

Garis Panduan Pelaksanaan Aktiviti



IMFree Tahun 1



Panduan Guru



**KEMENTERIAN
PENDIDIKAN
MALAYSIA**

GARIS PANDUAN PELAKSANAAN AKTIVITI IMFree TAHUN 1

KANDUNGAN

	Muka Surat
Panduan Penggunaan Garis Panduan Pelaksanaan Aktiviti	2
i. Latar Belakang	3
ii. Matlamat	3
iii. Objektif	4
iv. Peruntukan akta / Surat pekeliling iktisas berkaitan	5
v. Pelan pelaksanaan IMFree - Tahun 1	12
Jawatankuasa Penyediaan Garis Panduan ImFree	15
Penghargaan	17

PANDUAN PENGGUNAAN GARIS PANDUAN PELAKSANAAN AKTIVITI

1. Garis panduan ini merupakan bahan rujukan bagi Guru IMFree dalam mengendalikan aktiviti IMFree di sekolah.
2. Garis panduan ini mengandungi Pelan Pelaksanaan Aktiviti IMFree yang memperincikan aktiviti bagi setiap sesi yang terlibat.
3. Pelan Pelaksanaan Aktiviti IMFree mengandungi 24 aktiviti untuk 6 sesi/perjumpaan setahun untuk murid tahun 1. Guru IMFree boleh melaksanakan aktiviti seperti mana disarankan mengikut kesesuaian di sekolah masing-masing.
4. Penilaian kefahaman murid dilakukan setiap tahun melalui pemerhatian guru dan soal selidik berpandu.
5. Dokumen sokongan dalam melaksanakan aktiviti Program IMFree adalah seperti berikut:
 - i. Pakej Program IMFree (Panduan Guru)
 - ii. Buku Lembaran Kerja IMFree (Panduan Guru)
6. Guru IMFree juga digalakkan untuk merancang dan melaksanakan aktiviti IMFree mengikut kreativiti dan sumber yang ada di sekolah masing-masing.

PROGRAM IMFree

IMFree

Setiap murid faham dan mengambil tindakan secara rasional dan beremosi yang tenang serta mengelak daripada pengaruh negatif dalam menjaga diri dan menjadi generasi sihat tanpa asap rokok dan bebas daripada pengaruh negatif tabiat merokok.

Latar Belakang Program

IMFree merupakan satu program pendidikan dan pencegahan amalan merokok dalam kalangan murid sekolah rendah (tahun 1 hingga 6) berumur 7 hingga 12 tahun di sekolah rendah bantuan penuh kerajaan (Sekolah Kebangsaan, Sekolah Rendah Jenis Kebangsaan (Cina) dan Sekolah Rendah Jenis Kebangsaan (Tamil)). Komponen IMFree juga dilaksanakan di pra sekolah melalui sisipan dalam Program Tunas Doktor Muda diseluruh Negara melibatkan 140 buah sekolah dan seramai 560 orang guru (Jurulatih Utama).

Program ini merupakan usahasama Kementerian Kesihatan Malaysia dan Kementerian Pendidikan Malaysia dalam mencapai Pelan Strategik Kawalan Tembakau 2015 -2020 dan sasaran *Global NCD Target by 2025* iaitu mensasarkan 9 indikator dan salah satu indikator adalah melalui strategi P: Melindungi golongan merokok dari bahaya asap rokok iaitu dengan memperkasakan masyarakat membudayakan amalan tidak merokok (*denormalised smoking habit*).

Matlamat

Mencapai generasi bebas amalan merokok menjelang tahun 2025

OBJEKTIF PROGRAM

Objektif Umum

Objektif utama program ini dijalankan adalah bagi membendung atau mencegah pelajar sekolah rendah daripada terlibat dengan aktiviti merokok.

