

**GARIS PANDUAN KURIKULUM  
KELAB DOKTOR MUDA**



## KANDUNGAN

Kata Alu-Aluan Pengarah Bahagian Pendidikan Kesihatan Kementerian Kesihatan Malaysia	.....	2
Kata Alu-Aluan Pengarah Bahagian Sekolah Kementerian Pelajaran Malaysia	.....	3
Panduan Penggunaan Garis Panduan	.....	4
Garis Panduan Kurikulum Kelab Doktor Muda		
i. Latar belakang	.....	5
ii. Rasional	.....	5
iii. Matlamat	.....	6
iv. Objektif	.....	6
v. Kurikulum	.....	7
vi. Peruntukan Akta / Surat Pekeliling Ikhtisas Berkaitan	.....	8
vii. Pelan Pelaksanaan Kelab Doktor Muda – Tahun 4	.....	9
viii. Pelan Pelaksanaan Kelab Doktor Muda – Tahun 5	.....	15
ix. Pelan Pelaksanaan Kelab Doktor Muda – Tahun 6	.....	21
Jawatankuasa Penyediaan Garis Panduan Kurikulum Kelab Doktor Muda	.....	26
Penghargaan	.....	27

**KATA ALU-ALUAN  
PENGARAH BAHAGIAN PENDIDIKAN KESIHATAN  
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA**

Assalamualaikum dan Salam Sejahtera

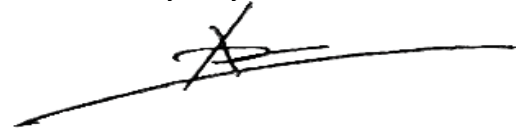
Saya merakamkan tahniah dan syabas kepada Pengurusan Sekolah yang telah memilih Kelab Doktor Muda sebagai salah satu aktiviti kokurikulum di sekolah. Dengan pelaksanaan yang teratur dan berkesan, adalah diharapkan Kelab Doktor Muda ini dapat memenuhi hasrat kerajaan untuk melahirkan generasi muda yang peka kepada kesihatan dan mengamalkan cara hidup yang sihat.

Doktor Muda merupakan murid yang terlatih dengan pengetahuan dan kemahiran kesihatan dan mereka memainkan peranan sebagai 'Pembimbing Rakan Sebaya' di sekolah. Bagi memastikan Kelab Doktor Muda dapat dilaksanakan dengan terancang dan teratur, Kementerian Kesihatan Malaysia dengan kerjasama Kementerian Pelajaran Malaysia telah menerbitkan Modul Latihan Doktor Muda dan bahan-bahan bantu mengajar untuk diguna pakai di peringkat sekolah.

Buku Garis Panduan Kurikulum Kelab Doktor Muda ini pula memberi panduan kepada Guru Penasihat dalam mengendalikan aktiviti Kelab Doktor Muda dengan menggunakan Modul Latihan Doktor Muda dan bahan-bahan bantu mengajar yang sedia ada.

Adalah menjadi harapan saya agar pihak Pengurusan Sekolah menjadikan Buku Garis Panduan Kurikulum Kelab Doktor Muda sebagai bahan rujukan dan panduan dalam melaksanakan Kelab Doktor Muda.

Selamat Maju Jaya



**HAJI ABDUL JABAR BIN AHMAD**  
Pengarah  
Bahagian Pendidikan Kesihatan  
Kementerian Kesihatan Malaysia

**KATA ALU-ALUAN  
PENGARAH BAHAGIAN SEKOLAH  
KEMENTERIAN PELAJARAN MALAYSIA**

Assalamualaikum dan Salam Sejahtera

Saya mengucapkan setinggi-tinggi penghargaan dan terima kasih kepada Kementerian Kesihatan Malaysia dengan usaha sama Bahagian Sekolah, Kementerian Pelajaran Malaysia atas penerbitan Buku Garis Panduan Kurikulum Kelab Doktor Muda ini. Matlamat Kelab Doktor Muda ini diperkenalkan di sekolah adalah untuk memperkasakan murid-murid dengan pengetahuan dan kemahiran tentang kesihatan agar mereka dapat meningkatkan taraf kesihatan diri di samping dapat membimbing rakan sebaya, komuniti sekolah dan ahli keluarga mereka.

