

I. Hidup dengan Sihat dan Selamat

01 Menjaga Kesihatan

(1) Menerima rawatan di Institusi Perubatan

- 01 Menjelaskan keadaan kesihatan kepada jiran dan meminta nasihat mereka
- 02 Mengikuti prosedur di kaunter ketika datang kali pertama sebagai pesakit
- 03 Pemeriksaan oleh doktor
- 04 Bertanya tentang cara mengatasi gejala penyakit dan memahami jawapan doktor

(02) Menggunakan Ubat-ubatan

- 01 Menerima preskripsi ubat drp institusi perubatan dan memeriksa kandungan preskripsi
- 02 Menjelaskan gejala penyakit dan membeli ubat-ubatan
- 03 Memahami penjelasan tentang kegunaan obat, cara penggunaannya dan hal-hal lain yang berkenaan

(03) Langkah-langkah Penjagaan Kesihatan

- 01 Memahami maklumat tentang wabak penyakit dan langkah-langkah pencegahan yang perlu diambil
- 02 Memahami maklumat tentang keselamatan makanan dan bekalan air.

02 Menjaga Keselamatan

(04) Persediaan dalam Menghadapi Kemalangan

Memahami pelbagai notis & papan tanda (amaran voltan tinggi

- 01 & renjatan elektrik, "Dilarang Masuk" dsb)
- 02 Mengetahui cara mengunci pintu dan tingkap dengan betul
- 03 Menelefon polis (Mendail 110)
- 04 Memberitahu orang terdekat (apabila berlaku insiden). Memanggil

- 05 Memanggil ambulans

- 06 Memberitahu orang terdekat (bila berlaku kemalangan dsb)

(05) Persiapan ketika dan jika Berlaku Bencana

Memahami maklumat yang diberi oleh kerajaan tempatan,

- 01 notis, papan tanda & menyemak laman berkaitan
- 02 Mengetahui lokasi dan cara evakuasi dan boleh bertanya tentang hal ini kepada orang lain
- 03 ☆Mempelajari tentang gempa bumi
- 04 Melindungi diri (ketika terjadi gempa bumi)
- 05 ☆Mempelajari tentang ribut taufan
- 06 Memberi perhatian dan memahami ramalan cuaca dan maklumat mengenai ribut taufan
- 07 Menelefon bomba/ talian kecemasan (mendail 119) dan menelefon polis (mendail 110) jika terjadi kebakaran, dsb.

II. Mendapatkan dan Menjaga Tempat Tinggal

03 Mendapatkan tempat tinggal

(06) Mendapatkan tempat tinggal

- 01 Merujuk kepada agen hartanah
- 02 Memilih lokasi tempat tinggal
- 03 Menandatangani kontrak sewa
- 04 Menyewa perkhidmatan syarikat pemindahan
- 05 Mengikuti prosedur yang berkaitan

04 Menyediakan Kediaman Untuk Didiami

(07) Mengurus kediaman

- 01 ☆Mengerti prosedur yang diperlukan sebelum mula menggunakan kediaman
- 02 Memohon kemudahan (elektrik, gas, air, dsb)

