**RANCANGAN PENGAJARAN TAHUN 2020   
DOKUMEN PENJAJARAN KURIKULUM**

**TINGKATAN 2 KSSM**

**PENDIDIKAN KESIHATAN**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **MINGGU / TARIKH** | **TAJUK / TEMA / STANDARD KANDUNGAN** | **STANDARD PEMBELAJARAN** | | |
|  |  | ASAS | TAMBAHAN | PELENGKAP |
| PENGGAL 2  MINGGU 26  15.07.2020  I  17.07.2020 | 1.0 KESIHATAN DIRI DAN REPRODUKTIF  Standard Kandungan  1.1 Kemahiran membuat keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproduktif  Menangani kecelaruan:   Identiti seksual   Orientasi seksual | 1.1.1 Menghuraikan maksud identiti seksual iaitu setiap orang dilahirkan sama ada sebagai lelaki atau perempuan.  1.1.2 Menghuraikan maksud orientasi seksual iaitu  keinginan seksual terhadap berlainan jantina atau sesama jantina atau kedua-duanya sekali.  . |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 27  20.07.2020  I  24.07.2020 |  | 1.1.3 Menjana idea cara untuk menangani kecelaruan  identiti seksual dan orientasi seksual yang bertentangan dengan agama serta budaya dalam masyarakat Malaysia. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 28  27.07.2020  I  31.07.2020 | 2.0 PENYALAHGUNAAN BAHAN  2.1 Kemahiran menangani situasi berisiko terhadap  penyalahgunaan bahan kepada diri, keluarga dan masyarakat  Cara menangani:   Risiko penyalahgunaan  bahan | 2.1.1 Menghuraikan risiko penyalahgunaan bahan. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 29  3.08.2020  I  7.08.2020 |  | 2.1.2 Mengaplikasikan kemahiran kecekapan  psikososial dalam menangani risiko penyalahgunaan bahan.  2.1.3 Menilai faedah tidak melibatkan diri dalam  penyalahgunaan bahan. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 30  10.08.2020  I  14.08.2020 | 3.0 PENGURUSAN MENTAL DAN EMOSI  3.1 Kemahiran mengurus mental dan emosi dalam kehidupan harian  Cara mengendali:   Pengurusan konflik   Pengurusan stres | 3.1.1 Menyatakan pelbagai situasi konflik dan situasi stres. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 31  17.08.2020  I  19.08.2020 |  | 3.1.2 Mengaplikasikan cara mengurus konflik dan  mengurus stres.  3.1.3 Menilai kesan konflik dan kesan stres terhadap  kesihatan diri dan keluarga. |  |  |
|  | CUTI PERTENGAHAN PENGGAL 2  20.8.2020 – 24.08.2020 | | | |
| PENGGAL 2  MINGGU 32  25.08.2020  I  28.08.2020 | 4.0 KEKELUARGAAN  4.1 Peranandirisendiridan ahli keluarga serta  kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga  Kepentingan merapatkan:  Jurang generasi | 4.1.1 Menyatakan maksud jurang generasi.  4.1.2 Menganalisis jurang generasi dalam  keluarga. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 33  31.08.2020  I  04.09.2020 |  | 4.1.3 Menilai kepentingan merapatkan jurang  generasi dalam keluarga.  4.1.4 Menjana idea cara merapatkan jurang  generasi dalam keluarga. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 34  7.09.2020  I  11.09.2020 | 5.0 PERHUBUNGAN  5.1 Kemahiran interpersonal dan komunikasi berkesan dalam kehidupan harian  Kepentingan menghargai:   Nilai dalam  perhubungan   Batas perhubungan | 5.1.1 Membincangkan nilai dalam perhubungan dan batas perhubungan yang sihat. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 35  14.09.2020  I  18.09.2020 |  | 5.1.2 Menganalisis cara menjalin perhubungan dan mengekalkan batas perhubungan yang sihat.  5.1.3 Menilai kebaikan mengamalkan batas  perhubungan yang sihat dalam kehidupan harian. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 36  21.09.2020  I  25.09.2020 | 6.0 PENYAKIT  6.1 Kemahiranmencegahdan mengurangkan faktor risiko penyakit dalam kehidupan harian  Penyakit tidak berjangkit:   Diabetes   Hipertensi   Penyakit kardiovaskular   Penyakit respiratori  kronik | 6.1.1 Membincangkan penyakit tidak berjangkit iaitu diabetes, hipertensi,  penyakit kardiovaskular dan penyakit respiratori kronik. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 37  28.09.2020  I  2.10.2020 |  | 6.1.2 Mengaplikasikan cara mencegah diabetes,  hipertensi, penyakit kardiovaskular dan penyakit respiratori kronik.  6.1.3 Menilai akibat jika tidak mengamalkan gaya hidup sihat. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 38  5.10.2020  I  9.10.2020 | 7.0 KESELAMATAN  7.1 Kemahiran kecekapan psikososial untuk menjaga keselamatan diri  Berkata TIDAK kepada:   Gangguan seksual   Penderaan seksual | 7.1.1 Membincangkan tentang gangguan seksual dan  penderaan seksual. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 39  12.10.2020  I  16.10.2020 |  | 7.1.2 Mengaplikasikan kemahiran berkata TIDAK kepada gangguan seksual dan penderaan seksual.  7.1.3 Menjana idea cara menangani gangguan  seksual dan penderaan seksual. |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 40  19.10.2020  I  23.10.2020 | 8.0 PEMAKANAN  8.1 Amalan pemakanan sihat dan selamat.  Kepentingan menjaga:   Keselamatan makanan   Kualiti makanan |  | 8.1.1 Membincangkan tentang keselamatan makanan  dan kualiti makanan. |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 41  26.10.2020  I  30.10.2020 |  |  | 8.1.2 Mengaplikasikan cara memilih makanan yang  selamat dan berkualiti untuk mengelak keracunan dalam pemakanan harian. |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 42  1.11.2020  I  6.11.2020 |  |  | 8.1.3 Menilai makanan yang diambil berdasarkan  keselamatan makanan dan kualiti makanan . |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 43  9.11.2020  I  13.11.2020 | 9.0 PERTOLONGAN CEMAS  9.1 Pengetahuan asas pertolongan cemas dan kemahiran bertindak dengan bijak mengikut situasi  Mengetahui prosedur:  T.O.T.A.P.S. |  | 9.1.1 Menerangkan prinsip dan prosedur T.O.T.A.P.S. |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 44  16.11.2020  I  20.11.2020 |  |  | 9.1.2 Mengaplikasikan prinsip dan prosedur  T.O.T.A.P.S. |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 45  23.11.2020  I  27.11.2020 |  |  | 9.1.3 Menilai tindakan yang diambil semasa  melaksanakan prosedur T.O.T.A.P.S. |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 46  30.11.2020  I  4.12.2020 |  |  |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 47  7.12.2020  I  11.12.2020 |  | PEPERIKSAAN AKHIR TAHUN |  |  |
| PENGGAL 2  MINGGU 48  14.12.2020  I  18.12.2020 |  | ANUGERAH PELAJAR CEMERLANG |  |  |
|  | **CUTI AKHIR TAHUN 19.12.2020-31.12.2020** | | | |