Buku Garis Panduan Kurikulum Kelab Doktor Muda ini adalah untuk panduan kepada Guru-Guru Penasihat dalam memastikan aktiviti Kelab Doktor Muda dijalankan secara terancang dan menepati kurikulum yang perlu diajar bagi melahirkan Doktor Muda yang berjaya. Maka adalah wajar Guru Penasihat menjadikan buku ini sebagai sumber rujukan utama dalam mengendalikan Kelab Doktor Muda di sekolah.

Penggunaan buku ini di semua sekolah yang mempunyai Kelab Doktor Muda akan membantu Kementerian Pelajaran Malaysia dan Kementerian Kesihatan Malaysia dalam pemantauan, penilaian dan penambahbaikan pelaksanaan Kelab Doktor Muda dari masa ke semasa. Ini adalah penting bagi menjamin keberkesanan pelaksanaan Kelab Doktor Muda di sekolah.

Saya berharap buku ini akan digunakan sepenuhnya bagi memastikan pelaksanaan pengurusan kelab ini berjalan dengan sistematik dan melahirkan murid yang cemerlang, gemilang dan terbilang.

Sekian, terima kasih.



**HAJI ZULKIFLY BIN MOHD WAZIR**  
Pengarah  
Bahagian Sekolah  
Kementerian Pelajaran Malaysia

## **PANDUAN PENGGUNAAN GARIS PANDUAN**

1. Garis panduan ini merupakan bahan rujukan bagi Guru Penasihat dalam mengendalikan aktiviti Kelab Doktor Muda.
2. Garis panduan ini mengandungi Pelan Pelaksanaan Kelab Doktor Muda yang memperincikan aktiviti bagi setiap sesi pertemuan Kelab Doktor Muda.
3. Pelan Pelaksanaan Kelab Doktor Muda menggariskan aktiviti Kelab untuk 20 sesi pertemuan dalam setahun. Pelan ini memberikan penekanan dan input yang berbeza bagi murid-murid Tahun 4, Tahun 5 dan Tahun 6. Guru Penasihat boleh melaksanakan aktiviti seperti mana yang disarankan mengikut kesesuaian di sekolah masing-masing.
4. Doktor Muda tahun 6 diberi peluang untuk menjadi fasilitator bagi melatih Doktor Muda tahun 4 dan 5.
5. Sekiranya sesuatu penyakit merupakan masalah kesihatan semasa di sesuatu tempat, maka topik berkaitan dengan penyakit tersebut perlu dimasukkan sebagai skop / unit pengajaran Kelab Doktor Muda.
6. Aktiviti Operasi Tandas (Ops Tandas), Operasi Kantin (Ops Kantin) dan Operasi Denggi (Ops Denggi) hendaklah dilakukan secara berkumpulan dan dijadualkan secara berkala.
7. Penilaian bagi tahap kecekapan Doktor Muda (Doktor Muda Harapan, Doktor Muda Cemerlang dan Doktor Muda Gemilang) dilakukan sekali bagi setiap tahun.
8. Dokumen sokongan dalam melaksanakan aktiviti Kelab Doktor Muda adalah seperti berikut :
  - i. Modul Latihan Doktor Muda Edisi Ketiga, 2008.
  - ii. DVD Kit Latihan dan Pengajaran
9. Guru Penasihat adalah juga digalakkan untuk merancang dan melaksanakan aktiviti Kelab mengikut kreativiti dan sumber yang ada di sekolah masing-masing.

## **KELAB DOKTOR MUDA**

### **LATAR BELAKANG**

Kelab Doktor Muda ialah satu program mempromosikan aspek kesihatan secara menyeluruh kepada murid sekolah rendah. Semua maklumat asas kesihatan tersebut akan disampaikan melalui modul yang terancang merangkumi kefahaman, kemahiran serta pengalaman murid. Matlamat kelab ini adalah untuk melahirkan murid yang mengutamakan kesihatan dan berperanan sebagai agen mempromosikan kesihatan yang baik kepada rakan sebaya, sekolah, ahli keluarga serta masyarakat.

