**PRAKATA**

Alhamdulilllah, Terima kasih kepada rakan-rakan guru dan team sumberpendidikan kerana menyediakan RPT 2023/2024 untuk kegunaan guru-guru di Malaysia.
Muaturun Percuma… **\*\*DILARANG UNTUK MENGAMBIL SEBARANG BENTUK DAN JENIS KEUNTUNGAN DARIPADA PIHAK KAMI DAN WEB INI SAMA ADA SECARA LANGSUNG ATAU TIDAK LANGSUNG.\*\***

****

RANCANGAN PENGAJARAN TAHUNAN

2023/2024

PENDIDIKAN KESIHATAN

TAHUN 5

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| MINGGU | STANDARD KANDUNGAN | STANDARD PEMBELAJARAN | CATATAN |
| MINGGU 1KUMPULAN A19 Mac – 23 Mac 2024KUMPULAN B20 Mac – 24 Mac 2024 | **1.1 Kemahiran membuat keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproduktif**** Sistem reproduktif manusia** | **1.1.1 Mengetahui sistem reproduktif lelaki dan****perempuan.** |  |
| MINGGU 2KUMPULAN A26 Mac – 30 Mac 2023KUMPULAN B27 Mac – 31 Mac 2023 |  | **1.1.2 Memahami kaitan sistem reproduktif lelaki dan perempuan dengan asas kejadian manusia.** |  |
| MINGGU 3KUMPULAN A2 April – 6 April 2023KUMPULAN B3 April – 7 April 2023 |  | **1.1.3 Mengaplikasikan kemahiran mengira****kitaran haid.** |  |
| MINGGU 4KUMPULAN A9 April – 13 April 2023KUMPULAN B10 April – 14 April 2023 |  | **1.1.4 Menjana idea kepentingan mengira****kitaran haid.** |  |
| MINGGU 5KUMPULAN A16 April – 20 AprilKUMPULAN B17 April – 21 April | **1.2 Kemahiran menangani****pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproduktif**** Peraturan tingkah laku** | **1.2.1 Mengetahui peraturan tingkah laku dalam****aspek seksualiti sebagai lelaki atau perempuan.** |  |
| KUMPULAN A23 April – 27 April 2023KUMPULAN B24 April – 28 April 2023 | **Cuti Pertengahan Penggal 1** |  |  |
| MINGGU 6KUMPULAN A30 April – 4 Mei 2023KUMPULAN B1 Mei – 5 Mei 2023 |  | **1.2.2 Mengaplikasikan kemahiran peraturan****tingkah laku dalam kehidupan harian.** |  |
| MINGGU 7KUMPULAN A7 Mei – 11 Mei 2023KUMPULAN B8 Mei – 12 Mei 2023 |  | **1.2.3 Menilai kepentingan menjaga kehormatan****anggota seksual diri dan orang lain.** |  |
| MINGGU 8KUMPULAN A14 Mei – 18 Mei 2023KUMPULAN B15 Mei – 19 Mei 2023 | **2.1 Kemahiran menangani situasi****berisiko terhadap penyalahgunaan bahan kepada diri, keluarga dan masyarakat**** Bahaninhalan** | **2.1.1 Mengetahui pelbagai jenis bahan inhalan.** |  |
| MINGGU 9KUMPULAN A21 Mei – 25 Mei 2023KUMPULAN B22 Mei – 26 Mei 2023 |  | **2.1.2 Menjelaskan kesan penyalahgunaan bahan****inhalan kepada kesihatan diri.** |  |
| KUMPULAN A28 Mei – 1 Jun 2023KUMPULAN B29 Mei – 2 Jun 2023 | **Cuti Penggal 1** |  |  |
| MINGGU 10KUMPULAN A4 Jun – 8 Jun 2023KUMPULAN B5 Jun – 9 Jun 2023 |  | **2.1.3 Mengaplikasikan kemahiran berkata****TIDAK kepada penyalahgunaan bahan inhalan.** |  |
| MINGGU 11KUMPULAN A11 Jun – 15 Jun 2023KUMPULAN B12 Jun – 16 Jun 2023 |  | **2.1.4 Menjana idea cara menangani****penyalahgunaan bahan inhalan.** |  |
