

PELAN PEMBELAJARAN

No Modul	Topik	Jumlah Masa (Jam)
Modul 1	CABARAN DAN REALITI INDUSTRI KECIL DAN SEDERHANA (IKS)	1.0 Jam
Modul 2	ASAS PERUNDANGAN KESELAMATAN DAN KESIHATAN PEKERJAAN	1.0 Jam
Modul 3	ASAS PENGURUSAN KKP DI TEMPAT KERJA	2.0 Jam
Modul 4	PENGURUSAN BAHAN KIMIA (CHEMICAL MANAGEMENT)	2.0 Jam
Modul 5	Pengenalan Kepada Penyakit Pekerjaan	1.0 Jam
Modul 6	Pengenalan Kepada Keselamatan Pekerjaan Berkaitan Jalan Raya (WRRS)	1.0 Jam
Modul 7	PENGenalPASTIAN HAZARD, PENAKSIRAN RISIKO DAN KAWALAN RISIKO (HIRARC)	3.0 Jam
Modul 7.1	LATIHAN PRAKTIKAL BAGI PENGenalPASTIAN HAZAD, PENAKSIRAN RISIKO DAN KAWALAN RISIKO	3.0 Jam
Modul 8	PENYIMPANAN & PENGENDALIAN BAHAN	1.5 Jam
Modul 9	REKABENTUK STESEN KERJA DAN PENCAHAYAAN	1.5 Jam
Modul 10	PRODUCTIVE MACHINE SAFETY	2.0 Jam
Modul 11	PREMIS DAN KEBAJIKAN BERKAITAN DENGAN KERJA	2.0 Jam
JUMLAH JAM		21.0 Jam

PELAN PEMBELAJARAN

MODUL 1: CABARAN DAN REALITI INDUSTRI KECIL DAN SEDERHANA (IKS)

NO TOPIK	01
TAJUK	Cabaran Dan Realiti Industri Kecil Dan Sederhana (IKS)
JUMLAH MASA	0.5 Jam (30 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Memberi pendedahan kepada sektor IKS mengenai Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (KKP) 2). Meningkatkan tahap kesedaran KKP di kalangan majikan dan pekerja di sektor IKS 3). Memperkenalkan OSH-Coordinator dan peranannya dalam membantu pengurusan KKP
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar beritahu objektif dan hasil pembelajaran modul	5-6	Objektif, Harapan Daripada Kursus OSH-C
5	7	Menerangkan definisi IKS termasuk kategori-kategori IKS	7-10	Industri Kecil dan Sederhana di Malaysia
7	14	Pengajar menjelaskan cabaran yang dihadapi oleh sektor IKS dalam melaksanakan KKP	11	Cabaran di Sektor IKS
3	17	Perkongsian Punca-punca kemalangan serta statistik kemalangan	12-13	Kemalangan di Tempat Kerja
5	22	Perkongsian gambar-gambar kemalangan dengan menjelaskan bagaimana kemalangan boleh berlaku dengan mengaitkan faktor-faktor persekitaran.	14-18	Contoh Kemalangan di Tempat Kerja
3	25	Pengajar boleh menerangkan kelebihan sektor IKS dalam mengamalkan KKP di tempat kerja	19-20	Bagaimana KKKP boleh membantu IKS
3	28	Pengajar menerangkan ciri-ciri OSH-C dan peranan dan fungsi OSH Coordinator termasuk syarat-syarat untuk menjadi OSH-C.	21-22	Penyelaras KKP
2	30	Pengajar merumuskan bagaimana KKP boleh membantu organisasi IKS dalam pelbagai aspek OSH-C memainkan peranan penting dalam membantu majikan melaksanakan KKP di tempat kerja	23	Kesimpulan

PELAN PEMBELAJARAN

MODUL 2: PENGENALAN KEPADA JABATAN DAN ASAS PERUNDANGAN KESELAMATAN DAN KESIHATAN PEKERJAAN

NO TOPIK	02
TAJUK	Pengenalan Kepada Jabatan Dan Asas Perundangan Keselamatan Dan Kesihatan Pekerjaan
JUMLAH MASA	1.0 Jam (60 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Memberi Pengenalan Jabatan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (JKKP) 2). memberi pengenalan kepada asas kepada pembangunan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (KKP) di Malaysia 3). Menjelaskan peranan yang dimainkan oleh JKKP terhadap pelaksanaan dan penguatkuasaan undang-undang di bawah Akta 514 dan Akta 139
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar perlu menjelaskan Peranan JKKP sebelum dan selepas pindaan Akta 514 (bermula pada 16 Mar 2022). Peserta akan diterangkan mengenai JKKP yang merupakan agensi kerajaan yang diberi tanggungjawab untuk mentadbir dan menguatkuasakan perundangan mengenai Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (KKP) di negara ini	3-9	Punca Kuasa JKKP Profil JKKP Malaysia Aktiviti Utama JKKP Peranan JKKP
2	4	Pengajar perlu mengupas perkembangan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (KKP) di Malaysia dari pelbagai era yang berbeza untuk memberi gambaran perkembangan yang positif dari aspek KKP 1). Era Keselamatan Dandang - sebelum 1914 2). Era Keselamatan Jentera - 1914 hingga 1952 3). Era Keselamatan Industri - 1953 hingga 1967 4). Era Keselamatan dan Kesihatan Industri - 1970 hingga 1994 5). Era Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan - selepas 1994 6). Era OSHMP15 7). OSHMP 2020	10-11	Perkembangan Undang-Undang KKP

PELAN PEMBELAJARAN

15	19	Pengajar perlu menjelaskan perubahan ketara dalam peruntukan Utama Akta Kesihatan Pekerjaan 1994 (Akta 514) dengan lulusnya Akta A1648 di parlimen. Ia termasuk Skop Pemakaian dan pengecualian untuk kegiatan-kegiatan tertentu Kehendak Perundangan Berkaitan KKP melibatkan seksyen-seksyen untuk perlaksanaan dan penguatkuasaan undang-undang KKP. Pemakluman kepada penguatkuasaan Undang-Undang baru OSHA bermula 1-Jun 2024 Pengajar hendaklah menerangkan keadaan yang mewajibkan untuk organisasi menubuhkan Jawatankuasa KKP. Jika tertakluk kepada kewajipan penubuhan Jawatankuasa KKP, Peraturan kepada undang-undang Jawatanluasa KKP perlu di jelaskan. Selain itu, kadar penalti selepas pindaan akta yang perlu diketahui oleh majikan sekiranya melanggar peruntukan seksyen 15, 16, 17, 1 18, 18a atau 18b dibawah seksyen 19, OSHA 1994 (Pindaan 2022)	12-16	Skop Pemakaian
			17-26	Kehendak Perundangan KKP Kewajipan Am Majikan
			27	Jawatankuasa Keselamatan dan Kesihatan
			28	Penalti
20	39	Pengajar harus menerangkan peruntukan Seksyen 24 dan Seksyen 25 dalam Akta 514 melibatkan tanggungjawab pekerja dan implikasi terhadap pelanggaran kepada kedua-dua seksyen tersebut.	29 - 31	Kewajipan Am Pekerja
5	44	Seksyen 32 pula adalah kefahaman yang perlu bagi peserta berkaitan dengan pemberitahuan mengenai kemalangan, kejadian merbahaya, keracunan dan penyakit pekerjaan	32	Pelaporan Kemalangan
5	49	Peserta perlu dijelaskan perihal peruran-peraturan lain yang dikuatkuasakan di bawah Akta 514 serta kadar penalti-penalti lain sekiranya berlaku pelanggaran terhadap Akta 514	33-34	peraturan-peraturan di bawah AKKP 1994
3	52	Peruntukan Utama Akta Kilang dan Jentera 1967 (Akta 139)		Objektif Akta AKJ 1967 Skop Akta AKJ 1967 Definisi
2	54	Pengajar memberi penjelasan terhadap mesin-mesin yang wajib mempunyai perakuan seperti Dandang Stim (Steam Boiler), Bejana Tekanan Tak Berapi (Unfired Pressured vessel) dan Mesin Angkat (Hoisting Machine)	41-42	Perakuan Kelayakan
2	56	Pengajar memberitahu tatacara penggunaan kaedah online myKKP untuk permohonan online JKJ 101 bagi apa-apa butir sebagaimana yang boleh ditetapkan dalam akta	43	Notis Menduduki Kilang

PELAN PEMBELAJARAN

2	58	Pengajar menjelaskan peraturan-peraturan di bawah AKJ 1967 dan kesan setelah penguatkuasaan Akta Kilang dan Jentera (Pemansuhan) 2022	44-46	peraturan-peraturan di bawah AKJ 1967
2	60	Pengajar memberi rumusan daripada undang-undang berkaitan tentang berkewajipan memastikan keselamatan dan kesihatan pekerja dan orang awam yang lain pekerja Risiko bahaya perlu diurus dengan baik dan berkesan Selain itu, mengaitkan dengan Pengurusan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan yang baik dapat menjamin keselamatan dan kesihatan	47-48	Faedah Meningkatkan Keselamatan & Kesihatan Pekerja Kepada Organisasi Kesimpulan

