berkomunikasi dengan rakan dan guru semasa melakukan aktiviti fizikal.</p> <p>5.4.2 Mempamerkan rasa seronok semasa melakukan aktiviti dalam kumpulan.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>KEMAHIRAN</b> Gimnastik Asas ■ Pergerakan Haiwan		<p><b>Aspek 1 :</b>  <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b>                      1.6 Melakukan penerokaan pergerakan haiwan.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b>                      1.6.1 Melakukan pelbagai pergerakan haiwan pada aras rendah, sederhana dan tinggi.                      1.6.2 Melakukan pergerakan haiwan pada pelbagai laluan.</p> <p><b>Aspek 2 :</b>  <b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b>                      2.5 Mengaplikasi konsep pergerakan dan prinsip mekanik bagi penerokaan pergerakan haiwan.</p>	<p><b>Aspek 5 :</b>  <b>Kesukanan (Domain Afektif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b>                      5.1 Mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan.                      5.2 Menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti.                      5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti.                      5.4 Membentuk kumpulan dan bekerjasama dalam kumpulan semasa melakukan aktiviti.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b>                      5.1.1 Membuat persediaan diri sebelum, semasa dan selepas melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.</p>



Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
		<p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>2.5.1 Mengenal pasti pergerakan haiwan yang diteroka.</p> <p>2.5.2 Menyatakan pemindahan berat badan semasa melakukan pergerakan haiwan.</p>	<p>5.1.3 Mematuhi arahan guru semasa melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.</p> <p>5.1.4 Mengenali dan mematuhi peraturan keselamatan di tempat melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani..</p> <p>5.2.1 Mempamerkan rasa seronok melakukan aktiviti baharu dalam Pendidikan Jasmani.</p> <p>5.3.1 Berkomunikasi dengan rakan dan guru semasa melakukan aktiviti fizikal.</p> <p>5.4.1 Mempamerkan aktiviti secara berpasangan.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>KEMAHIRAN</b> Gimnastik Asas <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kemahiran Imbangan</li> </ul>		<p><b>Aspek 1 :</b>  <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b>                      1.7 Melakukan kemahiran imbangan dengan lakuan yang betul.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b>                      1.7.1 Melakukan imbangan dengan sebelah kaki di sisi, depan dan belakang.                       1.7.2 Melakukan imbangan dengan empat, tiga, dua dan satu tapak sokongan pada bahagian badan.</p> <p><b>Aspek 2 :</b>  <b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b>                      2.6 Mengaplikasi konsep pergerakan dan prinsip mekanik bagi kemahiran imbangan.</p>	

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
		<p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>2.6.1 Mengenal pasti kedudukan anggota badan yang membantu kestabilan.</p> <p>2.6.2 Menyatakan perkaitan antara bilangan tapak sokongan dengan kestabilan.</p>	
<p><b>KEMAHIRAN</b> Gimnastik Asas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kemahiran Putaran</li> </ul>	<p><b>Aspek 1 : Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>1.8 Melakukan kemahiran putaran.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>1.8.1 Melakukan putaran menegak separa dan penuh.</p> <p>1.8.2 Melakukan guling balak berterusan.</p> <p>1.8.3 Melakukan guling sisi.</p> <p>1.8.4 Melakukan guling depan posisi <i>tuck</i>.</p>	<p><b>Aspek 2 : Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>2.7 Mengaplikasi konsep pergerakan dan prinsip mekanik bagi kemahiran putaran.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>2.7.1 Menyatakan bahagian anggota badan yang boleh digunakan untuk melakukan aktiviti putaran menegak.</p>	