Doktor muda adalah sekumpulan murid yang dipilih oleh pihak sekolah berdasarkan beberapa kriteria yang telah ditetapkan. Murid ini kemudian dilatih daripada segi pengetahuan dan kemahiran dalam beberapa aspek kesihatan yang relevan berdasarkan kepada Modul Latihan Kelab Doktor Muda. Seterusnya murid ini akan bertindak sebagai pembimbing rakan sebaya atau agen perubahan pengetahuan, sikap dan amalan kesihatan.

Penubuhan kelab ini merupakan hasil perkongsian bijak antara Kementerian Kesihatan Malaysia dan Kementerian Pelajaran Malaysia.

### **RASIONAL**

Penubuhan Kelab Doktor Muda ini menepati konsep *healthy setting* yang diperkenalkan bagi tujuan mempertingkatkan pengetahuan dalam aspek kesihatan dan mengamalkan cara hidup sihat.

## **MATLAMAT**

Penubuhan Kelab Doktor Muda ini mempunyai matlamat untuk memperkasakan murid dengan pengetahuan dan kemahiran kesihatan supaya mereka dapat meningkatkan taraf kesihatan diri dan rakan mereka.

## **OBJEKTIF**

1. Melahirkan murid yang berwawasan serta modal insan yang diimpikan oleh negara.
2. Membolehkan pelajar membantu diri sendiri, rakan dan anggota keluarga ke arah mengamalkan cara hidup sihat.
3. Membolehkan murid menjadi pembimbing dan contoh (*role model*) ke arah amalan cara hidup sihat.
4. Membolehkan murid membantu anggota kesihatan dan pihak sekolah dalam menjalankan aktiviti kesihatan di sekolah.
5. Memperkukuhkan penglibatan guru serta warga sekolah dalam usaha meningkatkan kesihatan murid.
6. Menggalakkan ibu bapa / penjaga supaya memberi perhatian wajar kepada kesihatan murid.
7. Mempertingkatkan usahasama antara Kementerian Kesihatan Malaysia dengan Kementerian Pelajaran Malaysia untuk menggalakkan amalan kesihatan yang baik dalam kalangan murid.



## **KURIKULUM**

Kurikulum Kelab Doktor Muda berpandukan Modul Kelab Doktor Muda Sekolah Rendah yang diterbitkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia dengan kerjasama Kementerian Pelajaran Malaysia tahun 2003 yang merangkumi skop seperti berikut:

1. Saya Doktor Muda
2. Amalan Kebersihan Diri
3. Amalan Kebersihan Persekitaran
4. Amalan Kesihatan Pergigian
5. Amalan Kesihatan Mental Yang Baik
6. Mencegah Penyakit Semasa
7. Promosi Keselamatan dan Pencegahan Kecederaan
8. Amalan Makan Yang Sihat
9. Amalan Cara Hidup Sihat
10. Amalan Kesihatan Remaja

## **PERUNTUKAN AKTA / SURAT PEKELILING IKHTISAS BERKAITAN**

1. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 1 / 1985      Jawatankuasa Bimbingan Pelajar Sekolah.
2. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 2 / 1986      Rekod Kedatangan dan Laporan Gerak Kerja Kokurikulum Pelajar.
3. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 8 / 1988      Keselamatan diri pelajar di sekolah.
4. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 1 / 1991      Penceramah jemputan untuk majlis dan aktiviti Agama Islam di sekolah.
5. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 3 / 1997      Program dan aktiviti sekolah yang melibatkan dasar dan atau pungutan wang.
6. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 12 / 2000      Lawatan Pendidikan Murid Di Hari Persekolahan.
7. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 2 / 2000      Lawatan sekolah pada hari Persekolahan.

## PELAN PELAKSANAAN KELAB DOKTOR MUDA MURID TAHUN 4

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
1	Pendaftaran Ahli dan Pemilihan AJK.			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mendaftarkan ahli kelab</li> <li>2. Sesi suai kenal.</li> <li>3. Pelantikan AJK Induk (Mesyuarat Agung)</li> <li>4. Pembentangan rancangan.</li> <li>5. Memperkenalkan perlembagaan Doktor Muda</li> </ol>	Melibatkan semua ahli
2	Saya Doktor Muda	Skop 1 Unit 1	Skop 1 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang peranan dan aktiviti Doktor Muda</li> <li>2. Tayangan Video 'Saya Doktor Muda'</li> <li>3. Panduan mengisi Buku Catatan Aktiviti dan Buku Laporan Aktiviti.</li> </ol>	
3	Menyampaikan Mesej kepada Rakan Sebaya	Skop 1 Unit 3	Skop 1 Unit 4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang menyampaikan mesej secara berkesan.</li> <li>2. Pengucapan Awam</li> </ol>	