III. Sebagai Pengguna

05 Membeli barangan, menggunakan perkhidmatan

(8) Membeli barangan, menggunakan perkhidmatan

- 01 Mencari kedai yang menjual barangan yang diperlukan
- 02 ☆Mengetahui kedai yang mana yang menjual barangan mengikut keperluan
- 03 Mencari kedai yang menjual barangan tertentu
- 04 Berbelanja di pusat beli belah, pasaraya, kedai serbanika, kedai barangan elektrik, kedai buku dsb
- 05 Mencari barang yang ingin dibeli dengan melihat info di dalam kedai dan bertanya kepada pekedai
- 06 Bertanya kepada pekedai di mana letaknya barang yang ingin dibeli di dalam kedai
- 07 Bertanya kepada pekedai tentang sesuatu produk
- 08 Melihat harga
- 09 Bertanya tentang fungsi dan harga barang
- 10 Membaca informasi tentang produk
- 11 Mengira harga berserta cukai
- 12 Bertanya apakah boleh mencuba barang terlebih dahulu sebelum membeli
- 13 Bertanya barang yang sama dengan warna berbeza
- 14 Bertanya barang yang sama dengan ukuran berbeza
- 15 Menggunakan kad mata ganjaran dan bawcer diskaun
- 16 Menggunakan kad kredit
17. Memilih dan membeli barang yang diperlukan
18. Membuat pembayaran (di kaunter)
19. Mengembalikan atau menukar barang
20. Memesan barang atau perkhidmatan
21. Mengetahui perkhidmatan dan harga yang ditawarkan di satu-satu kedai (di restoran dan lain-lain)
22. Mencari restoran yang menyediakan makanan yang ingin dimakan
23. Memesan melalui telefon
24. Bercakap dengan pekerja restoran
25. Meminta sesuatu daripada pekerja restoran, contohnya, jumlah tempat duduk yang diperlukan, tempat merokok/ bukan merokok, dsb di sesebuah restoran
26. Membaca menu
27. Memilih dan memesan makanan
28. Membeli kupon makanan
29. Membuat pesanan tambahan
30. Membuat pembayaran (di restoran).
- 31 ☆Mengetahui servis apa yang ditawarkan di sesebuah kedai dan harganya (untuk pelbagai perkhidmatan)
- 32 Mencari kedai
- 33 Mempelajari menggunakan perkhidmatan
- 34 Menggunakan perkhidmatan yang tersedia di kedai serbanika (mesin ATM, mesin faks, pembayaran bil dsb)
- 35 Menggunakan perkhidmatan cucian kering, kedai sewa video, salun, kedai gunting rambut dsb.
- 36 Memahami dengan jelas keterangan sesuatu produk
- 37 Memahami iklan di dalam surat khabar dan risalah
- 38 Memeriksa resit
- 39 Memahami resit

- 40 Melakukan pembayaran
- 41 Memastikan sama ada boleh menggunakan kad atau tidak

06 Mengurus wang

(09) Menggunakan institusi kewangan

- 01 Menggunakan perkhidmatan (membuka akaun)
- 02 Mengeluarkan wang anda

IV. Menuju ke Sesuatu Destinasi

07 Menggunakan sistem pengangkutan awam

(10) Menggunakan kereta, bas, kapal terbang, kapal laut dan lain-lain.

- 01 Bertanya tentang waktu bertolak dan berapa lama untuk sampai ke destinasi tersebut
- 02 Bertanyakan cara untuk sampai ke sesebuah destinasi
- 03 Menggunakan mesin tiket

(11) Menggunakan teksi

- 01 Mencari tempat hentian teksi
- 02 Menahan teksi di tepi jalan raya
- 03 Memberitahu pemandu teksi tempat yang dituju
- 04 Mengetahui dan membayar tambang teksi

08 Berjalan kaki

(12) Berjalan kaki

- 01 Membaca alamat, nama jalan dan memahami peta sesebuah bandar dan sebagainya.
- 02 Mencari destinasi di atas peta
- 03 Meminta seseorang untuk melukiskan peta
- 04 Mencari arah dan jarak ke destinasi
- 05 Bertanya bagaimana untuk menuju ke destinasi

VII. Berinteraksi dengan orang lain

14 Membina Hubungan Yang Baik dengan Orang lain

(31) Berinteraksi dengan orang lain

- 01 ☆ Memahami perbezaan pelbagai ucapan dan tujuannya
- 02 ☆ Memahami jenis ucapan yang sesuai dengan setiap situasi
- 03 Mempelajari ucapan yang sesuai untuk setiap ketika dan menggunakan ucapan tersebut
- 04 ☆ Mengetahui penggunaan ucapan yang berbeza mengikut budaya
- 05 Menggunakan ucapan yang sesuai ketika berbicara dengan seseorang
- 06 Menyapa orang dalam kehidupan seharian
- 07 Menyapa seseorang sebagai cara berkenalan dengan orang lain
- 08 ☆ Memahami bagaimana untuk memperkenalkan diri
- 09 ☆ Memahami cara yang sesuai untuk memperkenalkan diri bergantung kepada situasi dan siapa orangnya
- 10 Memperkenalkan diri secara formal dalam situasi bisnes
- 11 Memperkenalkan diri dalam kehidupan peribadi
- 12 Bertanya kepada seseorang yang dipercayai tentang sesuatu yang anda tidak faham atau tidak pasti (seperti budi bahasa dalam budaya Jepun)