MODUL 3: ASAS PENGURUSAN KKP DI IKS

NO TOPIK	03
TAJUK	Asas Pengurusan KKP di IKS
JUMLAH MASA	2.0 Jam (120 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Memberi kefahaman terhadap kewajipan organisasi dalam membentuk Dasar Keselamatan dan Kesihatan 2). Kesedaran kepentingan menubuhkan Jawatankuasa Keselamatan dan Kesihatan 3). Mengetahui tindakan yang perlu diambil jika berlaku kejadian kemalangan 4). Bagaimana untuk membangunkan Pelan Tindakan Kecemasan
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar menerangkan input penting untuk difahami dalam Modul 3 seperti - Kewajipan membentuk Dasar KKP - Penubuhan Jawatankuasa KKP - Pemberitahuan Kemalangan & Penyediaan Pelan Tindakan Kecemasan	5	Topik Perbincangan
8	10	Pengajar memberitahu perkara asas bagaimana untuk menerbitkan Dasar KKP seperti komponen dan kandungan Dasar KKP (dengan contoh sesuai)	6-9	Dasar Keselamatan dan Kesihatan

PELAN PEMBELAJARAN

2	12	Pengajar menerangkan keperluan untuk syarikat menyediakan struktur organisasi dengan fungsi asas operasi	10	Organisasi KKP
10	22	Pengajar menjelaskan pentingnya pengukuran dalam merancang program KKP seperti latihan KKP, pembangunan SOP, komunikasi dan kebajikan pekerja.	11	Pengukuran KKP
10	32	Pengajar memberikan contoh SOP yang sesuai untuk digunapakai dalam organisasi IKS bagi memberikan dokumentasi terhadap sistem kerja selamat.	12	Contoh Prosedur Kerja Selamat
10	42	Pengajar memberikan contoh melalui rajah, jadual dan gambar-gambar program berkaitan latihan dan kebajikan	13,14	Contoh program Latihan
5	47	Pengajar menerangkan langkah-langkah dalam menerbitkan dasar KKP organisasi.	15	4 Langkah Asas Untuk Laksana Dasar Kkp
10	57	Pengajar menerangkan asas kepada penubuhan JKK yang perlu ditubuhkan di tempat kerja yang di pengaruhi oleh pengurus dan anggotanya adalah wakil majikan dan wakil pekerja	16,17	Apa itu JKK ?
7	64	Pengajar menjelaskan kriteria penubuhan JKK di dalam organisasi dengan memberikan contoh struktur carta organisasi JKK.	18-21	Organisasi JKK
10	74	Pengajar perlu menghuraikan peranan yang dimainkan oleh JKK termasuk menjalankan mesyuarat dan memberikan contoh agenda dalam mesyuarat, surat lantikan, surat jemputan dan fungsi ahli JKK. Perkongsian gambar-gambar aktiviti JKKP untuk rujukan peserta.	22 - 31	Peranan JKK Menjalankan Mesyuarat Fungsi JKK Aktiviti JKK
10	84	Pengajar menerangkan impak kemalangan akan mengakibatkan maut dan kesan-kesan lain seperti bebanan kepada waris, reputasi terjejas dan kehilangan harta	32-37	Pelaporan Kemalangan Kemalangan jenis-Kenis Kemalangan
10	94	Pengajar menghuraikan jenis-jenis kemalangan termasuk kecuaiian yang mengakibatkan kemalangan dan mendatangkan kecederaan serius kepada pekerja.	38	Kemalangan Akibat Kecuaian dan Jentera Tiada Peralatan Keselamatan Yang Secukupnya
			39	Kemalangan Disebabkan Litar Pintas
			40	Kecederaan Anggota Badan Yang Serius
8	102	Pengajar menerangkan perkara-perkara yang patut dilakukan jika berlaku kemalangan di tempat kerja termasuk keperluan untuk mematuhi undang-undang KKP berkaitan dengan pelaporan kepada JKKP.	41	Tindakan Oleh Majikan Jika Berlaku Kemalangan / Kejadian Berbahaya / Penyakit / Keracunan

PELAN PEMBELAJARAN

			42,43	JKKP 6, JKKP 7
2	104	Menjelaskan kewajipan organisasi untuk menghantar laporan tahunan kejadian kemalangan dan insiden berdasarkan peruntukan undang-undang KKP.	44-48	Merekod Kemalangan, Kejadian Berbahaya, Keracunan Dan Penyakit Pekerjaan – JKKP 8
3	107	Pengajar menjelaskan perbezaan di antara kemalangan, bencana dan kecemasan	49-51	Pelan Tindakan Kecemasan Apa itu Kecemasan
5	112	Keadaan Kecemasan terhasil daripada signal daripada kejadian semula jadi dan juga tindakbalas daripada kegiatan manusia melalui teknologi	52	Keadaan Kecemasan - Gabungan Semula Jadi Dan Teknologi
			53	Kesan Bencana
			54-55	Bencana Alam
2	114	Pengajar menghuraikan keperluan untuk bersedia menghadapi situasi yang tak terjangka dan menyebabkan krisis, impak serta perlunya patuh kepada peruntukan undang-undang	56	Mengapa Bersedia Untuk Kecemasan
4	118	Pengajar mengaitkan objektif pelan tindakan kecemasan dengan Keperluan baharu dalam OSHA, Seksyen 15 (f) pembangunan dan pelaksanaan prosedur untuk menangani kecemasan yang mungkin timbul semasa pekerjaanya sedang bekerja.	57	Objektif Pelan Tindakan Kecemasan
2	120	Pengajar memberikan contoh Pelan Kecemasan dan	58	Pelan Laluan Kecemasan
2	122	Perkongsian sampel Senarai Pihak untuk Dihubungi semasa kecemasan	59	Nombor Kecemasan
2	120	Rangkuman kepada topik yang menekankan setiap industri perlu memastikan pematuhan kepada perundangan KKP serta keutamaan yang perlu diberikan bagi pelaksanaan sistem KKP yang berkesan.	60	Kesimpulan

PELAN PEMBELAJARAN

MODUL 4: PENGURUSAN BAHAN KIMIA (CHEMICAL MANAGEMENT)

NO TOPIK	04
TAJUK	Pengurusan Bahan Kimia
JUMLAH MASA	2.0 Jam (120 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Memahami bagaimana mengenalpasti Bahaya Bahan Kimia 2). Memahirkan cara-cara mengendalikan bahan kimia secara selamat 3). Memberi kesedaran bahaya Bahan Kimia Kepada Kesihatan
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
5	5	Pengajar menjelaskan objektif modul dengan memfokuskan kepada pengenalpastian, pengendalian serta kesan penggunaan Bahaya Bahan Kimia Pengenal konsep "Cradel To Grave" Penekanan kepada skop kerja yang terdedah kepada bahan kimia berbahaya iaitu melalui Hazad Bahan Kimia dan Laluan Kemasukan Bahan Kimia dan Elemen Pengurusan Bahan Kimia	3-4	Objektif Skop
5	10	Pengajar menerangkan bentuk-bentuk fizikal bagi bahan kimia dengan mengemukakan amaran yang perlu sebagai kawalan. Dibantu dengan gambar untuk memberi lebih kefahaman kepada peserta.	5-6	Bentuk Bahan Kimia Kesan Kebakaran Dan Letupan Akibat Bahan Kimia
15	25	Kesan penggunaan bahan kimia yang mengakibatkan kebakaran dan letupan, Kesan Kimia Kepada Kesihatan akibat daripada Laluan Kemasukan Bahan Kimia Ke Dalam Badan Manusia, Bagi memberikan kefahaman terhadap aplikasi di tempat kerja, Pengajar perlu memberikan beberapa contoh kegiatan yang melibatkan pendedahan bahan kimia berbahaya di tempat kerja.	7-10	Kesan Kebakaran Dan Letupan Akibat Bahan Kimia Kesan Kimia Kepada Kesihatan Laluan Kemasukan Bahan Kimia Ke Dalam Badan Manusia Contoh Aktiviti di Tempat Kerja

