**PRAKATA**

Alhamdulilllah, Terima kasih kepada rakan-rakan guru dan team sumberpendidikan kerana menyediakan RPT SESI 2025 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.\*\***

**A table with a pile of books

Description automatically generated**

**RPT PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 6  
KSSR SEMAKAN**

**2025**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| MINGGU | STANDARD KANDUNGAN | STANDARD PEMBELAJARAN | CATATAN |
| MINGGU 1  Kumpulan A  16 Februari – 22 Februari 2025  Kumpulan B  17 Februari – 23 Februari 2025 | **1.1 Kemahiran membuat**  **keputusan dalam konteks kesihatan diri dan reproduktif**  ** Perubahan fizikal remaja** | **1.1.1 Menjelaskan perubahan fizikal lelaki**  **dan perempuan apabila memasuki alam remaja** |  |
| MINGGU 2  Kumpulan A  23 Februari – 1 Mac 2025  Kumpulan B  24 Februari – 2 Mac 2025 |  | **1.1.2 Mengaplikasikan cara menghargai perubahan fizikal sebagai remaja lelaki dan perempuan.** |  |
| MINGGU 3  Kumpulan A  2 Mac – 8 Mac 2025  Kumpulan B  3 Mac – 9 Mac 2025 |  | **1.1.3 Membuat penilaian terhadap perubahan**  **diri sebagai remaja lelaki dan perempuan untuk diterima serta dihargai.** |  |
| MINGGU 4  Kumpulan A  9 Mac – 15 Mac 2025  Kumpulan B  10 Mac – 16 Mac 2025 | **1.2 Kemahiran menangani**  **pengaruh dalaman serta luaran yang mempengaruhi kesihatan diri dan reproduktif**  ** Tingkah laku seksual** | **1.2.1 Memahami situasi yang mendorong kepada**  **tingkah laku seksual.** |  |
| MINGGU 5  Kumpulan A  16 Mac – 22 Mac 2025  Kumpulan B  17 Mac – 23 Mac 2025 |  | **1.2.2 Mengaplikasikan kemahiran asertif dalam menangani tingkah laku seksual.** |  |
| MINGGU 6  Kumpulan A  23 Mac - 29 Mac 2025  Kumpulan B  24 Mac - 30 Mac 2025 |  | **1.2.3 Menganalisis risiko tingkah laku seksual.** |  |
| MINGGU 7  Kumpulan A  30 Mac - 5 April 2025  Kumpulan B  31 Mac - 6 April 2025 |  | **1.2.4 Menilai kesan tingkah laku seksual terhadap**  **diri dan keluarga.** |  |
| MINGGU 8  Kumpulan A  6 April – 12 April 2025  Kumpulan B  7 April – 13 April 2025 | **2.1 Kemahiran menangani situasi**  **berisiko terhadap penyalahgunaan bahan kepada diri, keluarga dan masyarakat**  ** Dadah** | **2.1.1 Mengetahuitentang bahaya dadah.** |  |
| MINGGU 9  Kumpulan A  13 April – 19 April 2025  Kumpulan B  14 April – 20 April 2025 |  | **2.1.2 Membincangkan punca penyalahgunaan**  **dadah.** |  |
| MINGGU 10  Kumpulan A  20 April – 26 April 2025  Kumpulan B  21 April – 27 April 2025 |  | **2.1.3 Mengaplikasikan kemahiran berkata**  **TIDAK kepada penyalahgunaan dadah.** |  |
| MINGGU 11  Kumpulan A  27 April – 3 Mei 2025  Kumpulan B  28 April – 4 Mei 2025 |  | **2.1.4 Menganalisis kesan penyalahgunaan dadah**  **kepada diri, keluarga dan masyarakat.** |  |