Objektif Khusus

- a) Memupuk persepsi negatif terhadap tingkahlaku merokok dalam kalangan kanak-kanak sekolah rendah.
- b) Membina personaliti yang positif terhadap kanak-kanak sekolah rendah bagi menyatakan hak mereka untuk bebas daripada asap rokok.
- c) Memupuk nilai saling ingat-mengingati antara satu sama lain terhadap bahaya dan kesan kepada tingkahlaku merokok.
- d) Meningkatkan ilmu kanak-kanak sekolah rendah terhadap isu-isu kesihatan secara tidak langsung melalui :
 - i. Penyampaian maklumat yang berkesan.
 - ii. Kecekapan sumber manusia.
 - iii. Pengaruh sosial.
 - iv. Kombinasi pengaruh sosial dan kecekapan.
 - v. Program multi-model

Skop IMFree adalah bermandukan Garis Panduan Pelaksanaan Program IMFree dan Buku Lembaran Kerja IMFree yang diterbitkan oleh Kementerian Kesihatan dengan kerjasama Kementerian Pendidikan Malaysia tahun 2015 yang merangkumi skop seperti berikut:

- Skop 1 : Apa itu rokok?
- Skop 2 : Mengapa seseorang itu merokok?
- Skop 3 : Perokok pasif
- Skop 4 : Kandungan racun dalam rokok
- Skop 5 : Bahaya rokok kepada tubuh badan
- Skop 6 : Faedah tidak merokok

PERUNTUKAN AKTA/ SURAT PEKELILING IKTISAS BERKAITAN

PEKELILING-PEKELILING BERHUBUNG PENDIDIKAN PENCEGAHAN DADAH

1. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 7/1975: Ruj. KP8548/8/(67) **Bertarikh 19 Ogos 1975**
 - Garis Panduan Untuk Mengenal/ Mengecamkan Orang Yang Menggunakan Atau Menyalahgunakan Dadah.
2. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 2/1979: Ruj. KP(BS)8786-51/Jld.IV/(20) **bertarikh 26 Mac 1979**
 - Laporan Murid-Murid Dalam Keadaan Risiko Penyalahgunaan Dadah Yang Memerlukan Pertolongan
3. Surat Pekeliling Am Bil. 1/1985: Ruj. PPAD(S) 133/883/1 **bertarikh 29 Januari 1985**
 - Program-Program Mencegah Dan Membasmi Kegiatan Penagihan Dadah Di Agensi-agensi Kerajaan
4. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 8/1986: Ruj. KP.(BS)8548/8/1/Jld.III/(13) **bertarikh 29 Disember 1986**
 - Penyalahgunaan Inhalan
5. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 3/1988: Ruj.KP(BS)8591/Jld. III/(3) **bertarikh 3 Februari 1988**
 - Program Skim Lencana Anti Dadah Pasukan Berpakaian Seragam sekolah Menengah (SLAD)
6. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 7/1992: Ruj. KP(BS)8591/Jld.VII/13 **bertarikh 27 Julai 1992**
 - Pengharaman Pensil Berbentuk Alat Suntikan (Syringe) Di sekolah-sekolah.
7. Surat Kementerian Pendidikan Malaysia Ruj. KP(BS)8548/23/C/(5) **bertarikh 27 April 1995**
 - Pelaksanaan Program Cuma Lima Minit Anti Dadah Di Sekolah Rendah Dan Menengah
8. Surat Kementerian Pendidikan Malaysia Ruj.KP(BS/HEP) 8543/064(36) **bertarikh 24 Julai 1998**
 - Ujian Urin Pelajar Sekolah
9. Surat Kementerian Pendidikan Malaysia Ruj. KP(BS/HEP) 8543/0113/(47) **bertarikh 27 Ogos 1998**
 - Analisis Pelajar/Guru/Pekerja Yang Terlibat Dengan Dadah/Inhalan/Ubat Batuk (Borang ADIUB 1A)
10. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 1/1979 Ruj. KP(BS)8548/4/Jld.IX/(1) **bertarikh 27 Januari 1979**
 - Senarai Tugas-tugas Guru Panduan Di Sekolah Menengah
11. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 1/1985 Ruj. KP(BS)8591/Jld.II(29) **bertarikh 2 Januari 1985**
 - Penubuhan Jawatankuasa Bimbingan Pelajar Sekolah