VIII. Menjadi Sebahagian daripada Masyarakat

15 Mematuhi Peraturan dan Tatatertib sesebuah Masyarakat Setempat

(33) Mengikuti tatacara sebagai seorang penduduk

- 01 ☆ Memahami jenis dan isi kandungan pelbagai prosedur
- 02 Bertanyakan tentang tempat pendaftaran "orang asing" di pejabat kerajaan daerah setempat
- 03 Mengetahui bagaimana untuk membuat pembayaran (pelbagai cukai)

- 04 Mengetahui prosedur yang berkaitan dengan anda (membuat pengiraan cukai pendapatan, permohonan pengembalian cukai)

(34) Mematuhi peraturan penduduk

- 01 Memeriksa dan memahami peraturan membuang sampah di lokasi kediaman melalui risalah informasi kehidupan harian dsb yang dikeluarkan oleh agensi kerajaan tempatan.

- 02 Bertanya kepada jiran tentang cara membuang sampah di kawasan kediaman anda

- 03 Merujuk kepada seseorang tentang peraturan ini

16 Mengambil bahagian dalam kegiatan masyarakat setempat

(35) Mengambil bahagian dalam kegiatan masyarakat

- 01 Bertanya kepada jiran mengenai persatuan penduduk setempat di kawasan kediaman anda
- 02 Menganggotai persatuan masyarakat setempat
- 03 Menyertai acara dan kegiatan

IX. Menikmati Hidup Yang Lebih Bermakna

20 Menikmati waktu terluang

(44) Menikmati waktu terluang

- 01 ☆ Mencari tempat untuk menikmati waktu terluang dan cara menggunakannya
- 02 Menerima cadangan daripada orang yang tepat
- 03 Mendapatkan maklumat daripada rakan sejawat atau orang sekeliling
- 04 ☆ Mengetahui jenis kemudahan & perkhidmatan awam
- 05 Bertanya kepada petugas penggunaan kemudahan awam

X. Mengumpul dan Mengirim Maklumat

21 Menggunakan komunikasi

(45) Menggunakan khidmat pos dan penghantaran barangan ke rumah

- 01 ☆ Memahami perkhidmatan di pejabat pos
- 02 Menulis dan mengirim surat atau poskad
- 03 Menjawab notis barangan sampai ketika tidak ada di kediaman
- 04 Menerima kiriman barangan ke rumah

(46) Menggunakan internet

- 01 ☆ Memahami perkhidmatan internet dan cara menggunakannya
- 02 Bertanya seseorang dan memahami tentang carian di internet
- 03 Menulis e-mail

(47) Menggunakan telefon dan mesin faks

- 01 Membuat panggilan telefon
- 02 Menerima panggilan telefon

22 Menggunakan Media Massa

(48) Menggunakan media massa dan sebagainya

- 01 Menonton program TV

Nota: "I-X," "01-22" dan "(01)-(48)" masing-masing berkaitan dengan "topik utama", "sub topik" dan "topik kecil" mengenai kegiatan harian. Dokumen ini tidak termasuk "V. Mendidik dan Membesarkan Anak" dan "VI. Bekerja" yang terkandung dalam "Senarai Kegiatan dalam Kehidupan Harian" di muka surat 120 "Rancangan Kurikulum Standard."

Nota: Item yang bertanda ("angka") adalah penting kerana ia merupakan kegiatan asas dalam kehidupan, atau ia berkait rapat dengan keselamatan dan amat perlu difahami sepenuhnya. Item yang bertanda bintang ("☆") adalah info yang perlu diketahui kerana ia merupakan faktor asas dalam kehidupan atau ia berkait rapat dengan keselamatan dan amat perlu difahami sepenuhnya.