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
4	Menjamin Kebersihan Tangan	Skop 2 Unit 1	Skop 1 unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang kebersihan tangan</li> <li>2. Tayangan Video - 7 Langkah Mencuci Tangan</li> <li>3. Demonstrasi Mencuci Tangan</li> <li>4. Permainan 7 Serangkai</li> </ol>	
5	Menjaga Kebersihan Badan dan Rambut	Skop 2 Unit 2	Skop 2 Unit 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang menjaga kebersihan badan dan rambut.</li> <li>2. Pemeriksaan kebersihan diri rakan sebaya.</li> </ol>	
6	Menjamin Kebersihan Kuku	Skop 2 Unit 3	Skop 2 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang menjaga kebersihan kuku.</li> <li>2. Pemeriksaan kebersihan kuku</li> <li>3. Memotong kuku secara betul</li> </ol>	
7	Mengekalkan Berat Badan Unggul	Skop 9 Unit 3	Skop 9 Unit 3 Skop 1 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang mengekalkan berat badan yang sihat dan timbangan sihat</li> <li>2. Timbangan Sihat</li> <li>3. Cara Mengukur Indeks Jisim Tubuh (IJT )</li> </ol>	

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
8	Ketajaman Penglihatan	Skop 2 Unit 4	Skop 1 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang ketajaman penglihatan</li> <li>2. Penglihatan Sihat (latihan dan pemeriksaan penglihatan rakan sebaya menggunakan Carta Snellen)</li> </ol>	
9	Mari Berkawan	Skop 5 Unit 2	Skop 5 Unit 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang kepentingan berkawan.</li> <li>2. Prinsip Persahabatan.</li> </ol>	
10	Persekitaran Bersih (sekolah / rumah)	Skop 3 Unit 1	Skop 3 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang amalan kebersihan persekitaran.</li> <li>2. <i>Xplore School</i></li> <li>3. Teka Silang Kata Persekitaran</li> <li>4. Teka Kata Persekitaran</li> <li>5. Permainan Riang Ria</li> <li>6. Ops Kantin</li> </ol>	Ops Kantin menggunakan senarai semak.
11	Penggunaan Tandas Sempurna	Skop 3 Unit 2	Skop 3 Unit 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang penggunaan tandas sempurna.</li> <li>2. Ops Tandas</li> </ol>	Ops tandas menggunakan senarai semak.

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
12	Mencegah Demam Denggi	Skop 6 Unit 1	Skop 6 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang Demam Denggi</li> <li>2. Tayangan Video Cegah Aedes</li> <li>3. Ops Cari</li> <li>4. Teka Kata Denggi</li> </ol>	Sekiranya Denggi merupakan masalah tempatan semasa, unit ini hendaklah didahulukan.
13	Mencegah Demam Denggi	Skop 6 Unit 1		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cari dan Musnah</li> </ol>	Guru / Anggota Kesihatan memperkenalkan jentik-jentik Aedes dan tunjuk cara memusnahkan tempat pembiakan.
14	Senyuman Manis Sepanjang Hayat	Skop 4 Unit 1	Skop 4 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perbincangan kumpulan</li> <li>2. Demonstrasi memberus gigi dengan betul.</li> <li>3. Latihan menggunakan flos gigi.</li> </ol>	