PELAN PEMBELAJARAN

20	45	Pengajar menjelaskan langkah demi langkah pengurusan bermula dengan Daftar Bahan Kimia, Risalah Data Keselamatan Kimia (SDS), Pelabelan dan pelabelan semula, Spesifikasi dan prosedur pembelian dan Penaksiran Risiko Bahan Kimia Kepada kesihatan Contoh Borang Daftar Bahan Kimia Berbahaya Kepada Kesihatan	12, 13	Pengurusan Bahan Kimia Di Tempat Kerja Contoh Borang Daftar Bahan Kimia Berbahaya Kepada Kesihatan
15	60	Pengajar akan menjelaskan kadungan SDS dengan maklumat terperinci terhadap 16 element dalam SDS.	14-17	Kandungan & Format Risalah Data Keselamatan
10	70	Pengajar perlu menerangkan kepentingan untuk menetapkan polisi mengenai pembelian kimia berbahaya seperti maklumat hazad (contoh. Safety Data Sheet), pembabitan bahagian Keselamatan, Kesihatan Alam Sekitar dalam menilai kimia untuk dibeli Letakkan terma & syarat bagi pembekalan kimia	18	Spesifikasi & Prosedur Pembelian
20	90	Pengajar menerangkan konsep yang digunakan dalam pengurusan kimia, dimana bahan kimia diurus bermula daripada kemasukannya ke tempat kerja pelupusannya.	19-26	Konsep 'Cradle to Grave' Penerimaan Bahan Kimia Elemen-Elemen Pengtoran Selamat Menyediakan Daftar Bahan Kimia Untuk Pengstoran Penggunaan dan Pengendalian pelupusan
15	105	Pengajar menerangkan kepada peserta dari aspek KKP dalam melakukan kerja-kerja penyelenggaraan serta baikpulih dengan menetapkan langkah-langkah yang perlu, seperti, 1. Menaksir Tugas - 4M (Manusia, Peralatan, Bahan, Persekitaran) 2. Kenalpasti Hazad 3. Bangunkan Sebuah Sistem 4. Laksanakan Sistem	27	Kerja Senggaraan & Baikpulih
15	120	Pengajar kan menghuraikan tambahan Elemen Lain Dalam Pengurusan Bahan Kimia seperti Pemonitoran pendedahan, pemantauan kesihatan, Arahan & Penyeliaan, Latihan & Pendidikan, Kerjasama pekerja & penyertaan aktif dan Dokumentasi Merangkumkan pengurusan bahan kimia menjadi aspek penting agar impak kepada kesihatan pekerja dapat diminimumkan.	28	Elemen-Elemen Lain Dalam Pengurusan Bahan Kimia

PELAN PEMBELAJARAN

MODUL 5: PENGENALAN KEPADA PENYAKIT PEKERJAAN

NO TOPIK	05
TAJUK	Pengenalan Kepada Penyakit Pekerjaan
JUMLAH MASA	1.5 Jam (90 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Memberi pengenalan kepada Bahagian Kesihatan Pekerjaan JKKP Malaysia dan peranannya 2). Kesedaran kepada pentingnya Kesihatan Pekerjaan 3). Impak Penyakit Pekerjaan di Malaysia
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar menjelaskan tentang isu berkaitan tentang penyakit pekerjaan	4	Agenda
5	7	Pengajar melontarkan persoalan kepada peserta tentang tadbir urus dan pengendalian sebarang isu KKP.	5	Penyiasatan Di Bawah Bidang Tugas Niosh?
8	15	Pengajar perlu menghubungkan peranan majikan sepertimana tertakluk di dalam Akta 514. Pengajar juga menjelaskan impak yang mungkin boleh berlaku sekiranya majikan tidak memberi perhatian khusus terhadap isu penyakit pekerjaan.	6,7	Kewajipan Am Majikan Impak
15	30	Pengajar menjelaskan Skop Akta KKP mengikut Jadual Satu (Subsection 1(2)) telah dimansuhkan Pengajar juga perlu menegaskan skop baru hasil daripada pindaan akta - "Akta KKP hendaklah terpakai bagi semua tempat kerja di seluruh Malaysia"	8,9,10	10 Sektor Yang Dibawah AKKP 1994
5	35	Peserta akan diberi maklumat berkaitan tentang fungsi Bahagian Kesihatan Pekerjaan, JKKP	11	Functions of Occupational Health Division
10	45	Pengajar menjelaskan bahawa sebarang penyakit yang disebabkan oleh pendedahan terhadap faktor risiko yang timbul daripada aktiviti kerja. Data sokongan terhadap statistik kematian akibat kemalangan berbanding dengan penyakit pekerjaan.	12,13	Pengenalan Kepada Penyakit Pekerjaan

PELAN PEMBELAJARAN

15	60	Pengajar menerangkan tentang beberapa keadaan penyakit pekerjaan yang dibahagikan kepada beberapa klasifikasi seperti - akut dan kronik Peserta juga perlu difahamkan tentang hubungkait jenis kerja dengan kategori penyakit pekerjaan yang berpotensi boleh berlaku seperti - Penyakit pekerjaan - Penyakit berkaitan Pekerjaan - Penyakit am	14-16	Klasifikasi Hazad Kesihatan Pekerjaan
2	62	Menjelaskan perbezaan di antara penyakit pekerjaan dan penyakit berkaitan Pekerjaan. Elemen berdasarkan kepada kejadian, punca, pendedahan, status notifiable serta status kebolehpampasan.	17	Difference Between Occupational & Work-Related Diseases
2	64	Peserta perlu dijelaskan tentang penyakit pekerjaan mempunyai tempoh masa pendam yang lama. Kebanyakan kes berkaitan penyakit pekerjaan tidak boleh dirawat untuk kembali ke keadaan asal Semua penyakit pekerjaan boleh DICEGAH diperingkat awal	18	Apa Yang ANDA Perlu Tahu Berkaitan Penyakit Pekerjaan!
2	66	Pengajar perlu menyatakan kesan kepada penyakit pekerjaan terhadap individu, majikan dan negara melibatkan kos, produktiviti dan ekonomi negara.	19	Model Kesan Penyakit Pekerjaan Terhadap Majikan Dan Negara
5	71	Pengajar menerangkan Jenis hazad Kesihatan Pekerjaan seperti Hazard Fizikal, Hazard Biologikal, Hazard Bahan Kimia, Hazard Ergonomik, Hazard Psikologikal Pengajar juga boleh berkongsi contoh Hazad Kesihatan Pekerjaan (Hazard Kimia) seperti penyakit kulit, Pening Kepala, Masalah Ingatan, Kanser. Cara kemasukan ke dalam badan - Pernafasan, Saluran pemakanan, Penyerapan kulit, Suntikan Contoh Hazad Kesihatan Pekerjaan	20-27	Jenis Hazad Kesihatan Pekerjaan Contoh Hazad Kesihatan Pekerjaan Cara kemasukan ke dalam badan
2	73	Undang-undang yang meliputi semua tempat kerja untuk mematuhi peraturan NADOPOD	28	Peruntukan Perundangan Di Bawah Akta Keselamatan Dan Kesihatan Pekerjaan Malaysia 1994
2	75	Peserta diterangkan tentang peranan yang dimainkan oleh majikan dan pengamal perubatan untuk mematuhi peraturan 7 di bawah NADOPOD	29	Pelaporan Mengenai Keracunan Pekerjaan Dan Penyakit Pekerjaan

PELAN PEMBELAJARAN

4	79	Rasional terhadap keperluan pelaporan untuk tujuan memenuhi tuntutan perundangan; mengenalpasti punca sesuatu penyakit pekerjaan; dan Mencadangkan langkah-langkah pencegahan dan penambahbaikan tempat kerja supaya penyakit pekerjaan berkenaan tidak berulang kepada pekerja yang lain	30-33	Kenapa Perlu Melaporkan Penyakit Pekerjaan dan Keracunan Pekerjaan Kepada JKKP ?
3	82	Peserta diberitahu tentang implikasi ketidakpatuhan terhadap Peraturan-Peraturan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (Pemberitahuan Mengenai Kemalangan, Kejadian Berbahaya, Keracunan Pekerjaan dan Penyakit Pekerjaan) 2004	34	Penalti
2	84	Perkongsian dari media, statistik dan graf berkaitan tentang Penyakit dan Keracunan Pekerjaan di Malaysia	41	"Statistik Penyakit dan Keracunan Pekerjaan di Malaysia"
3	87	Berkongsi untuk Online Notification of Occupational Poisoning and Diseases (e-JKKP7)	42,43	eJKKP7
3	90	Memberi penerangan terhadap Pelan Induk Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan 2021 - 2025, khusus kepada isu penyakit pekerjaan. Kesimpulan	44	OSHMP-25

PELAN PEMBELAJARAN

MODUL 6: PENGENALAN KEPADA KESELAMATAN PEKERJAAN BERKAITAN JALAN RAYA (WRRS)

NO TOPIK	06
TAJUK	Pengenalan Kepada Keselamatan Pekerjaan Berkaitan Jalan Raya (WRRS)
JUMLAH MASA	1 jam (60 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1. Menerangkan status dan kesan nahas jalan raya termasuk yang melibatkan pekerjaan berkaitan jalan raya; 2. Kepentingan pengurusan WRRS serta keperluan Kod Amalan Industri Keselamatan & Kesihatan Pekerjaan Bagi Aktiviti Pengangkutan Jalan 2010; 3. Konsep pengurusan pemandu, kenderaan dan perjalanan; dan 4. Pengenalan kepada ISO 39001 dan ISO 39002.
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar beritahu objektif dan hasil pembelajaran modul	4	Hasil Pembelajaran
3	5	Pengajar terangkan status nahas jalan raya di Malaysia di mana bilangan kematian akibat nahas jalan raya berada pada tahap yang membimbangkan (17-19 kematian sehari). Meskipun indeks keselamatan jalan raya dari segi per 10,000 kenderaan, per 100,000 populasi dan per Billion Vehicle Kilometre Travel (VKT) menurun, tiada penurunan yang mendadak dapat dilihat dari segi bilangan kematian berdasarkan statistik yang direkodkan sejak dua dekad yang lalu.	5	Indeks Keselamatan Jalan Raya Malaysia
2	7	Pengajar terangkan definisi kemalangan semasa perjalanan berdasarkan Seksyen 24, Akta Keselamatan Sosial Pekerja 1969. Salah satu definisi yang dinyatakan adalah berkenaan pekerjaan berkaitan jalan raya iaitu “dalam perjalanan yang dibuat bagi apa-apa sebab secara langsung berkaitan dengan pengajiannya”.	6	Kemalangan Semasa Dalam Perjalanan
5	12	Pengajar menunjukkan statistik terkini dan membandingkan tahap keseriusan kemalangan industri dan perjalanan.	7,8	Kemalangan Industri & Perjalanan