| MINGGU 12KUMPULAN A18 – 22 Jun 2023KUMPULAN B19 – 23 Jun 2023 | **3.1 Kemahiran mengurus mental****dan emosi dalam kehidupan harian**** Konflik dan stres dalam kalangan ahli keluarga** | **3.1.1 Mengenal pasti situasi konflik dan stres dalam kalangan ahli keluarga.** |  |
| MINGGU 13KUMPULAN A25 Jun – 29 Jun 2023KUMPULAN B26 Jun – 30 Jun 2023 |  | **3.1.2 Menjelaskan kesan konflik dan stres****terhadap keluarga.** |  |
| MINGGU 14KUMPULAN A2 Julai – 6 Julai 2023KUMPULAN B3 Julai – 7 Julai 2023 |  | **3.1.3 Menjana idea cara mengurus konflik dan****stres dalam mengekalkan ikatan kekeluargaan.** |  |
| MINGGU 15KUMPULAN A9 Julai – 13 Julai 2023KUMPULAN B10 Julai – 14 Julai 2023 | **4.1 Peranan diri sendiri dan ahli****keluarga serta kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga**** Penderaan dalam keluarga** | **4.1.1 Memahami kepentingan****menangani penderaan dalam keluarga.** |  |
| MINGGU 16KUMPULAN A16 Julai – 20 Julai 2023KUMPULAN B17 Julai – 21 Julai 2023 |  | **4.1.2 Mengaplikasikan kemahiran berkata****TIDAK kepada penderaan dalam keluarga.** |  |
| MINGGU 17KUMPULAN A23 Julai – 27 Julai 2023KUMPULAN B24 Julai – 28 Julai 2023 |  | **4.1.3 Menjana idea cara meminta bantuan untuk****menangani penderaan dalam keluarga.** |  |
| MINGGU 18KUMPULAN A30 Julai – 3 Ogos 2023KUMPULAN B31 Julai – 4 Ogos 2023 | **5.1 Kemahiran interpersonal****dan komunikasi berkesan dalam kehidupan harian**** Persahabatan yang sihat** | **5.1.1 Memahami ciri-ciri persahabatan yang****sihat.** |  |
| MINGGU 19KUMPULAN A6 Ogos – 10 Ogos 2023KUMPULAN B7 Ogos – 11 Ogos 2023 |  | **5.1.2 Mengaplikasikan kemahiran kecekapan****psikososial dalam menjalin persahabatan yang sihat.** |  |
| MINGGU 20KUMPULAN A13 Ogos – 17 Ogos 2023KUMPULAN B14 Ogos – 18 Ogos 2023 |  | **5.1.3 Menilai persahabatan yang sihat.** |  |
| MINGGU 21KUMPULAN A20 Ogos – 24 Ogos 2023KUMPULAN B21 Ogos – 25 Ogos 2023 |  |  |  |
| KUMPULAN A27 Ogos – 31 Ogos 2023KUMPULAN B28 Ogos – 1 Sept 2023 | **Cuti Penggal 2** |  |  |
| MINGGU 22KUMPULAN A3 Sept – 7 Sept 2023KUMPULAN B4 Sept – 8 Sept 2023 | **6.1 Kemahiran mencegah dan****mengurangkan faktor risiko penyakit dalam kehidupan harian**** Demam campak**** Rubella  Cacar air  Beguk** | **6.1.1 Mengetahui simptom demam campak, rubella, cacar air dan beguk.** |  |
| MINGGU 23KUMPULAN A10 Sept – 14 Sept 2023KUMPULAN B11 Sept – 15 Sept 2023 |  | **6.1.2 Berkomunikasi mengenai cara mencegah demam campak, rubella, cacar air dan beguk daripada merebak.** |  |
| MINGGU 24KUMPULAN A17 Sept – 21 Sept 2023KUMPULAN B18 Sept – 22 Sept 2023 | **7.1 Kemahiran kecekapan****psikososial untuk menjaga keselamatan diri**** Pengaruh rakan sebaya** | **7.1.1 Mengetahui pengaruh rakan sebaya dalam****kehidupan harian.** |  |