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
		2.7.2 Mengenal pasti perubahan kedudukan badan semasa melakukan guling balak, guling sisi dan guling depan.	
<b>KEMAHIRAN</b> Akuatik Asas	<p><b>Aspek 1 :</b> <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 1.9 Melakukan kemahiran keyakinan dan keselamatan dalam air.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 1.9.2 Melakukan kemahiran masuk ke dalam air, berdiri, berjalan, <i>bobbing</i>, mengapung tiarap, meluncur (<i>glide</i>) dan berdiri dalam air dari posisi apungan tiarap.</p>	<p><b>Aspek 1 :</b> <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 1.9 Melakukan kemahiran keyakinan dan keselamatan dalam air.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 1.9.1 Mematuhi peraturan di kolam renang.</p>	<p><b>Aspek 5 :</b> <b>Kesukanan (Domain Afektif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 5.1 Mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan. 5.2 Menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti. 5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 5.1.1 Membuat persediaan diri sebelum, semasa dan selepas melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p><b>Aspek 2 :</b> <b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 2.8 Menggunakan pengetahuan konsep dan prinsip mekanik dalam keyakinan dan keselamatan di air.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 2.8.2 Mengenal pasti kemahiran <i>bobbing</i> yang betul. 2.8.3 Mengenal pasti kemahiran apungan tiarap yang betul. 2.8.4 Mengenal pasti kemahiran luncur yang betul.</p>	<p><b>Aspek 2 :</b> <b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 2.8 Menggunakan pengetahuan konsep dan prinsip mekanik dalam keyakinan dan keselamatan di air.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 2.8.1 Mengenal pasti peraturan di kolam renang.</p>	<p>5.1.3 Mematuhi arahan guru semasa melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.</p> <p>5.2.1 Mempamerkan rasa seronok melakukan aktiviti baharu dalam Pendidikan Jasmani.</p> <p>5.3.1 Berkomunikasi dengan rakan dan guru semasa melakukan aktiviti fizikal.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>KEMAHIRAN</b> Rekreasi dan Kesenggangan		<p><b>Aspek 1 :</b> <b>Kemahiran Pergerakan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 1.10 Melakukan aktiviti rekreasi dan kesenggangan.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 1.10.1 Menggunakan kemahiran lokomotor dan manipulasi semasa melakukan permainan tradisional seperti Datuk Harimau dan Congkak. 1.10.2 Membina istana pasir dan mereka cipta objek menggunakan plastisin atau blok mainan.</p> <p><b>Aspek 2 :</b> <b>Aplikasi Pengetahuan Dalam Pergerakan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 2.9 Mengaplikasi strategi dan idea kreatif dalam aktiviti rekreasi dan kesenggangan.</p>	<p><b>Aspek 5 :</b> <b>Kesukanan (Domain Afektif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 5.1 Mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan. 5.2 Menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti. 5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti. 5.4 Membentuk kumpulan dan bekerjasama dalam kumpulan semasa melakukan aktiviti.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 5.1.4 Mengenali dan mematuhi peraturan keselamatan di tempat melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
		<p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>2.9.1 Menenal pasti cara bermain permainan tradisional.</p> <p>2.9.2 Menerangkan reka bentuk istana pasir dan objek yang dibina.</p>	<p>5.2.1 Mempamerkan rasa seronok melakukan aktiviti baharu dalam Pendidikan Jasmani.</p> <p>5.3.1 Berkomunikasi dengan rakan dan guru semasa melakukan aktiviti fizikal.</p> <p>5.4.2 Mempamerkan rasa seronok melakukan aktiviti dalam kumpulan.</p>
<p><b>KECERGASAN</b> Konsep Kecergasan</p>		<p><b>Aspek 3 :</b> <b>Kecergasan Meningkatkan Kesihatan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>3.1 Melakukan aktiviti fizikal berpandukan konsep kecergasan.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>3.1.1 Melakukan pelbagai jenis aktiviti seperti berjalan, berlari dan regangan yang boleh meningkatkan suhu badan dan otot, kadar pernafasan dan kadar nadi.</p>	<p><b>Aspek 5 :</b> <b>Kesukanan (Domain Afektif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>5.1 Mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan.</p> <p>5.2 Menunjukkan keyakinan dan tanggungjawab sendiri semasa melakukan aktiviti.</p> <p>5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
		<p>3.1.2 Melakukan aktiviti yang boleh menurunkan kadar pernafasan dan kadar nadi.</p> <p><b>Aspek 4 :</b> <b>Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>4.1 Mengaplikasi konsep kecergasan semasa melakukan aktiviti fizikal.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>4.1.1 Mengenal pasti aktiviti memanaskan dan menyejukkan badan.</p> <p>4.1.2 Mengenal pasti tujuan memanaskan badan dan menyejukkan badan.</p> <p>4.1.3 Menyatakan keperluan air sebelum, semasa dan selepas melakukan aktiviti fizikal.</p>	<p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>5.1.3 Mematuhi arahan guru semasa melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani.</p> <p>5.2.2 Menerima cabaran, kemenangan dan kekalahan dalam permainan.</p> <p>5.3.1 Berkomunikasi dengan rakan dan guru semasa melakukan aktiviti fizikal.</p>



Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<p><b>KECERGASAN</b> Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kapasiti Aerobik</li> </ul>	<p><b>Aspek 3 :</b> <b>Kecergasan Meningkatkan Kesihatan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 3.2 Melakukan aktiviti yang meningkatkan kapasiti aerobik.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 3.2.1 Melakukan aktiviti berterusan dalam jangka masa yang ditetapkan.</p> <p><b>Aspek 4 :</b> <b>Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 4.2 Mengaplikasi konsep asas kapasiti aerobik.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 4.2.1 Menamakan organ utama yang mengepam darah.</p>		<p><b>Aspek 5 :</b> <b>Kesukanan (Domain Afektif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b> 5.1 Mematuhi dan mengamalkan elemen pengurusan dan keselamatan. 5.3 Berkomunikasi dalam pelbagai cara semasa melakukan aktiviti. 5.4 Membentuk kumpulan dan bekerjasama dalam kumpulan semasa melakukan aktiviti.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b> 5.1.1 Membuat persediaan diri sebelum, semasa dan selepas melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani. 5.1.3 Mematuhi arahan guru semasa melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani. 5.3.1 Berkomunikasi dengan rakan dan guru semasa melakukan aktiviti fizikal.</p>

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>4.2.2 Menyatakan hubungan antara jantung dengan paru-paru semasa melakukan aktiviti fizikal.</p> <p>4.2.3 Menyatakan aktiviti yang boleh menguatkan jantung.</p>		<p>5.4.1 Mempamerkan aktiviti secara berpasangan.</p> <p>5.4.2 Mempamerkan rasa seronok semasa melakukan aktiviti dalam kumpulan.</p>
<p><b>KECERGASAN</b> Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kelenturan</li> </ul>	<p><b>Aspek 3 :</b> <b>Kecergasan Meningkatkan Kesihatan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>3.3 Melakukan senaman kelenturan dengan lakuan yang betul.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>3.3.1 Melakukan senaman regangan dinamik dan statik pada sendi-sendi utama.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p><b>Aspek 4 :</b>  <b>Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b>                      4.3 Mengaplikasi konsep asas kelenturan.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b>                      4.3.1 Mengenal pasti cara regangan yang betul.                      4.3.2 Mengenal pasti senaman regangan statik dan dinamik pada sendi-sendi utama.                      4.3.3 Menyatakan tujuan melakukan senaman regangan.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<p><b>KECERGASAN</b> Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Daya Tahan dan Kekuatan Otot</li> </ul>	<p><b>Aspek 3 :</b> <b>Kecergasan Meningkatkan Kesihatan (Domain Psikomotor)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>3.4 Melakukan senaman meningkatkan daya tahan dan kekuatan otot dengan lakuan yang betul.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>3.4.1 Mengekalkan posisi sedia tekan tubi dalam suatu jangka masa.</p> <p>3.4.2 Mengekalkan posisi separa cangkung (half squat) dalam suatu jangka masa.</p> <p>3.4.3 Melakukan pergerakan dari duduk ke berdiri tanpa sokongan.</p> <p>3.4.4 Melakukan pergerakan dari baring ke duduk tanpa sokongan.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>3.4.5 Melakukan aktiviti bergayut dan meniti pada palang menggunakan tangan.</p> <p>3.4.6 Melakukan ringkuk tubi separa.</p> <p>3.4.7 Melakukan senaman untuk membina otot teras badan (core muscle).</p> <p><b>Aspek 4 : Aplikasi Pengetahuan Meningkatkan Kecergasan (Domain Kognitif)</b></p> <p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>4.4 Mengaplikasi konsep asas kekuatan dan daya tahan otot.</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>4.4.1 Menyatakan kelebihan mempunyai otot yang kuat.</p> <p>4.4.2 Menyatakan kelebihan mempunyai otot yang boleh bekerja berulang-ulang dalam satu jangka masa.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	4.4.3 Mengenal pasti otot utama pada bahagian badan semasa melakukan senaman daya tahan otot.		
<b>KECERGASAN</b> Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Komposisi Badan</li> </ul>		<b>Aspek 3 :</b> <b>Kecergasan Meningkatkan Kesihatan (Domain Psikomotor)</b>  <b>Standard Kandungan</b> 3.5 Melakukan aktiviti yang melibatkan komposisi badan.  <b>Standard Pembelajaran</b> 3.5.1 Mengukur ketinggian dan menimbang berat badan.  <b>Aspek 4 :</b> <b>Pengetahuan Konsep Kecergasan (Domain Kognitif)</b>  <b>Standard Kandungan</b> 4.5 Membuat perkaitan antara komposisi badan dengan kecergasan fizikal.	