SURAT- SURAT PEKELILING IKHTISAS MENGENAI DISIPLIN PELAJAR

1. Surat Pekeliling 'Profesionalisme' Kementerian Pelajaran Malaysia Bil.6/1968. Ruj.KP.8543/(10) **bertarikh 10 September 1968.**
 - Pembuangan Murid-murid Daripada Sekolah-sekolah Kerana Kelakuan Curang.
2. Surat Pekeliling 'Profesionalisme' Kementerian Pelajaran Malaysia Bil.8/1968. Ruj.KP.8543 02(12) **bertarikh 18 September 1968.**
 - Tatatertib di Sekolah-sekolah.
3. Tambahan Kepada Surat Pekeliling 'Profesionalisme' Kementerian Pelajaran Malaysia Bil.6/68 dan 8/68
4. Surat Pekeliling Ikhtisas Kementerian Malaysia Bil.6A/1975 Ruj.KP.8548/8(75) **bertarikh 5 September 1975.**
 - Disiplin-Murid-murid Menghisap Rokok
5. Surat Pekeliling Ikhtisas Kementerian Pelajaran Malaysia No.7/1975. Ruj.KP.8548/8(67) **bertarikh 19 Ogos 1975.**
 - Salah Guna Dadah - Garis Panduan Untuk Guru Panduan dan Guru Besar.
6. Surat Pekeliling Ikhtisas Kementerian Pelajaran Malaysia Bil.9/1975. Ruj.KP.8543/Vol.2(5) **bertarikh 4 November 1975.**
 - Disiplin Di Sekolah - Peraturan - peraturan Sekolah Untuk Murid-murid
7. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil.9/1975
 - Perkara-perkara Tatatertib Yang Dianggap Berat

8. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil.8/1983. Ruj.KP(BS)8591/Jld.II/(17) **bertarikh 7hb November 1983.**
 - Mengenakan Hukuman Biasa Terhadap Murid-murid Yang Melakukan Perbuatan Salahlaku Yang Tidak Dinyatakan Dalam Peraturan-peraturan Pelajaran.
9. **Lampiran** - Laporan Penggal Kes-kes Penyalahgunaan Dadah
10. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 1/1983
 - Garis Panduan Kempen Anti Merokok Di sekolah-sekolah
11. Surat Pekeliling Ikhtisas Bilangan 7/1986
 - Langkah-langkah Keberkesanan Disiplin Sekolah
12. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 7/1995
 - Tatacara Mengenakan Tindakan dan Hukuman Terhadap Pelajar-Pelajar Sekolah
13. Surat pekeling ikhtisas bil.4/1997:
 - Hukuman Ke Atas Murid Menghisap Rokok
14. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil.5/1997:
 - **Sekolah Sebagai Kawasan Larangan Merokok**
15. Surat Pekeliling Ikhtisas Bil.8/1983
 - Mengenakan Hukuman Biasa Terhadap Murid-murid Yang Melakukan Perbuatan Salah Laku Yang Tidak Dinyatakan Dalam Peraturan-peraturan Pelajaran