| MINGGU 12  Kumpulan A  4 Mei – 10 Mei 2025  Kumpulan B  5 Mei – 11 Mei 2025 | **3.1 Kemahiran mengurus mental**  **dan emosi dalam kehidupan harian** | **3.1.1 Memahami perubahan emosi dan naluri**  **seksual remaja.** |  |
| MINGGU 13  Kumpulan A  11 Mei – 17 Mei 2025  Kumpulan B  12 Mei – 18 Mei 2025 |  | **3.1.2 Mengaplikasikan kemahiran mengurus**  **perubahan emosi remaja dengan cara yang positif.** |  |
| MINGGU 14  Kumpulan A  18 Mei – 24 Mei 2025  Kumpulan B  19 Mei – 25 Mei 2025 |  | **3.1.3 Menjana idea cara mengurus naluri**  **seksual melalui aktiviti berfaedah.** |  |
| MINGGU 15  Kumpulan A  25 Mei – 31 Mei 2025  Kumpulan B  26 Mei – 1 Jun 2025 | **4.1 Peranan diri sendiri dan ahli**  **keluarga serta kepentingan institusi kekeluargaan dalam aspek kesihatan keluarga**  ** Perubahan fizikal keluarga**  ** Perubahan emosi**  ** Peranan remaja** | **4.1.1 Menjelaskan kepentingan peranan**  **remaja dalam keluarga.** |  |
| MINGGU 16  Kumpulan A  8 Jun – 14 Jun 2025  Kumpulan B  9 Jun – 15 Jun 2025 |  | **4.1.2 Membincangkan perubahan emosi**  **dengan perubahan fizikal keluarga.** |  |
| MINGGU 17  Kumpulan A  15 Jun – 21 Jun 2025  Kumpulan B  16 Jun – 22 Jun 2025 |  | **4.1.3 Menilai kepentingan hubungan**  **kekeluargaan.** |  |
| MINGGU 18  Kumpulan A  22 Jun – 28 Jun 2025  Kumpulan B  23 Jun – 29 Jun 2025 | **5.1 Kemahiran interpersonal**  **dan komunikasi berkesan dalam kehidupan harian**  ** Tekanan positif**  ** Tekanan negatif** | **5.1.1 Mengetahui jenis tekanan yang dihadapi**  **rakan sebaya.** |  |
| MINGGU 19  Kumpulan A  29 Jun – 5 Julai 2025  Kumpulan B  30 Jun – 6 Julai 2025 |  | **5.1.2 Membincangkan tekanan positif dan**  **tekanan negatif yang dihadapi rakan sebaya berdasarkan situasi.** |  |
| MINGGU 20  Kumpulan A  6 Julai - 12 Julai 2025  Kumpulan B  7 Julai - 13 Julai 2025 |  | **5.1.3 Menilai cara mengurus tekanan negatif yang**  **dihadapi rakan sebaya.** |  |
| MINGGU 21  Kumpulan A  13 Julai – 19 Julai 2025  Kumpulan B  14 Julai – 20 Julai 2025 |  |  |  |
| MINGGU 22  Kumpulan A  20 Julai – 26 Julai 2025  Kumpulan B  21 Julai – 27 Julai 2025 | **6.1 Kemahiran mencegah dan**  **mengurangkan faktor risiko penyakit dalam kehidupan harian**  ** Penyakit bawaan**  **makanan  Penyakit**  **bawaan air  Hepatitis**  ** HIV dan AIDS** | **6.1.1 Mengetahui penyakit bawaan makanan,**  **penyakit bawaan air, Hepatitis, serta**  **HIV dan AIDS.** |  |
| MINGGU 23  Kumpulan A  27 Julai – 2 Ogos 2025  Kumpulan B  28 Julai – 3 Ogos 2025 |  | **6.1.2 Membincangkan simptom penyakit**  **bawaan makanan, penyakit bawaan air, Hepatitis, serta**  **HIV dan AIDS.** |  |
| MINGGU 24  Kumpulan A  3 Ogos – 9 Ogos 2025  Kumpulan B  4 Ogos – 10 Ogos 2025 |  | **6.1.3 Menjana idea cara mencegah penyakit**  **bawaan makanan, penyakit bawaan air, Hepatitis, serta**  **HIV dan AIDS.** |  |
| MINGGU 25  Kumpulan A  10 Ogos – 16 Ogos 2025  Kumpulan B  11 Ogos – 17 Ogos 2025 |  |  |  |