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
15	Penggunaan Pelindung Mulut	Skop 4 Unit 2	Skop 4 Unit 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang penggunaan pelindung mulut.</li> <li>2. Demonstrasi penggunaan pelindung mulut.</li> </ol>	
16	Menjamin Keselamatan Diri	Skop 7 Unit 1	Skop 7 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang keselamatan diri.</li> <li>2. Ceramah</li> </ol>	Penceramah jemputan seperti Polis, Jabatan Kebajikan Masyarakat.
17	Lawatan Sambil Belajar	Skop 1 Unit 2		Lawatan ke lokasi yang mempunyai kemudahan kesihatan ( Klinik Kesihatan, Klinik Desa dan Klinik Pergigian)	
18	Persiapan Konvensyen Doktor Muda			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang Konvensyen Doktor Muda.</li> <li>2. Sekolah Cemerlang Doktor Muda</li> <li>3. Buku Skrap</li> <li>4. Pameran</li> <li>5. Bercerita</li> <li>6. Persembahan Bakat</li> </ol>	<u>Rujukan</u> : Garis panduan penyertaan konvensyen peringkat negeri dan peringkat kebangsaan.

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
				7. Penulisan Esei 8. Melukis Poster 9. Tokoh Doktor Muda	
19	Persiapan Konvensyen Doktor Muda			1. Penerangan tentang Konvensyen Doktor Muda. 2. Sekolah Cemerlang Doktor Muda 3. Buku Skrap 4. Pameran 5. Bercerita 6. Persembahan Bakat 7. Penulisan Esei 8. Melukis Poster 9. Tokoh Doktor Muda	<u>Rujukan</u> : Garis panduan penyertaan konvensyen peringkat negeri dan peringkat kebangsaan.
20	Persiapan Konvensyen Doktor Muda			1. Penerangan tentang Konvensyen Doktor Muda. 2. Sekolah Cemerlang Doktor Muda 3. Buku Skrap 4. Pameran 5. Bercerita 6. Persembahan Bakat 7. Penulisan Esei 8. Melukis Poster 9. Tokoh Doktor Muda	<u>Rujukan</u> : Garis panduan penyertaan konvensyen peringkat negeri dan peringkat kebangsaan.



## PELAN PELAKSANAAN KELAB DOKTOR MUDA MURID TAHUN 5

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
1	Pendaftaran Ahli dan Pemilihan AJK.			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mendaftarkan ahli kelab.</li> <li>2. Sesi suai kenal.</li> <li>3. Pelantikan AJK Induk (Mesyuarat Agung).</li> <li>4. Pembentangan rancangan.</li> <li>5. Memperkenalkan perlembagaan Doktor Muda.</li> </ol>	Melibatkan semua ahli
2	Makan Secara Sihat	Skop 8 Unit 1	Skop 8 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang pemakanan sihat.</li> <li>2. 'Puzzle' Piramid Makanan.</li> <li>3. Permainan Sandwich Sihat.</li> </ol>	Guru boleh membuat pilihan permainan mengikut kesesuaian
3	Mengutamakan Sarapan Pagi	Skop 8 Unit 2	Skop 8 Unit 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang kepentingan sarapan pagi.</li> <li>2. Sarapan Pagi Saya</li> <li>3. Permainan Sampul Ajaib.</li> </ol>	

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
4	Memilih Premis Makanan Yang Bersih dan Selamat	Skop 8 Unit 3	Skop 8 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang ciri-ciri premis makanan yang bersih dan selamat.</li> <li>2. Permainan Di Mana Saya.</li> </ol>	
5	Memberi Pertolongan Cemas	Skop 7 Unit 3	Skop 7 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang pertolongan cemas.</li> </ol>	Penceramah jemputan : Guru PBSM, Jabatan Kesihatan dan lain-lain.
6	Memberi Pertolongan Cemas	Skop 7 Unit 3	Skop 7 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Demonstrasi pertolongan cemas.</li> <li>2. Latihan pertolongan cemas.</li> </ol>	Penceramah jemputan : Guru PBSM, Jabatan Kesihatan dan lain-lain.
7	Mencegah Kecederaan	Skop 7 Unit 2	Skop 7 Unit 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang pencegahan kemalangan dan mencegah kecederaan.</li> <li>2. Ceramah jemputan.</li> <li>3. Jom Jalan-jalan (mengenal pasti lokasi berisiko kemalangan).</li> </ol>	Penceramah jemputan seperti Polis, Jabatan Keselamatan Jalanraya.