PELAN PEMBELAJARAN

		Meskipun bilangan kemalangan industri adalah lebih tinggi berbanding dengan kemalangan perjalanan, kematian akibat kemalangan perjalanan adalah lebih tinggi (lebih daripada 70% kematian setiap tahun).	9,10	Kajian Profil Kemalangan Perjalanan 2018
5	17	Pengajar menunjukkan contoh-contoh nahas jalan raya melibatkan pekerjaan berkaitan jalan raya termasuk sektor ekonomi gig yang meningkat secara mendadak sejak pandemik COVID-19 melanda negara pada Mac 2020. Statistik terkini daripada pihak PDRM menunjukkan kes nahas melibatkan penunggang Food Panda dan Grab Food berada pada tahap yang membimbangkan.	11,12	- Nahas Jalan Raya Melibatkan Pekerja - Nahas Jalan Raya Melibatkan Pekerja Sektor Ekonomi Gig - Nahas Jalan Raya Melibatkan Penunggang Food Panda & Grab Food
5	22	Pengajar terangkan tentang kesan nahas jalan raya secara holistik menggunakan konsep Iceberg Theory. Penjelasan juga diberikan terhadap kesan kepada syarikat jika pekerja terlibat dalam nahas jalan raya, sebagai contoh penurunan produktiviti, reputasi syarikat terjejas jika kenderaan yang digunakan mempunyai maklumat/logo syarikat dan sebagainya.	13	Kesan Nahas Jalan Raya – Iceberg Theory
		Pengajar juga terangkan kerugian akibat nahas jalan raya pada tahun 2019 adalah RM19.1 Billion, mengambil kira 1 kematian bersamaan RM3.1 Juta berdasarkan kajian MIROS.	14	Kerugian Akibat Nahas Jalan Raya Kepada Negara
5	27	Pengajar memperkenalkan OSHMP 2021-2025, Teras Strategi 7 berkaitan WRRS serta program-program yang berkaitan. Salah satu aktiviti dalam Program 3 dalam Strategi 7 adalah “mewujudkan orang yang bertanggungjawab bagi pengurusan WRRS di sektor pekerjaan berkaitan jalan raya”. Bagi aktiviti ini, kursus OSH-C khusus kepada sektor pekerjaan berkaitan jalan raya (WRRS) telah diwujudkan oleh pihak JKKP dan telah mula dilaksanakan pada tahun 2021. Di samping itu, satu modul khusus berkaitan WRRS juga telah dibangunkan dan disisipkan ke dalam modul OSH-C yang terkini sebagai Topik 6.	15,16,17	- OSHMP 2021 – 2025 - OSHMP 2021 – 2025: Teras Strategi 7 - OSHMP 2021 – 2025: Teras Strategi 7 – Program 3 (Memperkukuhkan Pengurusan WRRS)
8	35	Pengajar terangkan tentang kerangka (framework) pengurusan WRRS berkenaan kepentingan keperluan undang-undang atau persijilan serta tanggungjawab majikan, pekerja dan SHO/OSH-C bagi memastikan matlamat untuk mencapai pemandu selamat, kenderaan selamat dan perjalanan selamat di sesebuah organisasi dapat dicapai.	18	Pengurusan WRRS

PELAN PEMBELAJARAN

		Pengajar juga terangkan bahawa kod amalan/garis panduan KKP untuk sektor pengangkutan telah bermula sejak tahun 2007 lagi. Kemudiannya kod amalan tersebut telah diangkat oleh JKPP sebagai Tataamalan Industri Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan Bagi Aktiviti Pengangkutan Jalan 2010. SPAD juga mengeluarkan Buku Panduan Kod Amalan Industri pada tahun 2013 berdasarkan Kod Amalan yang dikeluarkan oleh JKPP bagi tujuan pelesenan perkhidmatan kenderaan barangan dan pengendali bas.	19	Kod Amalan/Garis Panduan KKP Untuk Sektor Pengangkutan
		Pengajar terangkan berkenaan skop pemakaian Kod Amalan yang dikeluarkan oleh JKPP berkenaan WRRS dan kaitan dengan perundangan di bawah AKKP 1994. Pengajar juga terangkan skop Kod Amalan selari dengan kerangka pengurusan WRRS yang merangkumi kepada empat (4) elemen utama iaitu program keselamatan dan kesihatan pekerjaan, pengurusan pemandu, pengurusan kenderaan dan pengurusan perjalanan.	20,21, 22	Tataamalan Industri KKP Bagi Aktiviti Pengangkutan Jalan 2010
5	40	Pengajar terangkan tentang keperluan dalam Pengurusan Pemandu seperti mana yang digariskan di dalam Kod Amalan. Pengurusan ini bermula apabila seorang pemandu itu diambil bekerja di dalam sesuatu organisasi dan hanya berakhir apabila pemandu tersebut tidak lagi bekerja di organisasi.	23	Pengurusan Pemandu
		Setelah pengambilan, pemandu boleh dikelaskan mengikut kompetensi dan prestasi kerja mereka bagi memudahkan pengurusan keperluan mereka.	23	
		Prosedur-prosedur pemanduan yang merangkumi sebelum, semasa dan selepas pemanduan perlu disediakan seperti keperluan penilaian risiko yang dijalankan.	23	
		Penjadualan kerja yang mengambil kira isu kelesuan dan kebajikan pemandu perlu disediakan. Had pemanduan 8 jam sehari dan keperluan rehat selepas 4 jam pemanduan berterusan perlu diberi perhatian.	23	

PELAN PEMBELAJARAN

		Peningkatan kompetensi yang berterusan perlu dijalankan bagi memastikan pemandu mempunyai skill, pengetahuan dan sikap yang terbaik untuk memandu. Latihan adalah kritikal sekiranya terdapat sebarang perubahan dalam prosedur, laluan dan kenderaan yang digunakan.	23	
		Kesihatan dan kebajikan pemandu perlu diberi perhatian bagi memastikan pemandu sesuai untuk memandu (fit to drive). Rekod pemeriksaan kesihatan dan rekod kehadiran perlu disimpan sebagai rujukan dan penambahbaikan.	23	
		Pemantauan pemandu perlu dibuat bagi memastikan pematuhan kepada prosedur dan keselamatan pemanduan. Pemantauan ini perlu dijalankan sepanjang masa dan sebarang pelanggaran perlu dibincangkan bersama pemandu untuk penambahbaikan.	23	
		Prosedur pemanduan, penjadualan kerja, peningkatan kompetensi dan pemantauan adalah keperluan Kod Amalan Pengangkutan JKKP dan APAD.	23	
5	45	Pengajar terangkan keperluan dalam Pengurusan Kenderaan seperti mana yang digariskan di dalam Kod Amalan berkenaan komponen/elemen yang penting bagi menguruskan kenderaan sebagai usaha mencapai objektif kenderaan sentiasa dalam keadaan yang baik dan selamat semasa beroperasi.	24	Pengurusan kenderaan
		Pengurusan kenderaan adalah elemen penting kerana ia adalah sebuah tempat kerja dan juga peralatan kerja yang perlu diuruskan bagi memastikan kenderaan yang digunakan sentiasa dalam keadaan baik dan selamat untuk digunakan.	24	

PELAN PEMBELAJARAN

		Pengurusan kenderaan yang telah digariskan adalah seperti spesifikasi kenderaan semasa proses perolehan, peralatan keselamatan yang perlu ada di kenderaan, pembawaan muatan secara selamat, pemeriksaan kenderaan sebelum dan selepas operasi, pelaporan dan rekod kerosakan kenderaan, penyelenggaraan kenderaan secara berkala, kemudahan di dalam kenderaan yang disediakan, rekod kenderaan (seperti lesen kenderaan & cukai jalan), dan akhir sekali tentang latihan berkenaan kenderaan seperti pemanduan, tindakan kecemasan, penyelenggaraan kenderaan dan kawalan muatan.	24	
		Pemantauan pengurusan kenderaan perlu dibuat bagi memastikan pematuhan kepada prosedur keselamatan yang telah ditetapkan. Pemantauan ini perlu dijalankan sepanjang masa dan sebarang isu perlu dibincangkan bersama pemandu untuk penambahbaikan.	24	
5	50	Pengajar terangkan keperluan dalam Pengurusan Perjalanan seperti mana yang digariskan di dalam Kod Amalan berkenaan komponen/elemen yang penting bagi menguruskan perjalanan sebagai usaha mewujudkan perjalanan yang selamat, selesa dan ekonomi semasa beroperasi.	25	Pengurusan Perjalanan
		Pengurusan ini bermula dari peringkat perancangan iaitu mengenalpasti bahaya dan risiko sepanjang laluan perjalanan serta menentukan tindakan kawalan yang bersesuaian bagi mengurangkan atau mengelakkan risiko berkenaan. Di dalam perancangan ini juga perlu mengambil kira jadual perjalanan serta kawasan rehat dan rawat supaya dapat mengekalkan tahap kecergasan untuk memandu. Manakala penyediaan perlindungan kemalangan atau insuran kepada pemandu dan penumpang bagi menjamin kebajikan mereka sekiranya terlibat dalam nahas jalan raya.	25	