| MINGGU 26  Kumpulan A  17 Ogos – 23 Ogos 2025  Kumpulan B  18 Ogos – 24 Ogos 2025 | **7.1 Kemahiran kecekapan**  **psikososial untuk menjaga keselamatan diri**  ** Pengaruh dalam komuniti** | **7.1.1 Mengetahui maksud komuniti.** |  |
| MINGGU 27  Kumpulan A  24 Ogos – 30 Ogos 2025  Kumpulan B  25 Ogos – 31 Ogos 2025 |  | **7.1.2 Membincangkan pengaruh dalam komuniti terhadap keselamatan diri.** |  |
| MINGGU 28  Kumpulan A  31 Ogos – 6 September 2025  Kumpulan B  1 September – 7 September 2025 |  | **7.1.3 Menjana idea cara menangani pengaruh**  **dalam komuniti yang mengancam keselamatan diri.** |  |
| MINGGU 29  Kumpulan A  7 September – 13 September 2025  Kumpulan B  8 September – 14 September 2025 | **8.1. Amalam pemakanan sihat**  **dan selamat**  ** Makanan segar**  ** Makanan yang diproses** | **8.1.1 Menyatakan maksud makanan segar dan**  **makanan yang diproses.** |  |
| MINGGU 30  Kumpulan A  21 September – 27 September 2025  Kumpulan B  22 September – 28 September 2025 |  | **8.1.2 Meramal kesan pengambilan makanan**  **yang diproses secara berlebihan.** |  |
| MINGGU 31  Kumpulan A  28 September – 4 Oktober 2025  Kumpulan B  29 September – 5 Oktober 2025 |  | **8.1.3 Menilai makanan dan amalan pemakanan**  **yang seimbang untuk mengurangkan risiko penyakit.** |  |
| MINGGU 32  Kumpulan A  5 Oktober - 11 Oktober 2025  Kumpulan B  6 Oktober - 12 Oktober 2025 | **9.1 Pengetahuan asas pertolongan**  **cemas dan kemahiran bertindak dengan bijak mengikut situasi**  ** Penggunaan peti**  **pertolongan cemas** | **9.1.1 Mengetahui kandungan dan fungsi peti**  **pertolongan cemas.** |  |
| MINGGU 33  Kumpulan A  12 Oktober – 18 Oktober 2025  Kumpulan B  13 Oktober – 19 Oktober 2025 |  | **9.1.2 Mengaplikasikan penggunaan peti**  **pertolongan cemas dalam bantu mula.** |  |
| MINGGU 34  Kumpulan A  19 Oktober – 25 Oktober 2025  Kumpulan B  20 Oktober – 26 Oktober 2025 |  |  |  |
| MINGGU 35  Kumpulan A  26 Oktober – 1 November 2025  Kumpulan B  27 Oktober – 2 November 2025 |  |  |  |
| MINGGU 36  Kumpulan A  2 November – 8 November 2025  Kumpulan B  3 November – 9 November 2025 |  |  |  |
| MINGGU 37  Kumpulan A  9 November – 15 November 2025  Kumpulan B  10 November – 16November 2025 |  |  |  |
| MINGGU 38  Kumpulan A  16 November – 22 November 2025  Kumpulan B  17 November – 23 November 2025 |  |  |  |
| MINGGU 39  Kumpulan A  23 November – 29 November 2025  Kumpulan B  24 November – 30 November 2025 |  |  |  |
| MINGGU 40  Kumpulan A  30 November – 6 Disember 2025  Kumpulan B  31 November – 7 Disember 2025 |  |  |  |
| MINGGU 41  Kumpulan A  7 Disember - 13 Disember 2025  Kumpulan B  8 Disember - 14 Disember 2025 |  |  |  |
| MINGGU 42  Kumpulan A  14 Disember – 20 Disember 2025  Kumpulan B  15 Disember – 21 Disember 2025 |  |  |  |