KOLEKSI SURAT PEKELILING IKHTISAS TAHUN 2001 - 2002

1. SURAT PEKELILING IKHTISAS BIL.8/2001
 - Pemantapan Pengurusan Disiplin di Sekolah

2. SURAT PEKELILING IKHTISAS BIL.9/2001
 - Penglibatan Pelajar Dengan Kegiatan Negatif

3. SURAT PEKELILING IKHTISAS BIL.10/2001
 - Semua Guru Adalah Guru Disiplin

4. SURAT PEKELILING IKHTISAS BIL.4/2002
 - Pelaksanaan Program Sekolah Selamat

CADANGAN DAN PANDUAN PELAN PELAKSANAAN AKTIVITI IMFree TAHUN SATU

PERJUMPAAN	TAJUK	ISI KANDUNGAN	AKTIVITI	CATATAN	CADANGAN WAKTU	ULASAN
		KIT AKTIVITI				
1. (5 minit x 2) Perjumpaan1- Bulan Februari	Apa itu Rokok	- Kandungan racun dalam rokok	- Nyanyian lagu IMFree dalam Program 5 minit anti dadah (rokok) - Aktiviti suai padan 1 - Kad Imbasan (Racun Dalam Rokok) - Mari Mewarna (Apa itu Rokok)	- Rujuk buku lembaran kerja m/s 9, 10, 11, 23, 24 & 25 Melaksanakan sekurang- kurangnya 3 aktiviti untuk perjumpaan pertama	- Semasa perhimpunan (1x sebulan) - 5 minit pertama selepas rehat (siri 1) - 5 minit pertama selepas rehat (siri 2)	
2. (5 -10 minit untuk setiap aktiviti) Perjumpaan1- Bulan Mac	Mengapa Seseorang Itu Merokok	<ul style="list-style-type: none"> • Orang lain merokok • Tidak tahu sebab merokok • Terpengaruh dengan promosi rokok 	- Nyanyian lagu IMFree dalam Program 5 minit anti dadah (rokok) -Tayangan Video (<i>Dont Start</i>) - Sambung Titik Bernombor, Berhuruf dan Mewarna	- Rujuk buku lembaran kerja m/s 13-19 - Melaksanakan 3 aktiviti untuk perjumpaan kedua	- Semasa perhimpunan pagi (1x sebulan) dan sebelum mula sesi pembelajaran IMFree - 5 minit pertama selepas rehat (siri 3)	

PERJUMPAAN	TAJUK	ISI KANDUNGAN	AKTIVITI	CATATAN	CADANGAN WAKTU	ULASAN
		KIT AKTIVITI				
3. (5 - 10 minit untuk setiap aktiviti) perjumpaan 3-bulan mei	Perokok Pasif	<p>Mendapat bahaya jika menghidu asap rokok</p> <p>Jangan hidu asap rokok</p> <p>Jauhkan diri daripada orang yang merokok</p> <p>Hidu asap rokok akan menyebabkan batuk dan susah bernafas</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Nyanyian lagu IMFree dalam Program Cuma 5 minit anti dadah (rokok) - Kad imbasan (Asap Rokok Pasif) - Tayangan Video (<i>Second Hand Smoker</i>) - Tayangan Video (<i>Third Hand Smoker</i>) - Aktiviti Suai Padan 2 - Mari Mewarna (Asap Rokok Pasif) 	<ul style="list-style-type: none"> - Rujuk buku lembaran kerja m/s 12 - Rujuk buku lembaran kerja m/s 23, 24 & 25 - Rujuk buku lembaran kerja m/s 32 - Rujuk buku lembaran kerja m/s 35 & 36 	<ul style="list-style-type: none"> - Sesi pendidikan merentasi kurikulum oleh guru mata pelajaran. - Aktiviti bersama Pembimbing Rakan Sebaya / pengawas PPDA - Sesi mata pelajaran Pendidikan Kesihatan 	

PERJUMPAAN	TAJUK	ISI KANDUNGAN	AKTIVITI	CATATAN	CADANGAN WAKTU	ULASAN
		KIT AKTIVITI				
4. (5 -10 minit untuk setiap aktiviti) - perjumpaan 4-bulan jun	Kandungan Racun Dalam Rokok	Ubat gegat Pencuci Lantai Racun Anai - anai Ubat Nyamuk	- Nyanyian lagu IMFree dalam Program Cuma 5 minit anti dadah (rokok) - Tayangan Video Animasi 2D (Racun Dalam Rokok) - Aktiviti Suai Padan 1 (Kandungan Racun Dalam Rokok)	- Rujuk buku lembaran kerja m/s 36-38 - Melaksanakan 3 aktiviti untuk perjumpaan keempat	- Sesi pendidikan merentasi kurikulum oleh guru mata pelajaran. - Aktiviti bersama Pembimbing Rakan Sebaya / pengawas PPDa - Sesi mata pelajaran Pendidikan Kesihatan - Minggu/ bulan PPDa - Mesyuarat Agung PIBG - Pertengahan tahun(selepas peperiksaan pertengahan tahun)	

