



CATCH UP PLAN PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 6

SK JENGKA PUSAT 2



TOPIK: HAMBUR & MENDARAT

STANDARD KANDUNGAN

1.1 Berkebolehan melakukan lari landas ke peralatan anjal, menghambur, membuat layangan, dan mendarat menggunakan kedua-dua belah kaki dengan lakuan yang betul

STANDARD PEMBELAJARAN:

1.1.1/2.1.1/5.2.4

Minggu	Tindakan susulan PdPC	Strategi	Kaedah pendekatan	Aktiviti PdPC
10-14 JAN 2022	TP1-TP2 KUKUH 1	M2P	Pembelajaran terbeza	Melakukan 1 aksi hambur
	TP3-TP4 KUKUH 2	M2P	Pembelajaran terbeza	Melakukan dua aksi hambur
	TP5-TP6 PENGAYAAN	M2P	Pembelajaran terbeza	Melakukan 3 aksi hambur



CATCH UP PLAN PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 6



SK JENGKA PUSAT 2

TOPIK: RANGKAIAN PERGERAKAN

STANDARD KANDUNGAN

1.2 Berkebolehan mereka cipta dan melakukan rangkaian pergerakan lokomotor, imbangan dan putaran dalam kumpulan kecil.

STANDARD PEMBELAJARAN:

1.2.1/1.2.2/2.2.1/5.4.2

Minggu	Tindakan susulan PdPC	Strategi	Kaedah pendekatan	Aktiviti PdPC
17-21 JAN 2022	TP1-TP2 KUKUH 1	M2P	Pembelajaran terbeza	mereka cipta 1 rangkaian pergerakan lokomotor, imbangan dan putaran dalam kumpulan kecil.
	TP3-TP4 KUKUH 2	M2P	Pembelajaran terbeza	mereka cipta 2 rangkaian pergerakan lokomotor, imbangan dan putaran dalam kumpulan kecil.
	TP5-TP6 PENGAYAAN	M2P	Pembelajaran terbeza	mereka cipta 3 rangkaian pergerakan lokomotor, imbangan dan putaran dalam kumpulan kecil.



CATCH UP PLAN PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 6



SK JENGKA PUSAT 2

TOPIK: GAYUT SONGSANG

STANDARD KANDUNGAN

1.2 Berkebolehan melakukan kemahiran gayut songsang dengan lakuan yang betul.

STANDARD PEMBELAJARAN:

1.2.1/1.2.2/2.2.1/5.4.2

Minggu	Tindakan susulan PdPC	Strategi	Kaedah pendekatan	Aktiviti PdPC
24-28 JAN 2022	TP1-TP2 KUKUH 1	M2P	Pembelajaran terbeza	Melakukan 1 aksi gayut
	TP3-TP4 KUKUH 2	M2P	Pembelajaran terbeza	Melakukan 2 aksi gayut
	TP5-TP6 PENGAYAAN	M2P	Pembelajaran terbeza	Melakukan 3 aksi gayut



CATCH UP PLAN PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 6



SK JENGKA PUSAT 2

TOPIK: Putar 360°

STANDARD KANDUNGAN

1.4 Berkebolehan melakukan putaran menegak 360° dan mendarat di atas trampoline dengan lakuan yang betul.

STANDARD PEMBELAJARAN:

1.4.1/1.4.2/5.1.4/5.2.4

Minggu	Tindakan susulan PdPC	Strategi	Kaedah pendekatan	Aktiviti PdPC
31 JAN- 4 FEB 2022	TP1-TP2 KUKUH 1	M2P	Pembelajaran terbeza	Melakukan putaran 360° dengan bimbingan guru sepenuhnya
	TP3-TP4 KUKUH 2	M2P	Pembelajaran terbeza	Melakukan putaran 360° dengan bimbingan guru
	TP5-TP6 PENGAYAAN	M2P	Pembelajaran terbeza	Melakukan putaran 360° dengan guru sebagai fasilitator Murid mampu membimbing murid lain



CATCH UP PLAN PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 6



SK JENGKA PUSAT 2

TOPIK: Jom Hantar dan Adang.

STANDARD KANDUNGAN

1.6 Berkebolehan menghantar bola kepada rakan yang diadang oleh pemain lawan dengan lakuan yang betul

STANDARD PEMBELAJARAN:

1.6.1/2.6.1/5.4.5

Minggu	Tindakan susulan PdPC	Strategi	Kaedah pendekatan	Aktiviti PdPC
7-11 FEB 2022	TP1-TP2 KUKUH 1	M2P	Pembelajaran terbeza	Menghantar bola kepada rakan dengan diadang oleh seorang lawan
	TP3-TP4 KUKUH 2	M2P	Pembelajaran terbeza	Menghantar bola kepada rakan dengan diadang oleh 2 orang lawan
	TP5-TP6 PENGAYAAN	M2P	Pembelajaran terbeza	Menghantar bola kepada rakan dengan diadang oleh 3 orang lawan



CATCH UP PLAN PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 6



SK JENGKA PUSAT 2

TOPIK: Jaring Menjaring

STANDARD KANDUNGAN

1.6 Berkebolehan menjaring dengan melepasi pengadang yang bergerak dengan lakuan yang betul.

STANDARD PEMBELAJARAN:

1.6.6/2.6.5/5.4.5

Minggu	Tindakan susulan PdPC	Strategi	Kaedah pendekatan	Aktiviti PdPC
7-11 FEB 2022	TP1-TP2 KUKUH 1	M2P	Pembelajaran terbeza	Menjaringkan gol dengan dihadapang oleh seorang lawan
	TP3-TP4 KUKUH 2	M2P	Pembelajaran terbeza	Menjaringkan gol dengan dihadapang oleh 2 orang lawan
	TP5-TP6 PENGAYAAN	M2P	Pembelajaran terbeza	Menjaringkan gol dengan dihadapang oleh 3 orang lawan