PELAN PEMBELAJARAN

		Seterusnya bagi peringkat pemantauan pula, pengurusan perjalanan adalah melibatkan pemantauan perjalanan dari aspek keselamatan perjalanan dan pelanggaran peraturan trafik. Pemantauan ini boleh dilakukan menggunakan buku log kenderaan dan sistem pemantauan seperti GPS. Buku log hendaklah diisi dengan lengkap manakala GPS yang dipasang perlulah dipastikan berfungsi serta digunakan untuk pemantauan oleh pihak pengendali atau majikan.	25	
		Selain pemantauan perjalanan, pelaporan dan penyiasatan nahas jalan raya juga perlu dilaksanakan dalam kadar yang segera sekiranya berlaku nahas jalan raya. Penyiasatan yang dijalankan adalah bertujuan untuk mengenalpasti punca nahas tersebut. Tambahan itu, audit juga perlu dilakukan secara berkala bagi memantau keberkesanan program keselamatan dan kesihatan pekerjaan yang telah dibangunkan. Semua hasil siasatan nahas dan audit yang telah dijalankan hendaklah direkodkan dan digunakan dalam cadangan penambahbaikan berterusan.	25	
		Pemantauan yang dijalankan adalah penting dan perlu dilaksanakan sepanjang masa bagi menambahbaik secara berterusan keberkesanan program keselamatan dan kesihatan pekerjaan yang telah dibangunkan.	25	
5	55	Pengajar beritahu keperluan dan kepentingan ISO 39001. ISO 39001 adalah satu piawaian antarabangsa yang dibangunkan bagi menguruskan isu keselamatan trafik jalan raya. Standard yang dikeluarkan pada 2012 ini telah diadaptasi oleh Malaysia pada tahun 2013 sebagai MS ISO 39001:2013.	26	ISO 39001 – Road Traffic Safety Management System
		Standard yang generik ini boleh membantu sesebuah organisasi untuk mengurangkan dan akhirnya menghapuskan kejadian dan risiko kematian dan kecederaan serius akibat pelanggaran jalan raya secara sistematik.	27	
		Berasaskan kejayaan sistem pengurusan ini dalam menguruskan WRRS, pensijilan ISO 39001 telah dijadikan sebagai salah satu aktiviti (Aktiviti 4) di bawah Teras Strategi 7 OSHMP25.	27	

PELAN PEMBELAJARAN

		Pengajar beritahu salah satu program yang telah dijalankan berkaitan dengan ISO 39001 adalah program sokongan pensijilan ISO 39001. Program ini merupakan kerjasama di antara pihak PERKESO, Jabatan Standard Malaysia, MIROS dan JKKP sebagai ahli kepada National Mirror Committee TC 241. Program ini merangkumi beberapa fasa dari program kesedaran, dokumentasi, audit dalaman dan pensijilan.	28	Program Sokongan Pensijilan ISO 39001
		Program RTSMSP pula merupakan sebuah program sokongan, kerjasama di antara PERKESO dan MIROS, yang memfokus kepada satu-satu organisasi untuk menilai tahap pengurusan keselamatan trafik jalan raya semasa di organisasi tersebut. Para fasilitator akan membantu organisasi menambahbaik sistem sedia ada bagi mencapai kehendak piawaian.	29	Road Traffic Safety Management Support Program (RTSMSP)
4	59	Pengajar beritahu keperluan dan kepentingan ISO 39002. ISO 39002 adalah satu piawaian antarabangsa yang diperkenalkan pada April 2020. Ia dibangunkan dengan merujuk kepada SIRIM 4 2014.	30	ISO 39002 – Commuting Safety Management
		Dokumen ini adalah sebagai panduan kepada organisasi mengenai pengurusan keselamatan perjalanan secara sistematik dan ditambahbaik secara berterusan. Ia adalah terpakai kepada mana-mana organisasi yang ingin melindungi pekerja mereka yang berulang-alik ke dan dari tempat kerja.	30	
		Dokumen ini mengandungi panduan kepada organisasi mengenai amalan-amalan baik dalam pelaksanaan pengurusan keselamatan perjalanan. Pelaksanaan amalan-amalan baik ini adalah bertujuan untuk mengurangkan jumlah kematian dan kecederaan serius, kerosakan harta benda dan kerugian ekonomi akibat nahas jalan raya yang berlaku di kalangan pekerja.	30	
		Pengajar beritahu program yang dijalankan berkaitan dengan ISO 39002. Melalui SIRIM 4 2014, satu program intervensi telah diperkenalkan pada tahun 2017, iaitu program Commuting Safety Support Program (CSSP).	31	Commuting Safety Support Program (CSSP)
		CSSP merupakan kolaborasi strategik antara PERKESO dan MIROS dalam memberi latihan serta sokongan berkaitan pengurusan perjalanan kepada majikan dan pekerja.	31	

PELAN PEMBELAJARAN

		Pelaksanaan program ini adalah bertujuan untuk mengurangkan kadar kemalangan perjalanan di pekerja-pekerja di Malaysia serta membantu para majikan dalam menjalankan pengurusan perjalanan di organisasi masing-masing.	31	
		Sejak tahun 2017 sehingga 2020, sebanyak 225 majikan di seluruh Malaysia termasuk di Sabah dan Sarawak telah berjaya menyertai program ini.	31	
1	60	Pengajar merumuskan modul/topik yang diajar.	32	Kesimpulan

MODUL 7: PENGENALPASTIAN HAZARD, PENAKSIRAN RISIKO DAN KAWALAN RISIKO (HIRARC)

NO TOPIK	07
TAJUK	Pengenalpastian Hazard, Penaksiran Risiko dan Kawalan Risiko (HIRARC)
JUMLAH MASA	3.0 Jam (180 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Menerangkan definisi hazard, risiko dan bahaya 2). Menghuraikan kaedah mengenalpasti hazard 3). Menerangkan proses penaksiran risiko 4). Menggunakan matriks penaksiran risiko 5). Menerangkan hirarki kawalan
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar beritahu objektif dan Skop Pembelajaran	3,4	Objektif Skop
10	12	Pengajar perlu menjelaskan terdapat Empat (4) Komponen utama Pengurusan Risiko iaitu 1. Pengenalpastian Hazard 2. Penaksiran Risiko 3. Kawalan Risiko 4. Semakan	5	Komponen Pengurusan Risiko
30	42	Pengajar menghuraikan definisi hazard dan hubungkaitnya dengan bahaya serta risiko.	6,7,8	Hazard & Bahaya – Definisi Hazard
5	47	Pengajar menerangkan punca-punca hazard daripada Manusia, Jantera, Bahan, Kaedah dan Suasana	9	Punca Hazard

PELAN PEMBELAJARAN

30	77	Pengajar perlu menghuraikan hazard yang dikenalpasti dari punda-punca hasil daripada aktiviti dan akibat yang mungkin boleh terjadi Bagi memberikan lebih kefahaman, peserta boleh ditunjukkan dengan gambar yang berkaitan bagi menghubungkan hazard dengan risiko.	10,11, 12	Pengenalpastian Hazard Contoh Hazard
20	97	Pengajar perlu memahamkan peserta tentang asas kepada risiko iaitu istilah "kemungkinan" dan "keterukan" yang menghasilkan penentuan kadar risiko yang menjadi ukuran kepada tinggi atau rendahnya hasil keputusan penaksiran risiko dengan mengambilkira faktor-faktor yang dikenalpasti.	13,14	Definisi Risiko Faktor yang Perlu Diambil
30	127	Pengajar menghuraikan secara terperinci proses penaksiran risiko dengan penentuan 5 skala untuk penilaian bagi mendapatkan kadar kuantitatif risiko. Pengajar membimbing peserta bagi memahami kadar risiko dengan tahap remdah, sederhana atau tinggi dengan merujuk kepada Matriks Risiko	15-18	Penaksiran Risiko - Kemungkinan Penaksiran Risiko - Keterukan Penaksiran Risiko Matriks Risiko
30	157	Hasil daripada kadar risiko yang dinilai, kawalan risiko boleh dicadangkan berdasarkan kepada punca, laluan dan cara mengurangkan impak kepada penerima. Hirarki kawalan dijelaskan dengan merujuk kepada kawalan terpenting iaitu penghapusan, diikuti dengan penggantian, pengasingan, kejuruteraan dan kawalan yang paling rendah iaitu pentadbiran dan penggunaan PPE.	19,20	Kawalan Risiko Hirarki Kawalan
20	177	Bagi melihat peserta mampu untuk mengaitkan konsep kawalan risiko dengan tempat kerja mereka, bantuan melalui gam-gambar yang berkaitan dengan memberi contoh kawalan berbentuk penghapusan, penggantian, pengasingan, kejuruteraan, pentadbiran dan penggunaan PPE.	21-28	Tindakan Kawalan
3	180	Pengajar merumuskan modul/topik yang diajar.	29	Semakan