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
8	Ketajaman Penglihatan	Skop 2 Unit 4	Skop 1 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang ketajaman penglihatan.</li> <li>2. Demonstrasi dan latihan penggunaan Carta Snellen.</li> </ol>	
9	Harga Diri	Skop 5 Unit 1	Skop 5 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang harga diri.</li> <li>2. Cermin Diri.</li> </ol>	
10	Tegas Diri	Skop 5 Unit 3	Skop 5 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang kepentingan tegas diri.</li> <li>2. Perbincangan kumpulan.</li> </ol>	
11	Berfikiran Positif Untuk Hidup Sihat	Skop 5 Unit 4	Skop 5 Unit 4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang kepentingan berfikiran positif.</li> <li>2. Mengenali perasaan.</li> </ol>	
12	Jangan Mula Merokok	Skop 9 Unit 1	Skop 9 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang bahaya merokok.</li> <li>2. Katakan TAK NAK Merokok.</li> <li>3. Melukis poster TAK NAK Merokok.</li> </ol>	

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
13	Jangan Mula Merokok	Skop 9 Unit 1		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teka Silang Kata katakan TAK NAK Merokok.</li> <li>2. Main Peranan 'Merokok Membawa Padah'.</li> </ol>	
14	Mari Bersenam	Skop 9 Unit 2	Skop 9 Unit 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang kepentingan bersenam secara betul.</li> <li>2. Mari Bersenam</li> </ol>	Murid dikehendaki memakai pakaian sukan.
15	Lawatan Sambil Belajar	Skop 1 Unit 2		Lawatan ke hospital.	
16	Mengekalkan Berat Badan Unggul	Skop 9 Unit 3	Skop 9 Unit 3 Skop 1 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang mengekalkan berat badan yang sihat dan timbangan sihat.</li> <li>2. Timbangan Sihat.</li> <li>3. Cara Mengukur Indeks Jisim Tubuh (IJT).</li> </ol>	

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
17	Ketajaman Penglihatan	Skop 2 Unit 4	Skop 1 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang ketajaman penglihatan.</li> <li>2. Penglihatan Sihat (latihan dan pemeriksaan penglihatan rakan sebaya menggunakan Carta Snellen).</li> </ol>	
18	Persiapan Konvensyen Doktor Muda			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang Konvensyen Doktor Muda.</li> <li>2. Sekolah Cemerlang Doktor Muda</li> <li>3. Buku Skrap</li> <li>4. Pameran</li> <li>5. Bercerita</li> <li>6. Persembahan bakat</li> <li>7. Penulisan esei</li> <li>8. Melukis poster</li> <li>9. Tokoh Doktor Muda</li> </ol>	<u>Rujukan</u> : Garis panduan penyertaan konvensyen peringkat negeri dan kebangsaan.

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
19	Persiapan Konvensyen Doktor Muda			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang Konvensyen Doktor Muda.</li> <li>2. Sekolah Cemerlang Doktor Muda</li> <li>3. Buku Skrap</li> <li>4. Pameran</li> <li>5. Bercerita</li> <li>6. Persembahan bakat</li> <li>7. Penulisan esei</li> <li>8. Melukis poster</li> <li>9. Tokoh Doktor Muda</li> </ol>	<p><u>Rujukan</u> :</p> <p>Garis panduan penyertaan konvensyen peringkat negeri dan kebangsaan.</p>
20	Persiapan Konvensyen Doktor Muda			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang Konvensyen Doktor Muda.</li> <li>2. Sekolah Cemerlang Doktor Muda</li> <li>3. Buku Skrap</li> <li>4. Pameran</li> <li>5. Bercerita</li> <li>6. Persembahan bakat</li> <li>7. Penulisan esei</li> <li>8. Melukis poster</li> <li>9. Tokoh Doktor Muda</li> </ol>	<p><u>Rujukan</u> :</p> <p>Garis panduan penyertaan konvensyen peringkat negeri dan kebangsaan.</p>