PERJUMPAAN	TAJUK	ISI KANDUNGAN	AKTIVITI	CATATAN	CADANGAN WAKTU	ULASAN
		KIT AKTIVITI				
5. (5 -10 minit untuk setiap aktiviti) Perjumpaan 5-bln ogos	Bahaya Rokok Kepada Tubuh Badan	<ul style="list-style-type: none"> • Nafas berbau • Pakaian dan rambut busuk • Gigi kekuningan • Ketagihan dan mengantuk 	<ul style="list-style-type: none"> - Nyanyian lagu IMFree dalam Program Cuma 5 minit anti dadah (rokok) - Tayangan Video Buku Cerita : Buaya dan Sang Kancil - Aktiviti Suai Padan 2 (Kesan Merokok Kepada Kesihatan) - Mari Mewarna (Bahaya Rokok Kepada Tubuh Badan) - Papan Interaktif (Kenali Badan Perokok) - Jom Mengail 	<ul style="list-style-type: none"> - Rujuk buku lembaran kerja m/s 44-57 Melaksanakan sekurang-kurangnya 3 aktiviti untuk perjumpaan kelima 	<ul style="list-style-type: none"> - Sesi pendidikan merentasi kurikulum oleh guru mata pelajaran. - Aktiviti bersama Pembimbing Rakan Sebaya / pengawas PPDa - Sesi mata pelajaran Pendidikan Kesihatan - Minggu/ bulan PPDa - Mesyuarat Agung PIBG - Sisipan dalam mata pelajaran Bahasa Malaysia - Akhir tahun - Sambutan Hari Anti Dadah (Februari) & aktiviti orientasi darjah 1 - Sisipan pada matapelajaran PK (Ogos & September) 	

PERJUMPAAN	TAJUK	ISI KANDUNGAN	AKTIVITI	CATATAN	CADANGAN WAKTU	ULASAN
		KIT AKTIVITI				
<p>6. (5 -10 minit untuk setiap aktiviti)</p> <p>- Perjumpaan 6-bln sept</p>	<p>Faedah Tidak Merokok</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lebih sihat • Elak penyakit • Gigi putih • Nafas segar • Panjang umur 	<ul style="list-style-type: none"> - Nyanyian lagu IMFree dalam Program Cuma 5 minit anti dadah (rokok) - Kad Imbasan 3 (Ceria Tanpa Rokok) - Tayangan Video Animasi Puppet : Usah Mulakan - Sambung Titik Bernombor, Berhuruf dan Mewarna - Dam Interaktif IMFree - Kad Kreatif dan Kad Penghargaan 	<ul style="list-style-type: none"> - Rujuk buku lembaran kerja m/s 66-88 Melaksanakan sekurang-kurangnya 3 aktiviti untuk perjumpaan ke enam 	<ul style="list-style-type: none"> - Sesi pendidikan merentasi kurikulum oleh guru mata pelajaran. - Aktiviti bersama Pembimbing Rakan Sebaya / pengawas PPda - Sesi mata pelajaran Pendidikan Kesihatan - Minggu/ bulan PPda - Mesyuarat Agung PIBG - Minggu orientasi Tahun 1 - Untuk Mata pelajaran aktiviti berkaitan sambutan hari tertentu - Untuk Mata pelajaran Seni Lukis 	

* Nyanyian lagu IMFree dinyanyikan semasa perhimpunan pagi (1x sebulan) dan sebelum mula sesi pembelajaran IMFree.

* Aktiviti ini juga boleh dilaksanakan pada hari-hari keraian sekolah :-

- I. Program Anti Merokok Minggu/Bulan PPDa
- II. PPDa merentasi Kurikulum
- III. Hari Anugerah Kokurikulum
- IV. Hari Anugerah Akademik
- V. Hari Guru
- VI. Hari PIBG
- VII. Minggu Sihat Doktor Muda
- VIII. Hari Sukan/Minggu Kesihatan
- IX. Hari Terbuka
- X. Hari Sekolah Ganti (Sabtu)

* Aktiviti ini juga boleh dilaksanakan secara pakej pada hari Sabtu bersama ibu bapa/guru-guru di luar sekolah.

