

KANDUNGAN ASAS KURIKULUM (KAK)

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 1

BIDANG	SK	KAK	CATATAN
Konsep Pergerakan	1.1	1.1.1	
		1.1.2	
		1.1.3	
		1.1.7	
Pergerakan Asas Kemahiran Lokomotor dan Bukan Lokomotor	1.2	1.2.1	
		1.2.2	
		1.2.5	
Pergerakan Asas Kemahiran Manipulasi	1.4	1.4.1	
		1.4.2	
		1.4.3	
		1.4.4	
		1.4.5	
		1.4.6	
		1.4.9	
		1.4.10	
Gimnastik Asas	1.8	1.8.1	
		1.8.2	
		1.8.3	
		1.8.4	
Akuatik Asas	1.9	1.9.2	
Konsep Pergerakan	2.1	2.1.1	
		2.1.2	
		2.1.3	
		2.1.4	
		2.1.5	
		2.1.7	
Pergerakan Asas Kemahiran Manipulasi	2.3	2.3.1	
		2.3.8	
Akuatik Asas	2.8	2.8.2	
		2.8.3	
		2.8.4	
Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan & Kapasiti Aerobik	3.2	3.2.1	
Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan & Kelenturan	3.3	3.3.1	
Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan & Daya Tahan dan Kekuatan Otot	3.4	3.4.1	
		3.4.2	
		3.4.3	
		3.4.4	
		3.4.5	
		3.4.6	
		3.4.7	
Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan & Kapasiti Aerobik	4.2	4.2.1	
		4.2.2	
		4.2.3	
Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan & Kelenturan	4.3	4.3.1	
		4.3.2	
		4.3.3	
Komponen Kecergasan Berdasarkan Kesihatan & Daya Tahan dan Kekuatan Otot	4.4	4.4.1	
		4.4.2	
		4.4.3	
JUMLAH KEMAHIRAN		49	

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 2

BIDANG	SK	KAK	CATATAN
Kemahiran Manipulasi	1.4	1.4.2	
		1.4.6	
		1.4.8	
Gimnastik Asas § Kemahiran Imbangan	1.7	1.7.3	
Gimnastik Asas § Kemahiran Putaran	1.8	1.8.2	
		1.8.3	
Akuatik Asas § Keyakinan dan Keselamatan dalam Air	1.9	1.9.2	
JUMLAH KEMAHIRAN		7	

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 3

BIDANG	SK	KAK	CATATAN
Gimnastik Asas § Kemahiran Imbangan	1.1	1.1.1	
		1.1.3	
Gimnastik Asas § Kemahiran Hambur dan Pendaratan	1.2	1.2.1	
		1.2.2	
		1.2.3	
Gimnastik Asas § Kemahiran Putaran	1.3	1.3.1	
Asas Permainan Kategori Serangan	1.5	1.5.4	
		1.5.5	
		1.5.6	
Asas Permainan Kategori Jaring	1.6	1.6.3	
		1.6.4	
		1.6.5	
Asas Permainan Kategori Pukul dan Memadang	1.7	1.7.4	
		1.7.5	
Olahraga Asas § Asas Lompatan	1.9	1.9.2	
		1.9.3	
		1.9.4	
Olahraga Asas § Asas Balingan	1.10.	1.10.1	
		1.10.2	
		1.10.3	
Akuatik Asas § Keyakinan dan keselamatan dalam air	1.11	1.11.1	
Akuatik Asas § Kemahiran Asas Renang	1.12	1.12.1	
		1.12.2	
Akuatik Asas § Kemahiran Asas Renang	2.12	2.12.1	
Konsep Kecergasan	3.1	3.1.3	
JUMLAH KEMAHIRAN		25	

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 4

BIDANG	SK	KAK	CATATAN
Gimnastik Asas § Kemahiran Imbangan	1.1	1.1.1	
		1.1.3	
Gimnastik Asas § Kemahiran Hambur dan Pendaratan	1.2	1.2.1	
Gimnastik Asas § Kemahiran Putaran	1.3	1.3.1	
		1.3.2	
		1.3.3	
Gimnastik Asas § Kemahiran Gayut dan Ayun	1.4	1.4.1	
Asas Permainan Kategori Serangan	1.6	1.6.6	
Asas Permainan Kategori Jaring	1.7	1.7.2	
		1.7.6	
Olahraga Asas Asas Berlari	1.9	1.9.2	
		1.9.3	
Olahraga Asas Asas Lompatan	1.10	1.10.2	
		1.10.3	
Akuatik Asas § Keyakinan dan Keselamatan Dalam Air	1.12	1.12.1	
Akuatik Asas § Kemahiran Asas Renang	1.13	1.13.1	
		1.13.2	
Olahraga Asas Asas Berlari	2.9	2.9.1	
Kecergasan Fizikal Berdasarkan Kesihatan § Pentaksiran Kecergasan Fizikal	3.6	3.6.1	
JUMLAH KEMAHIRAN		19	

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 5

BIDANG	SK	KAK	CATATAN
Gimnastik Asas § Kemahiran Imbangan	1.1	1.1.1	
		1.1.3	
Gimnastik Asas § Kemahiran Hambur dan Pendaratan	1.2	1.2.1	
		1.2.2	
Gimnastik Asas § Kemahiran Putaran	1.3	1.3.1	
Gimnastik Asas § Kemahiran Gayut dan Ayun	1.4	1.4.1	
		1.4.2	
Asas Permainan Kategori Jaring	1.7	1.7.3	
		1.7.4	
		1.7.5	
		1.7.6	
Asas Permainan Kategori Pukul dan Memadang	1.8	1.8.5	
		1.8.6	
Akuatik Asas	1.1	1.12.1	
	2	1.12.2	

	1.1 3	1.13. 1	
		1.13. 2	
		1.13. 3	
Rekreasi dan Kesenggangan	1.1 4	1.14. 1	
		1.14. 2	
		1.14. 3	
Gimnastik Asas § Kemahiran Gayut dan Ayun	2.4	2.4.1	
Kecergasan Fizikal Berdasarkan Kesihatan	3.6	3.6.1	
		3.6.2	
		3.6.3	
JUMLAH KEMAHIRAN		25	

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 6

BIDANG	SK	KAK	CATATAN
Gimnastik Asas	1.1	1.1.1	
	1.3	1.3.1	
Olahraga Asas	1.10.	1.10.1	
	1.11	1.11.1	
		1.11.2	
Akuatik Asas	1.12	1.12.1	
		1.12.2	
	1.13	1.13.1	
Rekreasi dan Kesenggangan	1.14	1.14.1	
Gimnastik Asas	2.1	2.1.1	
	2.3	2.3.1	
Olahraga Asas	2.11	2.10.2	
		2.11.1	
		2.11.2	
Rekreasi dan Kesenggangan	2.14	2.14.1	
Komponen Kecergasan	3.6	3.6.1	
JUMLAH KEMAHIRAN		16	

PERCUMA RPT 2022/23 & RPH CUP: <https://www.facebook.com/groups/freerpt>

PERCUMA RPT 2022/2023: <https://t.me/RPTDSKPSekolahRendah>

PERCUMA RPH CUP: <https://t.me/RPHbyRozayusAcademy>