## PELAN PELAKSANAAN KELAB DOKTOR MUDA MURID TAHUN 6

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
1	Pendaftaran Ahli dan Pemilihan AJK.			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mendaftarkan ahli persatuan.</li> <li>2. Sesi suai kenal.</li> <li>3. Pelantikan AJK Induk (Mesyuarat Agung).</li> <li>4. Pembentangan rancangan.</li> <li>5. Memperkenalkan perlembagaan Doktor Muda</li> </ol>	Melibatkan semua ahli
2	Mengenali Alam Remaja	Skop 10 Unit 1	Skop 10 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang perubahan awal remaja dan persiapan diri dari segi fizikal dan emosi.</li> <li>2. Alami Alam Remaja</li> </ol>	Murid lelaki dan perempuan diasingkan.
3	Mengenali Alam Remaja	Skop 10 Unit 1		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penulisan esei mengenai masalah sosial remaja.</li> <li>2. Perbincangan masalah sosial remaja masa kini.</li> </ol>	
4	Mengenali Alam Remaja	Skop 10 Unit 1		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ceramah Isu Remaja Dari Perspektif Agama Dan Moral.</li> </ol>	Penceramah jemputan

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
5	Bijak Menangani 'Stres'	Skop 9 Unit 4		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang 'stres'.</li> <li>2. Tangani 'stres' secara bijak</li> <li>3. Api dan Air</li> <li>4. Penawar Marah Saya</li> </ol>	
6	Kenali Bidang Kerjaya			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ceramah kerjaya dalam bidang kesihatan dan perubatan.</li> </ol>	Penceramah jemputan
7	Lawatan Sambil Belajar	Skop 1 Unit 2		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lawatan ke Fakulti Perubatan Institut Pengajian Tinggi Awam.</li> </ol>	
8	Mengekalkan Berat Badan Unggul	Skop 9 Unit 3	Skop 9 Unit 3 Skop 1 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang mengekalkan berat badan yang sihat dan timbangan sihat.</li> <li>2. Timbangan Sihat.</li> <li>3. Cara Mengukur Indeks Jisim Tubuh (IJT).</li> </ol>	
9	Ketajaman Penglihatan	Skop 2 Unit 4	Skop 1 Unit 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang ketajaman penglihatan.</li> <li>2. Penglihatan Sihat ( latihan dan pemeriksaan penglihatan rakan sebaya menggunakan Carta Snellen).</li> </ol>	



Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
10	Harga Diri	Skop 5 Unit 1	Skop 5 Unit 1	1. Penerangan tentang harga diri. 2. Cermin Diri.	
11	Mari Berkawan	Skop 5 Unit 2	Skop 5 Unit 2	1. Penerangan tentang kepentingan berkawan. 2. Prinsip Persahabatan.	
12	Tegas Diri	Skop 5 Unit 3	Skop 5 Unit 3	1. Penerangan tentang kepentingan tegas diri. 2. Perbincangan kumpulan	
13	Berfikiran Positif Untuk Hidup Sihat	Skop 5 Unit 4	Skop 5 Unit 4	1. Penerangan tentang kepentingan berfikiran positif. 2. Mengenali perasaan.	
14	Jangan Mula Merokok	Skop 9 Unit 1	Skop 9 Unit 1	1. Penerangan tentang bahaya merokok 2. Katakan TAK NAK Merokok 3. Melukis poster TAK NAK Merokok	

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
15	Jangan Mula Merokok	Skop 9 Unit 1		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teka Silang Kata TAK NAK Merokok.</li> <li>2. Main Peranan 'Merokok Membawa Padah'.</li> </ol>	
16	Makan Secara Sihat	Skop 8 Unit 1	Skop 8 Unit 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang pemakanan sihat.</li> <li>2. 'Puzzle' Piramid Makanan.</li> <li>3. Permainan Sandwich Sihat.</li> </ol>	Guru boleh membuat pilihan permainan mengikut kesesuaian
17	Mengutamakan Sarapan Pagi	Skop 8 Unit 2	Skop 8 Unit 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang kepentingan sarapan pagi.</li> <li>2. Sarapan Pagi Saya</li> <li>3. Permainan Sampul Ajaib.</li> </ol>	
18	Memberi Pertolongan Cemas			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Demonstrasi pertolongan cemas.</li> <li>2. Latihan pertolongan cemas.</li> </ol>	Penceramah jemputan : Guru PBSM, Jabatan Kesihatan dan lain-lain.