JAWATANKUASA PENYEDIAAN GARIS PANDUAN IMFree

SENARAI PENYUMBANG

KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

Bahagian Pendidikan Kesihatan

1. En. Munshi Bin Abdullah
Ketua Penolong Pengarah
2. Pn. Rosnani Binti Kassim
Penolong Pengarah Kanan
3. En. Amiruddin Bin Abd Razak
Penolong Pengarah Kanan
4. En. Mohd Razif Bin Zakaria
Penolong Pengarah Kanan
5. Pn. Zanariah Bt Zaini
Penolong Pengarah Kanan
6. Pn. Shareza Binti Mardan
Ketua Jururawat

Bahagian Kawalan Penyakit

1. Dr. Nizam Baharom
Ketua Penolong Pengarah Kanan
Unit Kawalan Tembakau & FCTC

Bahagian Perkembangan Kesihatan Pergigian

1. Dr. Sharol Lail bin Sujak
Timbalan Pengarah

Bahagian Pembangunan Kesihatan Keluarga

1. Dr. Aizuniza Bt Abdullah
Ketua Penolong Pengarah Kanan

Jabatan Kesihatan Negeri

1. Dr. Elnie Melson
Ketua Penolong Pengarah
Jabatan Kesihatan Wilayah Persekutuan Labuan
2. En. Mohd Iznhan Bin Zakaria
Penolong Pengarah Kanan
Jabatan Kesihatan Negeri Selangor
3. En. Hairullida B. Suhaili
Penolong Pengarah
Jabatan Kesihatan Negeri Perak
4. En. Mohd Adib B. Salleh
Penolong Pengarah Kanan
Jabatan Kesihatan Negeri Kelantan

Institut/Hospital/Universiti/Pejabat Kesihatan Daerah

1. Dr. Lydia Mason Lionel
Pakar Kesihatan Awam (Pergigian)
Klinik Pergigian Kelana Jaya
2. Dr. Siti Nur Binti Yaacob
Pensyarah Kanan
Department of Human Development & Family Studies
Faculty of Human Ecology
Universiti Putra Malaysia
3. Pn. Irene Faridah Binti Ismail
Pegawai Pendidikan Kesihatan
Pejabat Kesihatan Daerah Batu Pahat

KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

Bahagian Pengurusan Sekolah Harian

1. Pn. Jahleha Binti Yusof
Penolong Pengarah
Unit Pencegahan Dadah dan Intervensi
(PPDa)


Jabatan Pendidikan Negeri

1. En. Amran Bin Zakaria
Jabatan Pendidikan Negeri Kedah
2. En. Ismail Bin Mohd Noor
Jabatan Pendidikan Negeri Wilayah
Persekutuan Kuala Lumpur
3. Cik Norlela Binti Jonid
Jabatan Pendidikan Negeri Melaka
4. En. Salim Bin Daim
Jabatan Pendidikan Negeri Kelantan
5. Pn Hj Nariah Binti Mulok
Jabatan Pendidikan Negeri Sabah
6. Pn. Aini Saadah Binti Mohd Saod
Jabatan Pendidikan Negeri Perak
7. En. Mohd Afian Bin Ramlan
Jabatan Pendidikan Negeri Johor

8. Hj Mohd Ghazali Bin Hj Anuar
Jabatan Pendidikan Negeri Selangor
9. En. Zulkifli B. Kamarudin
Jabatan Pendidikan Negeri Pulau Pinang
10. Tn. Hj Shamsul Kamal Bin Rahman
Jabatan Pendidikan Negeri Sembilan
11. En. Mohd Nawi Bin Mustaffa
Jabatan Pendidikan Negeri Terengganu
12. Pn. Naemah Binti Ismail
Jabatan Pendidikan WP Putrajaya
13. En. Haris Bin Ibrahim
Pegawai Khas Dadah
PPD Kuantan, Pahang
14. En. Mohd Rizal Bin Badrul Hassan
Pegawai Khas Dadah
PPD Rompin, N. Sembilan

PENGHARGAAN

Ucapan penghargaan dan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat secara langsung dan tidak langsung dalam menyediakan Garis Panduan Pelaksanaan Aktiviti IMFree





Terbitan
Bahagian Pendidikan Kesihatan
Kementerian Kesihatan Malaysia
dengan Kerjasama
Bahagian Pengurusan Sekolah Harian
Kementerian Pendidikan Malaysia
2016