PELAN PEMBELAJARAN

MODUL 7.1: LATIHAN PRAKTIKAL BAGI PENGENALPASTIAN HAZAD, PENAKSIRAN RISIKO DAN KAWALAN RISIKO

NO TOPIK	07.1
TAJUK	Latihan Praktikal Bagi Pengenalpastian Hazad, Penaksiran Risiko Dan Kawalan Risiko
JUMLAH MASA	3.0 Jam (180 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Memahami secara praktikal proses menjalankan penaksiran risiko setelah memahami proses secara teori 2). Mengetahui kawalan-kawalan yang disesuaikan dengan hasil penaksiran risiko. 3). Mampu memberi idea untuk penambahbaikan di tempat kerja 4). Mampu melaksanakan proses dokumentasi untuk penaksiran risiko.
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
15	15	Menjelaskan kepada peserta tentang pentingnya berkenaan dengan pengenalpastian hazad, penaksiran risiko dan kawalan risiko; Peserta juga perlu dibiasakan dengan penggunaan borang penaksiran risiko dan mencari dea yang baik untuk mencari jalan penyelesaian berdasarkan contoh-contoh kes	31	Objektif Pembelajaran
45	60	Pembahagian kumpulan. Aktiviti HIRARC berdasarkan gambar yang disediakan dan penggunaan borang Memberi taklimat kepada gerak kerja berkumpul serta mengagih-agihkan tugas bagi menghasilkan output yang akan dibentangkan pada akhir sesi	32,33	Tugasan Aktiviti Berkumpulan
120	180	Aktiviti berkumpul HIRARC berdasarkan gambar yang disediakan Pengajar memantau hasil kerja dan melihat proses penaksiran risiko didokumentasikan Sebagai pemudahcara dalam perbincangan dalam kumpulan. Menjadi Penilai dalam sesi pembentangan dan soal jawab. Memberi rumusan dan kesimpulan terhadap pembentangan serta memberikan komen serta maklumbalas untuk penambahbaikan	34-38	Spot The Hazard

PELAN PEMBELAJARAN

MODUL 8: PENYIMPANAN & PENGENDALIAN BAHAN

NO TOPIK	08
TAJUK	Penyimpanan dan Pengendalian Bahan
JUMLAH MASA	1.5 Jam (90 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Memberi kesedaran pentingnya penyimpanan yang teratur; 2). Penerangan tatacara kerja selamat untuk Operasi pengangkutan dan pengendalian 3). Penerangan tatacara kerja selamat untuk Operasi mengangkat berat
KEPERLUAN PEMBELAJARAN	1. Laptop dan projektor 2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar beritahu Tiga Sasaran dan hasil pembelajaran modul iaitu, 1. Penyimpanan lebih teratur 2. Memendekkan operasi pengangkutan & pengendalian; dan 3. Keberkesanan dan lebih efisien terhadap pengendalian objek berat	4	Material Storage & Handling
10	12	Pengajar menjelaskan tentang risiko kemalangan disebabkan oleh pengendalian dan penyimpanan bahan yang tidak dirancang dengan baik	5	Demonstration Exercise
10	22	- Memberikan contoh pengendalian yang selamat - Pengendalian bahan yang meningkatkan kos - Kajian: 30% kemalangan disebabkan cara pengendalian bahan yang tidak selamat	6	
10	32	- Cara memperbaiki tatacara kerja, aliran bahan dengan mengurangkan pengendalian bahan tersebut	7	Next Issue on Material Storage

PELAN PEMBELAJARAN

15	47	Contoh penyimpanan yang berkesan termasuk penggunaan alat bantuan serta mekanikal. Pengajar akan mengupas 3 Sasaran (goals) bagi memastikan penyimpanan bahan dan pengendalian yang selamat. Penjelasan yang dibuat adalah berdasarkan kepada maklumat yang tercatat di dalam slide pembentangan. Pengajar perlu memberikan contoh-contoh yang praktikal untuk disesuaikan dengan tempat kerja para peserta.	8-14	Matlamat Pengendalian Bahan & Penyimpanan Goal #1: Better Organized Storage: Storage Rules Elakkan Meletakkan Bahan Di Lantai Jimatkan Ruang Dengan Penggunaan Rak Penyimpanan Bertingkat Tempat Simpanan Setiap Perkakas/Alatan Kemudahcapaian Untuk Peralatan Yang Kerap Diguna
12	59	Dengan berpanduan kepada gambar-gambar sesuai, Pengajar akan menghuraikan alatan pembantu untuk mengurangkan masalah dalam pengendalian bahan/alatan seperti; 1. Mobile repair bench 2. Trolley 3. Mobile workstation 4. Cylinder truck	15-16	Goal #2: Fewer and shorter transport & handling work
11	70	Pengajar harus memberi penerangan tentang kaedah lain dalam pengendalian bahan, iaitu penggunaan instrumen dalam mengangkat seperti penggunaan konveyor, hoist (pengangkat), trolley pengangkat atau table lifter	17-18	Goal #3: Fewer and more efficient heavy lifting operations
10	80	Pengajar perlu memastikan peserta dapat memahami kelebihan dan manfaat terhadap keselamatan dan kesihatan jika tempat kerja/stesen kerja dilengkapi dengan peralatan-peralatan untuk mengendali, mengangkat dan memindahkan bahan. (melalui contoh dan aktiviti)	19-20	Explain advantages and benefits Activity
10	90	Pengajar akan melengkapkan modul dengan memberi hubungkait dengan konsep pengendalian bahan dengan keperluan undang-undang seperti yang tertakluk di dalam undang-undang FMA 1967 Membuat ringkasan dan kesimpulan topik modul	21-24	General Provisions on Storage of Material

PELAN PEMBELAJARAN

MODUL 9: REKABENTUK STESEN KERJA DAN PENCAHAYAAN

NO TOPIK	09
TAJUK	Rekabentuk Stesen Kerja dan Pencahayaan
JUMLAH MASA	1.5 Jam (90 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Untuk mengenal pasti idea untuk reka bentuk stesen kerja yang lebih baik 2). Untuk mengenal pasti 4 peraturan mengenai reka bentuk stesen kerja. 3). Untuk mengenal pasti penambahbaikan mudah & kos rendah dalam reka bentuk stesen kerja
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar beritahu objektif dan hasil pembelajaran modul	4	Objektif
8	10	Pengajar perlu menjelaskan pengertian stesen kerja (<i>workstation</i>) , iaitu tempat yang diduduki oleh pekerja semasa melakukan sesuatu pekerjaan sepanjang masa atau boleh menjadi salah satu daripada banyak tempat di mana kerja dilakukan.	5	What is meant by workstation?
8	18	Pengajar juga boleh berkongsi contoh stesen kerja di pejabat atau kilang serta mendapatkan pandangan	6	Contoh stesen kerja di pejabat
8	26	Pengajar menerangkan secara umum tentang Reka Bentuk Stesen Kerja dengan menetapkan 4 Peraturan dalam merekabentuk stesen kerja	7	Reka Bentuk Stesen Kerja
15	41	Pengajar mengupas prinsip pertama (1) dalam menentukan stesen kerja iaitu dengan meletakkan Bahan/ Alat & Kawalan Yang Sering Digunakan Dalam Mudah Dicapai	8-10	Peraturan 1: Mudah untuk Dicapai Zon capaian
10	51	Prinsip (2) kedua dengan menjadikan siku sebagai penanda aras dalam Peraturan Siku Posyur Kerja 1. Ketinggian permukaan kerja dilakukan pada ketinggian siku sebagai pengukuran asas. 2. Menyediakan kerusi dengan ketinggian tempat duduk yang betul dan dengan sandaran yang baik 3. Sediakan ruang kaki yang cukup untuk membolehkan pergerakan kaki mudah	11-15	Peraturan 2: Konsep Peraturan Siku Postur Kerja