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
		<p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>4.5.1 Mengenal pasti komponen dalam badan iaitu tulang, otot, organ dan lemak.</p> <p>4.5.2 Mengenali bentuk badan kurus, sederhana dan berlebihan berat badan.</p>	





# **KOMPONEN PENDIDIKAN KESIHATAN**



Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
1.0 KESIHATAN DIRI DAN REPRODUKTIF	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>1.1 Kemahiran membuat keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproduktif</p> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>1.1.1 Mengetahui anggota tubuh lelaki dan perempuan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kepala <ul style="list-style-type: none"> <li>(i) Rambut</li> <li>(ii) Mata</li> <li>(iii) Telinga</li> <li>(iv) Hidung</li> <li>(v) Mulut</li> <li>(vi) Bibir</li> <li>(vii) Gigi</li> </ul> </li> <li>• Badan <ul style="list-style-type: none"> <li>(i) Payu dara</li> <li>(ii) Dada</li> <li>(iii) Bahu</li> <li>(iv) Punggung</li> </ul> </li> </ul>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tangan</li> <li>• Paha</li> <li>• Kaki</li> <li>• Kuku</li> <li>• Organ genital                             <ul style="list-style-type: none"> <li>(i) Zakar</li> <li>(ii) Faraj</li> </ul> </li> <li>• Dubur</li> </ul> <p>1.1.2 Memahami kepentingan menjaga kebersihan fizikal.</p> <p>1.1.3 Mengaplikasikan cara menjaga kebersihan fizikal, pakaian dan alatan keperluan diri.</p> <p>1.1.4 Menilai kesan sekiranya tidak menjaga kebersihan fizikal dan berkongsi alatan keperluan diri.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
1.0 KESIHATAN DIRI DAN REPRODUKTIF	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>1.2 Kemahiran menangani pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproduktif</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentuhan selamat</li> <li>• Sentuhan tidak selamat</li> <li>• Sentuhan tidak selesa</li> </ul> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>1.2.1 Mengetahui sentuhan selamat, sentuhan tidak selamat dan sentuhan tidak selesa.</p> <p>1.2.2 Memahami sebab anggota tubuh dan organ genital hanya boleh disentuh oleh ibu atau doktor untuk tujuan kebersihan, kesihatan dan keselamatan.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>1.2.3 Mengaplikasikan kemahiran berkata TIDAK kepada sentuhan tidak selamat dan sentuhan tidak selesa.</p> <p>1.2.4 Menilai situasi yang memerlukan kemahiran berkata TIDAK kepada sentuhan tidak selamat dan sentuhan tidak selesa.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>2.0 PENYALAHGUNAAN BAHAN</b>	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>2.1 Kemahiran menangani situasi berisiko terhadap penyalahgunaan bahan kepada diri, keluarga dan masyarakat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubat</li> </ul> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>2.1.1 Mengetahui ubat dan kegunaannya.</p> <p>2.1.2 Memahami kepentingan ubat dan mematuhi preskripsi doktor.</p> <p>2.1.3 Memahami bahaya pengambilan ubat selepas tarikh luput.</p> <p>2.1.4 Memahami bahaya pengambilan ubat orang lain.</p> <p>2.1.5 Menilai kepentingan menyimpan ubat di tempat yang betul dan selamat.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>3.0 PENGURUSAN MENTAL DAN EMOSI</b>	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>3.1 Kemahiran mengurus mental dan emosi dalam kehidupan harian</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emosi</li> <li>• Keperluan</li> <li>• Kehendak</li> </ul> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>3.1.1 Mengetahui pelbagai emosi iaitu gembira, sedih, takut, marah dan malu.</p> <p>3.1.2 Memahami kepentingan meluahkan emosi yang sesuai mengikut situasi.</p> <p>3.1.3 Memahami maksud keperluan dan kehendak dalam kehidupan.</p> <p>3.1.4 Menganalisis cara mengurus emosi secara berkesan untuk memenuhi keperluan dan kehendak dalam kehidupan.</p>		



Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
4.0 KEKELUARGAAN	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>4.1 Peranan diri sendiri dan ahli keluarga serta kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ahli keluarga</li> <li>• Penjaga</li> </ul> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>4.1.1 Mengetahui peranan ahli keluarga dan penjaga.</p> <p>4.1.2 Mengetahui keistimewaan diri, ahli keluarga dan penjaga.</p> <p>4.1.3 Mengaplikasikan cara menghormati diri, ahli keluarga dan penjaga.</p> <p>4.1.4 Menganalisis cara berkomunikasi yang berkesan dengan ahli keluarga dan penjaga.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>5.0 PERHUBUNGAN</b>	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>5.1 Kemahiran interpersonal dan komunikasi berkesan dalam kehidupan harian</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Etiket perhubungan dengan ibu bapa, penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan orang lain</li> </ul> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>5.1.1 Mengetahui cara menjalin hubungan yang sihat dengan ibu bapa, penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan orang lain.</p> <p>5.1.2 Memahami kepentingan menjalin hubungan yang sihat dengan ibu bapa, penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan orang lain.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>5.1.3 Mengaplikasikan etiket perhubungan antara diri dengan ibu bapa, penjaga, ahli keluarga, rakan sebaya dan orang lain.</p> <p>5.1.4 Menilai situasi yang memerlukan kemahiran berkata TIDAK kepada sentuhan tidak selamat dan sentuhan tidak selesa dalam perhubungan.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
6.0 PENYAKIT	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>6.1 Kemahiran mencegah dan mengurangkan faktor risiko penyakit dalam kehidupan harian</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kuman</li> </ul> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>6.1.1 Mengetahui maksud kuman dan cara kuman merebak.</p> <p>6.1.2 Mengetahui penyakit bawaan kuman.</p> <p>6.1.3 Memahami kepentingan menjaga kebersihan diri untuk mencegah kuman daripada merebak.</p> <p>6.1.4 Mengaplikasikan cara menjaga kebersihan diri untuk mencegah penyakit.</p> <p>6.1.5 Menilai akibat jika kebersihan diri diabaikan.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>7.0 KESELAMATAN</b>	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>7.1 Kemahiran kecekapan psikososial untuk menjaga keselamatan diri</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keselamatan diri</li> <li>• Buli</li> </ul> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>7.1.1 Mengetahui situasi tidak selamat di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam.</p> <p>7.1.2 Mengetahui cara menjaga keselamatan diri daripada situasi tidak selamat di rumah, sekolah, taman permainan dan tempat awam.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>7.1.3 Memahami maksud buli, pembuli dan mangsa buli serta kesan perbuatan buli.</p> <p>7.1.4 Mengaplikasikan kemahiran berkata TIDAK dan mengelak diri daripada membuli dan dibuli.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>8.0 PEMAKANAN</b>	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>8.1 Amalan pemakanan sihat dan selamat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Makanan dan pemakanan yang berkhasiat</li> </ul> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>8.1.1 Mengetahui jenis makanan yang berkhasiat.</p> <p>8.1.2 Memahami kepentingan pengambilan makanan yang berkhasiat.</p> <p>8.1.3 Mengaplikasikan cara menyimpan makanan dan minuman supaya bersih serta selamat.</p> <p>8.1.4 Menganalisis kepentingan pengambilan sarapan, makan tengah hari dan makan malam yang berkhasiat kepada kesihatan diri.</p>		

Bidang	Standard Kandungan / Standard Pembelajaran		
	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
9.0 PERTOLONGAN CEMAS	<p><b>Standard Kandungan</b></p> <p>9.1 Pengetahuan asas pertolongan cemas dan kemahiran bertindak dengan bijak mengikut situasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situasi kecemasan</li> </ul> <p><b>Standard Pembelajaran</b></p> <p>9.1.1 Mengetahui situasi kecemasan.</p> <p>9.1.2 Memahami tindakan yang perlu diambil sewaktu berlaku kecemasan.</p> <p>9.1.3 Mengaplikasikan kemahiran meminta bantuan apabila berlaku kecemasan.</p>		





**Bahagian Pembangunan Kurikulum  
Kementerian Pendidikan Malaysia  
Aras 4-8 Blok E9, Kompleks Kerajaan Parcel E  
62604 Putrajaya  
Tel: 03-8884 2000 Fax: 03-8888 9917**