

Pendidikan Jasmani kunci gaya hidup sihat dan pembangunan sukan negara



Oleh: Noor Eszereen Juferi

Foto Oleh: Noor Azreen Awang

SERDANG, 23 Dis – Pendidikan Jasmani sering dianggap remeh di sekolah, walaupun ia memainkan peranan penting dalam membentuk gaya hidup sihat, membentuk disiplin diri dan berpotensi melahirkan bakat baharu dalam sukan negara.

Pensyarah Kanan, Jabatan Pengajian Sukan, Fakulti Pengajian Pendidikan (FPP), Universiti Putra Malaysia (UPM), Dr. Chee Chen Soon berkata Pendidikan Jasmani tidak boleh diketepikan kerana matapelajaran ini memberi pendidikan tentang pergerakan yang betul, disiplin diri dan pengetahuan tentang gaya hidup sihat.

"Perkara ini perlu dipandang serius oleh masyarakat kerana ia bukan sekadar subjek tambahan tetapi sebagai asas untuk membudayakan gaya hidup sihat. Melalui cara ini kita dapat melahirkan generasi yang sihat, aktif, dan cemerlang," katanya.

Tambah beliau, penting untuk murid-murid sekolah menerima pengajaran Pendidikan Jasmani daripada guru yang bertauliah yang turut menjadi faktor bagi mereka mendapat pengalaman pembelajaran yang berkualiti.

"Kepentingan Pendidikan Jasmani menjadi asas dalam sistem pendidikan, namun realitinya sering diendahkan. Guru yang mengajar subjek ini perlu mempunyai pengetahuan serta kemahiran asas dalam kemahiran pergerakan dan kecergasan berdasarkan disiplin ilmu Pendidikan Jasmani

"Sebenarnya sukatan pelajaran sedia ada iaitu Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR) dan Kurikulum Sekolah Menengah (KSSM) telah disusun dengan baik, cuma pelaksanaannya di sekolah sering kali tergendala.

"Contohnya aktiviti asas seperti sukan bola tampar yang termaktub dalam sukatan pelajaran tersebut, jika tidak diajar dengan betul atas sebab guru kurang pengetahuan, keadaan ini tidak dapat memupuk minat pelajar terhadap sukan yang akan memberi kesan besar terhadap pembangunan sukan negara," katanya.



Dr. Chee berkata, antara faktor lain yang boleh menjejaskan pengajaran Pendidikan Jasmani adalah fasiliti dan peralatan sukan yang tidak mencukupi menjadi permasalahan di sekolah.

“Dengan jumlah murid yang ramai serta kemudahan sukan seperti padang, gelanggang dan peralatan yang tidak mencukupi untuk menampung keperluan murid menjadi penghalang pelaksanaan Pendidikan Jasmani secara efektif,” katanya.

Tambah beliau, murid sekolah yang kurang aktif akan ‘hilang’ kemahiran pergerakan asas, dan menghadapi isu kesihatan antaranya obesiti.

“Pendidikan Jasmani bukan sahaja mengenai sukan, tetapi juga mengajarkan pergerakan yang betul, disiplin diri dan pengetahuan tentang gaya hidup sihat,” katanya.

Beliau menekankan kepentingan murid sekolah diperkenalkan pelbagai jenis sukan untuk menyerlahkan bakat dan kepelbagaian sukan dalam melahirkan pelapis sukan negara yang berkualiti.

“Jika hanya memfokuskan kepada satu jenis sukan ia menghadkan peluang murid lain untuk menyerlahkan bakat mereka. Dengan pelbagai sukan membolehkan murid meneroka minat mereka,” katanya.

Dr. Chee turut berharap masyarakat lebih memahami kepentingan Pendidikan Jasmani merupakan komponen penting dalam kurikulum akademik setiap pelajar dan bukan sekadar aktiviti fizikal.

“Mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesihatan merupakan komponen penting dalam kurikulum akademik setiap pelajar yang bertujuan membina atau membentuk masyarakat yang celik kesihatan,” katanya.

Dalam pada itu, FPP, UPM merupakan fakulti pertama di Malaysia yang menawarkan program Bacelor Pendidikan Jasmani sejak tahun 1979 bagi melahirkan graduan yang dapat memenuhi keperluan tenaga mahir dalam bidang Pendidikan Jasmani di dalam sektor awam dan swasta.