PELAN PEMBELAJARAN

8	59	Pengajar berkongsi maklumat sekiranya di tempat kerja mempunyai peranti seperti Pengapit, Jig, Tuas & Peranti Lain, gunakan nya untuk menjimatkan masa dan usaha. Susunan tempat kerja yang mudah adalah penting untuk mengelakkan pembaziran masa dan meningkatkan sistem kerja dengan lebih baik	16-18	Peraturan 3: Gunakan Jig, Alatan membantu & dan Alatan Untuk Memegang Bahan
5	64	Pengajar memberi kupasan berkaitan dengan penggunaan <u>penandaan</u> , <u>warna</u> atau lampirkan <u>label</u> perkataan mudah dalam bahasa tempatan pada paparan untuk membantu pekerja memahami perkara yang perlu dilakukan.	20-24	Peraturan 4: Paparan dan Kawalan
4	68	Pengajar menghuraikan dan memberi penjelasan kepada peserta berkaitan peruntukan undang-undang di bawah SHW Regulation 30 and 31, iaitu keperluan tempat duduk/bangku yang sesuai dengan kerja dan postur badan pekerja	25	Seating Facilities and Work Station
2	70	Pengajar menerangkan secara umum tentang objektif dan kepentingan pencahayaan yang baik terhadap stesen kerja; 1. Impak kepada produktiviti 2. Mengenalpasti 3 peraturan terhadap pencahayaan	26	Lighting Objective
5	75	Pengajar memberi kupasan tentang kepentingan pencahayaan yang baik di tempat kerja dengan mendapatkan maklum-balas serta perkongsian daripada peserta tentang idea-idea yang baik supaya impak positif di tempat kerja dapat di perolehi. Pengajar menjalankan gerak kerja berkumpulan dengan memberikan arahan-arahan sesuai berkaitan contoh proses pencahayaan yang baik untuk diterapkan di tempat kerja	27-29	Good lighting is important. List of ideas Exercise on adequate light
2	77	Peraturan 1: Pengajar memberi arahan ringkas kepada peserta dengan memberi contoh sesuai cara untuk menggunakan/ksploitasi cahaya siang di tempat kerja	30	Rules on use of daylight
5	82	Peraturan 2: Pengajar mengupas keperluan untuk mengurangkan kesilauan di tempat kerja yang boleh mempengaruhi produktiviti	31-33	Rules on avoid glare What other measures to avoid glare???
2	84	Pengajar memberi penjelasan tentang silau, jenis-jenis silau dan punca silau boleh memberi ketidakselesaan	34	Avoid Glare
2	86	Peraturan 3: Pengajar menghuraikan bagaimana kedudukan lampu penting bagi memberikan pencahayaan yang sesuai	35 - 36	Rules on reposition of light and local lights Find The Right Place For Light Sources

PELAN PEMBELAJARAN

2	88	Pengajar menyimpulkan 3 peraturan dalam prinsip pencahayaan di tempat kerja dan bagaimana pencahayaan penting bagi memberikan impak positif serta peningkatan produktiviti di tempat kerja.	37	Summary
2	90	Pengajar juga harus mengaitkan dengan penetapan undang-undang Pencahayaan di dalam SHW Regulation 29	38	Legal Requirement

MODUL 10: PRODUCTIVE MACHINE SAFETY

NO TOPIK	10
TAJUK	Productive Machine Safety
JUMLAH MASA	2.0 Jam (120 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	Tujuannya adalah untuk mencari cara untuk menjadikan kerja lebih selamat dan pada masa yang sama meningkatkan kecekapan mesin dan peralatan yang ada

KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar beritahu objektif dan hasil pembelajaran modul serta kandungan topik berkaitan dengan keselamatan mesin produktif	4	Kandungan Topik
3	5	Pengajar memberi penjelasan tentang maksud mesin dan kepentingan mesin dalam proses pengeluaran era moden	5	Pengenalan
3	8	Pengajar menerangkan objektif topik adalah untuk mencari cara untuk menjadikan Kerja lebih selamat, dan Meningkatkan kecekapan mesin dan peralatan	6	Objektif
5	13	Pengajar berkongsi peserta tentang kepentingan Pengadang Mesin dengan aspek keselamatan bagi 1. melindungi pekerja daripada bahagian mesin yang berbahaya 2. mengelakkan kemalangan timbul daripada bahaya jentera	7	Machine Guarding

PELAN PEMBELAJARAN

5	18	Pengajar mengupas keperluan undang-undang yang berkaitan dengan pemagaran. Pengajar juga perlu meminta peserta berkongsi pengalaman mereka tentang tahap pematuhan pemagaran di tempat kerja mereka terhadap peruntukan undang-undang.	8	Tahu kah Anda?
15	33	Pengajar berkongsi tentang Bejana Tekanan Tak Berapi (BTTB) yang bermaksud sesebuah bekas tertutup yang mempunyai tekanan lebih besar daripada tekanan atmosfera. Pengajar perlu menjelaskan 8 kategori BTTB termasuk spesifikasi dan juga fungsi nya	9	BTTB
20	53	Pengajar cuba memberi penjelasan kepada peserta tentang prinsip-prinsip asas pengadang mesin seperti 1. Mampu memberi perlindungan 2. Menghalang kemasukan ke titik operasi 3. Tidak mengganggu operasi jentera 4. Tahan lama dengan penyelenggaraan yang optimum 5. Kedudukan tetap dan selamat	10	Prinsip-Prinsip Pengadang (Guard) Mesin
20	73	Pengajar menghuraikan jenis-jenis pengadang yang digunakan dalam industri seperti 1. Fixed - Pengadang Tetap 2. Interlock - Pengadang Saling Mengunci 3. Adjustable - Pengadang Boleh Laras 4. Self-Adjusting - Pengadang Boleh Laras Kendiri 5. Distance - Pengadang berjarak 6. Automatic - Pengadang Automatik Peserta juga dibantu/digesa untuk mereka berkongsi tentang fasiliti pengadang yang wujud di tempat kerja mereka.	11	Jenis ² Pengadang
2	75	Berpanduan kepada contoh-contoh serta gambar-gambar yang bersesuaian, pengajar boleh menafsirkan konsep perlindungan yang pasang pada setiap pengadang bergantung kepada tujuan operasi mesin, kedudukan pekerja dan mengambilkira jenis hazard yang wujud bagi tujuan pengadangan.	12	1). Fixed Guarding
2	77		13	2). Interlock Guarding
2	79		14-16	3). Adjustable Guarding
2	81		17	4). Self-Adjusting Guarding
2	83		18	5). Distance Guarding
2	85		19	6). Automatic Guarding

PELAN PEMBELAJARAN

10	95	Pengajar menjelaskan satu lagi alatan perlindungan keselamatan melalui 'feeding' dengan mempunyai jenis-jenis tertentu seperti 1). Power Press with Plunger Feed 2). Power Press with Carousel Feed 3). Power Press with Plunger & Magazine Feed 4). Power Press with Chute Feed 5). Steel Grinding Machine Pengajar menghuraikan ciri-ciri keselamatan yang perlu ada sebagai asas perlindungan dan meminta peserta memberi contoh-contoh mesin feeding yang wujud di tempat kerja mereka.	20-22	Jenis-Jenis feeding
5	100	Pengajar harus mengupas jenis-jenis peralatan yang digunakan untuk memegang seperti 'pliers', 'tongs', 'lifter' dan lain-lain Pengajar juga melihat bagaimana fungsi holding equipment boleh meminimumkan potensi risiko kepada keselamatan dan kesihatan kepada pekerja.	23	Holding Equipment
3	103	Berpanduan kepada perkongsian gambar-gambar kemalangan pengajar dan para peserta harus berkongsi pandangan tentang punca, akibat dan perkara-perkara yang boleh dielakkan untuk terjadinya kemalangan dengan menekankan aspek keselamatan kepada peralatan, mesin serta keperluan pelindung/pengadang yang berfungsi dengan cekap.	24	Akibat Buruk dari Kecuaian terhadap Keselamatan
3	106	Pengajar harus membantu kefahaman peserta tentang kawalan-kawalan pentadbiran seperti SOP, tanda amaran, latihan keselamatan yang boleh membantu mengurangkan peluang untuk berlaku kemalangan.	25	Kawalan Pentadbiran
5	111	Penjelasan keperluan Undang-Undang terkini selepas tahun 2021, di mana 1). Akta Kilang dan Jantera – Dimansuhkan 2). Kilang dan Jantera (Pemagaran Mesin dan Keselamatan) Peraturan 1970 Nota: Pengajar perlu memastikan peserta faham tentang Akta Kilang dan Jentera 1967 dimansuhkan berikutan undang-undang pindaan, Akta OSHA (Pindaan) 2022 telah diluluskan dan dikuatkuasakan. Namun, penguatkuasaan undang-undang yang dimansuhkan hendaklah diuruskan di bawah Akta Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan 1994 [Akta 514]	26-27	Keperluan Undang-Undang

PELAN PEMBELAJARAN

3	114	Pengajar harus melontarkan persoalan untuk memastikan kefahaman konsep perlindungan mesin/peralatan keselamatan terhadap peserta, seperti 1). Bagaimana untuk meningkatkan produktiviti dengan feeder mudah? 2). Bagaimana untuk memilih pengadang mesin yang boleh dipercayai yang tidak mengurangkan kecekapan? 3). Bagaimana untuk meningkatkan kesedaran keselamatan pekerja? 4). Mengapakah penggunaan PPE harus menjadi pilihan terakhir?	28	Perbincangan 1
3	117	Pengajar juga harus menghubungkan keselamatan mesin dengan 7 hirarki kawalan dengan melontarkan persoalan berikut; 1). Mengapakah pekerja cuba mengelakkan penggunaan peralatan perlindungan diri? 2). Rasional Penetapan Peraturan dengan hapuskan bahaya, atau pasang pengadang, atau sebagai pilihan terakhir menggunakan PPE	29	Perbincangan 2
3	120	Pengajar merumuskan modul/topik yang diajar.	30	Kesimpulan

PELAN PEMBELAJARAN

MODUL 11: PREMIS DAN KEBAJIKAN BERKAITAN DENGAN KERJA

NO TOPIK	11
TAJUK	Premis dan Kebajikan Berkaitan dengan Kerja
JUMLAH MASA	2.0 Jam (120 Minit)
OBJEKTIF TOPIK	1). Idea asas untuk menambah baik premis. 2). Fahami kaitan antara produktiviti dan premis yang dipertingkatkan. 3). Fahami faedah kemudahan kebajikan yang tersusun. 4). Menunjukkan langkah kos yang rendah untuk menambah baik kemudahan kebajikan
KEPERLUAN	1. Laptop dan projektor
PEMBELAJARAN	2. Akses kepada internet