| MINGGU 25KUMPULAN A24 Sept – 28 Sept 2023KUMPULAN B25 Sept – 29 Sept 2023 |  | **7.1.2 Menilai pengaruh rakan sebaya dalam****kehidupan harian.** |  |
| MINGGU 26KUMPULAN A1 Oktober – 5 Oktober 2023KUMPULAN B2 Oktober – 6 Oktober 2023 |  | **7.1.3 Menjana idea cara menangani pengaruh negatif rakan sebaya.** |  |
| MINGGU 27KUMPULAN A8 Oktober – 12 Oktober 2023KUMPULAN B9 Oktober – 13 Oktober 2023 |  |  |  |
| MINGGU 28KUMPULAN A15 Oktober – 19 Oktober 2023KUMPULAN B16 Oktober – 20 Oktober 2023 | **8.1 Amalan pemakanan sihat****dan selamat  Nutrien** |  |  |
| MINGGU 29KUMPULAN A22 Oktober – 26 Oktober 2023KUMPULAN B23 Oktober – 27 Oktober 2023 |  | **8.1.1 Menyatakan kepentingan****pengambilan nutrien daripada pelbagai jenis makanan.** |  |
| MINGGU 30KUMPULAN A29 Oktober – 2 November 2023KUMPULAN B30 Oktober – 3 November 2023 |  | **8.1.2 Menjelaskan kepentingan membaca****maklumat nutrien pada label makanan.** |  |
| MINGGU 31KUMPULAN A5 November – 9 November 2023KUMPULAN B6 November – 10 November 2023 |  |  |  |
| MINGGU 32KUMPULAN A12 November –16 November 2023KUMPULAN B13 November –17 November 2023 |  | **8.1.3 Menganalisis maklumat nutrien yang terdapat****pada label makanan** |  |
| MINGGU 33KUMPULAN A19 November – 23 November 2023KUMPULAN B20 November – 24 November 2023 |  |  |  |
| MINGGU 34KUMPULAN A26 November – 30 November 2023KUMPULAN B27 November – 1 Disember 2023 | **9.1 Pengetahuan asas pertolongan****cemas dan kemahiran bertindak dengan bijak mengikut situasi**** Melecet  Melecur** | **9.1.1 Menyatakan punca melecet dan melecur.** |  |
| MINGGU 35KUMPULAN A3 Disember – 7 Disember 2023KUMPULAN B4 Disember – 8 Disember 2023 |  | **9.1.2 Membincangkan langkah-langkah****bantuan awal melecet dan melecur.** |  |
| MINGGU 36KUMPULAN A10 Disember – 14 Disember 2023KUMPULAN B11 Disember – 15 Disember 2023 |  |  |  |
| KUMPULAN A17 Disember – 21 Disember 2023KUMPULAN B18 Disember – 22 Disember 2023 | **Cuti Penggal 3** |  |  |
| KUMPULAN A24 Disember – 28 Disember 2023KUMPULAN B25 Disember – 29 Disember 2023 | **Cuti Penggal 3** |  |  |
| MINGGU 37KUMPULAN A31 Disember –4 Januari 2024KUMPULAN B1 Januari –5 Januari 2024 |  | **9.1.3 Menilai kesan melecet dan melecur sekiranya****tidak diberi rawatan segera.** |  |
| MINGGU 38KUMPULAN A7 Januari – 11 Januari 2024KUMPULAN B8 Januari – 12 Januari 2024 |  |  |  |
| MINGGU 39KUMPULAN A14 Januari – 18 Januari 2024KUMPULAN B15 Januari – 19 Januari 2024 |  |  |  |
| MINGGU 40KUMPULAN A21 Januari – 25 Januari 2024KUMPULAN B22 Januari – 26 Januari 2024 |  |  |  |
| MINGGU 41KUMPULAN A28 Januari – 1 Februari 2024KUMPULAN B29 Januari – 2 Februari 2024 |  |  |  |
| MINGGU 42KUMPULAN A4 Februari – 8 Februari 2024KUMPULAN B5 Februari – 9 Februari 2024 |  |  |  |