Perjumpaan	Tajuk	Isi Kandungan		Aktiviti	Catatan
		Modul Latihan	Kit Latihan (Slaid)		
19	Persiapan Konvensyen Doktor Muda			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang Konvensyen Doktor Muda.</li> <li>2. Sekolah Cemerlang Doktor Muda</li> <li>3. Buku Skrap</li> <li>4. Pameran</li> <li>5. Bercerita</li> <li>6. Persembahan Bakat</li> <li>7. Penulisan Esei</li> <li>8. Melukis poster</li> <li>9. Tokoh Doktor Muda</li> </ol>	<p><u>Rujukan</u> :</p> <p>Garis panduan penyertaan Konvensyen peringkat negeri dan kebangsaan.</p>
20	Persiapan Konvensyen Doktor Muda			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerangan tentang Konvensyen Doktor Muda.</li> <li>2. Sekolah Cemerlang Doktor Muda</li> <li>3. Buku Skrap</li> <li>4. Pameran</li> <li>5. Bercerita</li> <li>6. Persembahan Bakat</li> <li>7. Penulisan Esei</li> <li>8. Melukis poster</li> <li>9. Tokoh Doktor Muda</li> </ol>	<p><u>Rujukan</u> :</p> <p>Garis panduan penyertaan Konvensyen peringkat negeri dan kebangsaan.</p>

## **JAWATANKUASA PENYEDIAAN GARIS PANDUAN KURIKULUM KELAB DOKTOR MUDA**

### **Penasihat**

Pengarah  
Bahagian Pendidikan Kesihatan  
Kementerian Kesihatan Malaysia

### **Ahli-ahli :**

1. En. Munshi B. Abdullah *Bahagian Pendidikan Kesihatan, Kementerian Kesihatan Malaysia*
2. En. Imtiaz Ahmad B. Ghulam Kadir *SK Permatang Tok Mahat, Seberang Prai Selatan.*
3. En. Che Mohd Khalib B. Che Omar *Jabatan Kesihatan Negeri Kelantan*
4. Cik Norhidayahtun Fadhilah Mohd Nor *Jabatan Kesihatan Negeri Selangor*
5. En. Yusaini B. Hashim *Jabatan Kesihatan Negeri Perak*
6. Pn. Khauthar Bt. Ahmad *Jabatan Kesihatan Negeri Pulau Pinang*
7. Cik Melor Bt. Selar *Jabatan Kesihatan Negeri Johor*

### **Fasilitator**

1. Pn. Maznun Bt. Mohd Isa *Bahagian Sekolah, Kementerian Pelajaran Malaysia*
2. HJ. Wan Rokman B. HJ. Wan Yaacob *Bahagian Pendidikan Kesihatan, Kementerian Kesihatan Malaysia*
3. En. Aminullah B. Zakaria *Jabatan Pelajaran Perlis*
4. En. Faridon Kamal B. Radzi *Jabatan Pelajaran Pulau Pinang*
5. En. Zulkefli B. Manaf *SMK Bukit Kepayang , Seremban , Negeri Sembilan.*
6. En. Mokhtar B. Husin *SMK Dato' Abdul Razak, Seremban, Negeri Sembilan*
7. Pn. Samsiah Bt. Awang *SMK Shahbandaraya Klang, Selangor*
8. En. Chan Kau Chai *SK Jelai 1( F), Gemas, Negeri Sembilan*
9. En. Putra B. Hj. Ahmad *SK Bangsar , Kuala Lumpur*

## **PENGHARGAAN**

**Ucapan penghargaan dan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat secara langsung dan tidak langsung dalam menyediakan Garis Panduan Kurikulum Kelab Doktor Muda ini, khususnya :**

- Bahagian Sekolah, Kementerian Pelajaran Malaysia
- Bahagian Pendidikan Kesihatan, Kementerian Kesihatan Malaysia
- Jabatan Pelajaran Negeri Perlis
- Jabatan Pelajaran Negeri Pulau Pinang
- Jabatan Pelajaran Negeri Sembilan
- Jabatan Pelajaran Negeri Selangor
- Jabatan Pelajaran Wilayah Persekutuan Kuala Lumpur
- Jabatan Kesihatan Negeri Kelantan
- Jabatan Kesihatan Negeri Selangor
- Jabatan Kesihatan Negeri Perak
- Jabatan Kesihatan Negeri Pulau Pinang
- Jabatan Kesihatan Negeri Johor