MASA (min)	KUM. MASA (min)	PROSEDUR/ARAHAN	SLAID	TAJUK
2	2	Pengajar beritahu objektif dan hasil pembelajaran modul	4	Objectives
5	7	Pengajar perlu menjelaskan definisi / maksud Premis seperti yang tertakluk dalam undang-undang. Pengajar harus mendapatkan respon daripada peserta tentang jenis premis yang mereka duduki untuk menjalankan pekerjaan mereka seperti kilang, pejabat, bangunan dan lain-lain	5-7	Definisi Premis
5	12	Pengajar menghuraikan tentang persekitaran kerja yang selamat dan sihat melalui 1). Keadaan bekerja secara fizikal 2). Ergonomik pekerjaan 3). Kawalan terhadap Bahan Berbahaya Dengan memberikan contoh-contoh, pengajar boleh mendapatkan pandangan daripada peserta serta perkongsian tentang tahap persekitaran kerja di tempat mereka.	8	Workplace Environment
8	20	Pengajar perlu menghubungkaitkan Premis yang Selamat berdasarkan peruntukan undang-undang (FMA), seperti peruntukan terhadap lantai, perlindungan kepada man-hole, dan susunatur yang sempurna untuk laluan pejalan kaki serta kenderaan/pengendali bahan.	9-12	Safe Premise Rules on plant

PELAN PEMBELAJARAN

8	28	Pengajar memperincikan Peraturan 23 SHW, iaitu keperluan untuk menjaga kebersihan seperti; 1). Tong sampah yang mencukupi 2). Pembersihan Lantai dan proses pencucian 3). Longkang yang mencukupi 4). Usaha untuk mengelakkan kemasukan makhluk/serangga perosak.	13-14	Workplace Conditions - cleanliness
8	36	Pengajar harus menerangkan peruntukan undang-undang berkaitan dengan pengudaraan sama ada secara mekanikal ataupun secara semula jadi atau kedua-duanya. Pengajar perlu berkongsi maklumat tentang rasional, manfaat serta impak positif selain daripada keperluan terhadap pematuhan undang-undang	15-19	Workplace Conditions - Ventilation: FMA . Section 22(1)(c)(i) and SHW Regulation 25 Rules on Natural Ventilation Use natural upward of hot air
8	44	Pengajar kemudian harus mengupas dan menerangkan tentang keperluan kawalan Suhu di bawah peraturan 28 SHW Pengajar perlu bertanya kepada peserta jika ada proses yang menghasilkan haba di tempat kerja mereka. Apakah pendekatan yang sesuai dilakukan untuk mengurangkan kesan haba cth: Mengasingkan, pakaian khas dsb. termasuk untuk menaikkan pergerakan udara atau menyejukkan bilik. Dapatkan maklumbalas peserta	20	Workplace Conditions Temperature
8	52	Berpanduan kepada gambar-gambar, Pengajar perlu menghuraikan impak kepada pekerja kesan daripada hazard haba. Dapatkan perkongsian daripada peserta tentang pengalaman mereka mengendalikan isu berkaitan haba.	21	Heat Hazard
10	62	Pengajar memberitahu peserta tentang peraturan mengenai perlindungan daripada haba seperti 1). Bahan pembinaan bangunan kilang yang boleh memberi kesan rendah atau melampau nya haba. 2). Penggunaan dinding penambat bagi mengurangkan impak suhu panas bangunan Dengan berkongsi gambar-gambar berkaitan, pengajar juga boleh memberikan idea bagaimana kawalan terhadap haba boleh dipraktikkan melalui penggunaan bahan-bahan penambat, secara mekanikal ataupun kawalan secara semula jadi.	22-25	Rules on protection from heat

PELAN PEMBELAJARAN

10	72	Pengajar memberi penjelasan tentang peruntukan undang-undang di bawah peraturan 29 SHW, iaitu berkaitan dengan Pencahayaan; 1). Mendapatkan cahaya semulajadi di tempat kerja 2). Penyenggaraan punca cahaya seperti tingkap Kecerahan cahaya di ruang kerja Pengajar memberikan contoh-contoh bergambar untuk memberikan kefahaman kepada peserta	26-28	Workplace Conditions - Lighting
10	82	Pengajar mengupas keperluan penaksiran bunyi bising berdasarkan kepada Peraturan OSH (Pendedahan Bunyi) 2019, iaitu antaranya ialah; 1). Peraturan 3 - Pengenalpastian bunyi yang berlebihan. 2). Peraturan 6 - Memastikan pendedahan bunyi bising: a. tahap pendedahan hingar harian melebihi 85dB(A) atau dos hingar peribadi harian melebihi seratus peratus; b. tahap tekanan bunyi maksimum melebihi 115dB(A) c. tahap tekanan bunyi puncak melebihi 140dB(C) Pengajar perlu merujuk kepada dokumen ICOP bagi memastikan peserta faham serta mampu mengaplikasikan proses pengurusan bunyi bising di tempat kerja mereka Melalui interaksi, pengajar berkongsi maklumat tentang kaedah pengurangan bunyi bising seperti sekatan atau alihkan sumber haba, bunyi, habuk dan bahan kimia dari kawasan kerja am	29-31	Workplace Conditions - Noise
5	87	Berbekalkan kepada contoh bergambar, Pengajar boleh berkongsi maklumat tentang fasiliti yang sepatutnya disediakan bagi memberi keselesaan kepada pekerja seperti 1. Tempat rehat santai 2. Ruang makan - minum serta penyimpanan makanan/bekalan air minum 3. Lockers	32-33	Work-related Welfare Facilities Rules on Attractive Low-cost Facilities

PELAN PEMBELAJARAN

5	92	Pengajar memberi penjelasan tentang keperluan untuk menyediakan fasiliti Kebajikan berkaitan dengan Kerja Bilik Rehat dan Bilik Persalinan mengikut Peraturan 33 SHW Melalui contoh bergambar, Pengajar harus berkongsi fasiliti-fasiliti asas seperti bilik rehat, tandas (mengikut jantina)	34-35	WELFARE: Provision Under FMA Toilets
5	97	Keperluan terhadap kebajikan pekerja juga perlu dijelaskan melalui peruntukan FMA. Section 25 1). PPE 2). Penyimpanan pakaian 3). Air minuman yang bersih 4). Fasiliti mencuci 5). Kotak bantuan kecemasan 6). Bilik bantuan kecemasan sekiranya mempunyai pekerja melebihi 150 orang pekerja	36	WELFARE: Provision Under FMA
5	102	Pengajar mengupas Peraturan 38 SHW berkaitan tentang kandungan kotak kecemasan serta spesifikasinya Dapatkan maklumbalas peserta berkaitan situasi mereka di tempat kerja dan status penyediaan kotak kecemasan sebagai memenuhi aspek perundangan secara minimum.	37-39	WELFARE: Provision Under FMA Rules on 1st Aid
5	107	Pengajar harus menjelaskan kepada peserta tentang kehendak Peraturan 36 SHW berkaitan Fasiliti mencuci seperti penyediaan peralatan mencuci dan juga pengairan terhadap air basuhan. Pengajar perlu memperolehi maklumbalas daripada peserta tentang kedudukan di tempat kerja mereka dan banding dengan keperluan yang ditetapkan oleh undang-undang	40-41	WELFARE: Provision Under FMA

PELAN PEMBELAJARAN

5	112	Pengajar menghuraikan keperluan daripada Peraturan 21 dan 22 SHW iaitu berkaitan tentang pintu kecemasan/pintu keluar yang berfungsi semasa kecemasan. Selain itu, praktik keselamatan patut disampaikan dengan menjelaskan pentingnya penyediaan alat pemadaman kebakaran (fire extinguisher) yang sesuai. Pengajar boleh menguji tahap kemampuan peserta dalam menggunakan alat pemadam kebakaran sebagai penilaian terhadap kemahiran mereka, jika perlu.	42-43	WELFARE: Provision Under FMA
5	117	Penyediaan ruang rehat yang mencukupi bagi kapasiti jumlah pekerja supaya pekerja mempunyai masa rehat yang cukup di tempat/ruang rehat yang sepatutnya. Penyediaan ruang rehat dan kemudahan lain juga merangkumi tempat khas rehat serta kafeteria, bilik solat, parkir kenderaan yang selamat. Bukti bergambar juga bagus untuk dikongsikan bagi menambahkan lagi kefahaman kepada peserta.	44-47	RULES ON REST AREAS
2	119	Dalam menaiktaraf fasiliti am, Pengajar harus menjelaskan pentingnya kemudahan tersebut dapat memenuhi tujuan pengadaannya. Antara fasiliti yang boleh dikongsikan adalah; 1. Beg air atau botol minuman 2. Bekas air minuman 3. Drinking Fountains 4. Fasiliti sanitasi 5. Tandas 6. Besen pencucian	48	RULES ON UPGRADING THE MOST BASIC FACILITIES
1	120	Pengajar merumuskan modul/topik yang diajar.	48	Kesimpulan